Zeitschrift: Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Band: 1 (1944)

Heft: 1

Artikel: Branche facultative : la gymnastique aux engins

Autor: Wehrli, R.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-997068

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Principes fondamentaux de l'I. P.

Notre tâche principale :

Faire de nos garçons des citoyens sains moralement et physiquement, conscients de leur valeur morale et de leur force.

Il est clair que notre souci n'est pas uniquement de préparer notre jeunesse à son futur métier de soldat. Les prescriptions d'exécution précisent fort bien qu'outre l'éducation physique du jeune homme, l'instruction préparatoire tend à **fortifier sa santé, son courage et sa volonté.** La lutte pour l'existence et la nécessité de la défense du pays exigent, dans la plus large mesure, **le développement de la puissance spirituelle et physique de la nation.** L'instruction préparatoire est au service de cette magnifique et noble tâche nationale.

Ce vaste programme a été clairement présenté par les conférences et le travail dans les cours de chefs.

Cependant un grave malentendu semble vouloir s'incruster dans certains esprits : l'instruction préparatoire est la forme typique de la formation pré-militaire. Tolérons-la pendant la période délicate que nous traversons et oublions cette tracasserie aussitôt le danger écarté, une fois la paix revenue. **Nous devons combattre** cette ignorance et cette mauvaise foi aussitôt que l'occasion nous en est donnée. Notre tâche et notre devoir ne prendront pas fin avec la mobilisation. Loin de là ; c'est alors que nous devrons être en possession de tous nos moyens ; cette période d'après guerre comportera immanquablement des réactions prévues et surtout imprévues. Dans l'ivresse de la « der des der » qui étreindra tous les peuples nous devrons avant tout être unis dans la communauté nationale et attachés à nos principes démocratiques.

Cette préparation pour le temps de paix est certainement aussi importante que notre vigilance militaire, car jamais le danger n'est aussi grand qu'après une guerre totale, ne serait-ce que sur le plan économique seulement. Nous devrons posséder pour l'après-guerre des hommes qui seront prêts à collaborer d'une manière désintéressée et efficace à la recherche des solutions des problèmes nombreux et divers du domaine social et économique.

Notre devoir de chefs est grand :

éveiller chez nos jeunes le sentiment de responsalité collective envers l'Etat.

Nous aurons fait un grand pas si nous parvenons à gagner nos jeunes à la **communauté suisse.** Ce but **doit** être atteint, car pour qu'une nation soit forte, elle doit posséder des citoyens courageux et unis, des citoyens prêts à se donner entièrement à leurs devoirs civiques.

Changements d'adresse : prière de les annoncer sans retard à l'OFI.

Branche facultative: la gymnastique aux engins

(Traduction d'un article de R. Wehrli).

La gymnastique aux engins comprend les anneaux et le reck comme engins de suspension et les barres parralèles et le cheval-arçons comme engins d'appui.

Quel jeune homme, membre d'une société de gymnastique ou, en son temps, à l'école, ayant du plaisir à pratiquer la gymnastique aux engins, ne serait pas fier de posséder un « réussi » dans son livret d'aptitudes physiques après un exercice prestement enlevé.

La gymnastique aux engins, dans le sens que le comprend le programme I. P. n'est pas la gymnastique à l'artistique proprement dite, mais bien plutôt un entraînement physique aux engins, propre à assurer au corps la force, l'habileté et l'adresse. Tous ceux qui ont l'habitude de travailler avec nos jeunes ont pu remarquer qu'une certaine force corporelle leur manque et nous savons que parfois on rencontre même de jeunes campagnards qui ne peuvent enlever les 17 kg. d'un bras ! On pourrait croire en effet que dans notre époque actuelle on est en train de tomber d'un extrême dans l'autre. Nous savons cependant bien que nos ancêtres étaient de rudes soldats, craints dans toutes les parties du monde, qui s'exerçaient non seulement pour être en forme, mais bien plus pour le plaisir de se battre. On attachait alors davantage d'importance à la force qu'à l'agilité et à la vitesse. Aujourd'hui, il semble que notre jeunesse comprend réellement la valeur de la course, mais qu'elle oublie que la course seule ne peut prétendre créer un corps harmonieusement équilibré. C'est pourquoi il faut se persuader que l'éducation physique de notre jeunesse a tout à gagner en complétant les heureux effets de la course par ceux de la gymnastique aux engins. « Pratiquer l'un et ne pas oublier l'autre » doit être la devise de nos élèves I. P.

Celui qui dans sa jeunesse éduque son corps par la force, l'agilité et l'endurance s'assure pour la vie durant la santé.

La gymnastique aux engins ne crée pas seulement la force et l'habileté, elle forge le courage, car tous les sauts de cheval et les sorties du reck, des barres et des anneaux exigent du coup d'oeil et du sang-froid. Un entraînement systématique supprime bientôt la peur et l'anxiété, remplacées par le réflexe et la sûreté. La réussite et le succès — obtenus par l'entraînement et la persévérance — **procurent la satisfaction et renforcent la confiance en soi.**

Et maintenant, voici les mois d'hiver propices au travail aux engins. Que cet entraînement ne manque dans aucun programme de gymnastique en salle.