

<b>Zeitschrift:</b>	Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Band:</b>	3 (1946)
<b>Heft:</b>	25
<b>Artikel:</b>	Pédagogie sportive [suite]
<b>Autor:</b>	Coubertin, Pierre de
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-996822">https://doi.org/10.5169/seals-996822</a>

### 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:** 29.01.2026

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

# Pédagogie sportive (Suite)

Baron Pierre de Coubertin.

## LE COIN DU SPORTIF

### La religion et l'athlétisme

En Grèce, la recherche de la beauté du corps apparaît très tôt comme un objet digne des efforts de l'homme, en même temps que comme un moyen d'honorer des dieux. « Il n'est pas de plus grande gloire pour un homme, dira un héros de l'Odyssée, que d'exercer ses pieds et ses mains ». La société dépeinte dans l'Iliade est déjà fortement sportive : luttes, courses à pied, lancers, compétitions solennelles en vue desquelles chacun s'entraîne et qu'entoure un appareil religieux : la religion de l'athlétisme est née. (Les dieux sont amis des jeux) disait Pindare. Elle aura bientôt ses cérémonies périodiques et ses temples pour le culte quotidien. Les cérémonies, ce seront les grands Jeux : Jeux Pythiques, Isthmiques, Néméens, et les plus illustres de tous, les Jeux Olympiques.

Les temples, ce seront les **gymnases**, foyer de vie municipale, assemblant adolescents, adultes, vieillards autour de cette préoccupation d'exalter la vie de l'humanité qui est à la base de tout l'hellénisme et se reflète si nettement dans sa conception d'un au-delà crépusculaire où domine le regret du séjour terrestre.

**Le gymnase grec.** — Gymnase vient de gumes, qui veut dire nu ; pourtant les athlètes portaient des caleçons. Pausanias cite un coureur qui perdit la course parce que son caleçon s'était détaché. Quant au terme athlète, il a pour origine athlos qui signifie récompense, ce qui indique bien l'idée fondamentale de concours et d'émulation. Le gymnase était un vaste ensemble de constructions et d'espaces découverts, enchevêtrés et généralement reliés par des portiques. Salles d'escrime, salles d'hydrothérapie, salles de paume, salles de conférences, promenoirs, promenades, terrains de concours, le gymnase contenait tout cela et dans de larges proportions. Sparte eut, dit-on, les plus parfaits, avec cette originalité que les femmes y furent admises au même titre que les hommes. Tel n'était pas le cas dans les autres cités. Les gymnases d'Athènes, le Lycée, l'Académie, la Canopus, le Cynosargos (ce dernier fréquenté par les gens du peuple, les bâtards, les étran-

gers et les affranchis) furent célèbres, de même que le Cranon à Corinthe, Platon enseigna à l'Académie et Aristote au Lycée. Il va de soi que dans les petites villes, le gymnase était organisé sur un plan modeste et simplifié. Le personnel des grands gymnases comprenait d'ordinaire : le gymnasiarque ou directeur général, l'agonistarque ou directeur des concours publics, le gymnaste ou professeur avec son moniteur ou poedotribe, etc. Un médecin était attaché à l'établissement.

L'enseignement englobait la gymnastique (courses, sauts, lancers, travail des haltères), l'escrime, la lutte, le pancrace et le pugilat ; enfin en manière d'annexes : la sphéristique et l'orchestique.

Les coureurs antiques arrivaient à de belles performances. Avant la bataille de Marathon, Athènes envoya demander du secours à Sparte, le coureur Philippe qui, dit-on, accomplit le trajet en deux jours. Antyllas cite trois sortes de courses : en avant, en arrière, en cercle. Il semble que la course ait cessé par la suite d'être un sport aristocratique ; de même les sauts, sur lesquels nous avons très peu de données. Les lancements du javelot ou du disque (ce dernier surtout) qui mettaient en valeur la grâce et la beauté des athlètes et provoquaient les applaudissements de la foule, étaient fort prisés de ceux qui y réussissaient. La corde lisse semble avoir été d'usage fréquent. Les haltères étaient de formes variées, mais ils ne paraissent pas avoir ressemblé aux nôtres ; c'étaient en général de grosses boules rondes munies d'anses ou bien des masses oblongues avec un creux où passer la main ; on faisait aussi usage de pierres. Les haltères (de allomaï, sauter ?) s'employaient pour accélérer le saut. Aristote et Théophraste prétendent que l'aide qu'y trouvait le sauteur était considérable. Vérification faite, cela ne pourrait se soutenir que s'il s'agit d'haltères très légers et de sauts à pieds joints.

**L'escrime.** — L'escrime antique a toujours été handicapée par l'absence du masque à treillis. La veste et même le fleuret auraient peut-être pu être suppléés, mais non le masque auquel il ne semble pas qu'on ait songé. On distinguait la Schiamachia (litt. escrime contre une ombre, et la Monomachia, escrime contre un adversaire vivant) ; la première se faisait dans le vide ou contre un obstacle tel qu'un pieu planté en terre ; la seconde avec des armes de bois, se composait le plus souvent de simples feintes.

(A suivre).