

|                     |  |
|---------------------|--|
| <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>        | 5 (1948)   |
| <b>Heft:</b>        | 7  |
| <b>Artikel:</b>     | La Suède : pays de gymnastique et de sport   |
| <b>Autor:</b>       | Dutoit, Hermann-Cosy   |
| <b>DOI:</b>         | <a href="https://doi.org/10.5169/seals-996620">https://doi.org/10.5169/seals-996620</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:** 09.02.2026

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

simplement constater que deux Suisses ont déjà obtenu des prix d'honneur olympiques.

Les architectes W. Schindler, de Bienne, et Dr. E. Knupfer de Zurich ont, en effet, obtenu la médaille d'argent à l'occasion du concours d'architecture des Jeux Olympiques, avec leur projet de l'Ecole fédérale de Gymnastique et de Sport, et ce sur plus de 10 nations, dont plusieurs présentaient plus d'un projet.

\* \* \*

L'octroi de cette distinction honore avant tout les architectes eux-mêmes. Elle honore et estime à sa juste valeur leur oeuvre, le fruit de leur savoir, de leur travail, de l'esprit créateur des deux thèmes proposés : Sport et Nature.

Une part de cette distinction revient cependant également à ceux qui contribuèrent à la naissance de l'Ecole Fédérale de Gymnastique et de Sport en jalonnant le chemin qui devait mener à ce projet des architectes. N'ayant pas participé à ces travaux préliminaires, je puis bien me permettre cette allusion.

Les autorités de la Confédération qui, par l'intermédiaire du Département militaire fédéral, ont pris la nouvelle mission de notre E.F.G.S., et la Ville de Bienne, à son tour, qui encouragea principièrement sa création, ces deux instances, disons-nous, peuvent considérer l'octroi de cette récompense comme un témoignage reconnaissant pour leur conception élevée de la gymnastique et du sport.

Mais pour nous tous « de Macolin » qui œuvrons là-haut, cette distinction doit être un encouragement et une exhortation à mettre toutes nos forces pour que ce projet soit non seulement maintenu en son état, mais développé et réalisé dans ce qu'il a de plus beau et de plus élevé.

\* \* \*

Les deux médailles d'or et de bronze de ce concours furent attribuées à des travaux finlandais. Nous nous réjouissons de nous trouver en pareille compagnie. La Finlande a prouvé, une fois de plus, qu'elle regarde sans défaillance vers l'avenir et met tout en œuvre pour développer une jeunesse forte et saine. Ce n'est pas par hasard que le peuple le plus sportif soit aussi le plus intrépide et le plus valeureux qui jamais ne cesse de s'opposer à la tyrannie. Que cet exemple de la Finlande fasse réfléchir ceux qui ont approuvé la décision de verser 10 millions en faveur d'une réduction des prix du vin plutôt que de réservé cette somme au développement de la force et de la santé de notre jeunesse.

\* \* \*

Une remarque encore : Le fait que les premiers prix délivrés aux Jeux Olympiques aient été attribués à deux petits pays, nous paraît de bon augure. Nous espérons que, par là, on ait tourné définitivement le dos à tout ce qui est colossal et super-colossal. Qu'une aversion solide de cet esprit qui domina à Berlin, en 1936, disparaisse à tout jamais, ce doit être là notre voeu à tous — pour autant qu'il s'agisse du sport — dans l'intérêt de la pensée et de l'idéal olympiques.

**Arnold Kaech.**

# LA SUÈDE pays de gymnastique et de sport

« Une bonne santé donne la tranquillité, procure la paix, et la paix avec soi-même donne la paix avec les autres. De cette manière, le corps de l'homme devient un sanctuaire. »

Per.-H. LING.

## L'INSTITUT ROYAL ET CENTRAL DE GYMNASTIQUE

Située à la périphérie nord de Stockholm, sur une petite colline dominant le Stade olympique, se dressent les divers bâtiments qui constituent le nouvel Institut royal et central de gymnastique, édifice national représentant une institution plus que centenaire et de réputation universelle dans le monde de la gymnastique.

Effectivement, c'est en 1813 que Per-Henrik Ling (1776-1839), originaire de la province suédoise de Kroneberg, fait part, à la suite de sérieuses études gymniques et philosophiques, au roi Bernadotte de son projet de créer une École nationale de gymnastique en Suède. Il convient de relever que ce pays était alors ravagé par l'alcoolisme et la tuberculose, et Ling pensa par ce moyen — l'histoire lui donna raison — lutter victorieusement contre ces deux fléaux qui décimaient sa nation. Le roi, très intéressé par ce projet, lui donnait son acquiescement et lui remettait, le 5 mai 1813, le titre de Directeur de l'Institut royal et central de gymnastique (Kungl. Gymnastiska Central-institutet, soit G.C.I.). C'est donc pour atteindre un but essentiellement hygiénique et salutaire que les bases de la méthode suédoise de gymnastique furent posées et c'est ce qui en a toujours fait une œuvre de valeur.

P.-H. Ling élabora sa doctrine dans cet établissement et maison-mère, qu'il dirigea jusqu'à sa mort, doctrine qui devait, par la suite, dépasser les frontières de la Suède pour se répandre dans le monde entier, car, qu'on le veuille ou non, la gymnastique suédoise a été et est toujours à la base de toutes les gymnastiques.

Cependant, si, au cours des décades, la gymnastique ne cessait d'évoluer, le G.C.I., alors en pleine cité, ne convenait plus aux exigences modernes actuelles et, en 1941, sur la proposition d'un comité directeur, un projet de reconstruction fut soumis au roi Gustave V qui le ratifia, comprenant — lui-même très sportif — la nécessité de soutenir et d'encourager une œuvre sociale de cette envergure pour la santé et le bien-être de son peuple. Ainsi, en mai 1945, s'inaugurait le nouvel Institut central de gymnastique, école au double caractère technique et scientifique, dont je vous ai décrit la situation plus haut.

De briques rouges, comme la plupart des édifices d'État suédois, le G.C.I., par son architecture moderne et sobre de lignes, dégage une impression de sérieux qui, grâce à ses murs de ton chaud, le rendent spontanément sympathique. Six grands bâtiments, dont une maison centrale, quatre grandes salles de gymnastique reliées entre elles et un institut de physiologie aux installations de laboratoires et d'expériences les plus modernes, voilà l'École où sont formés les futurs maîtres de gymnastique.

C'est dans ce creuset que se forge la méthode suédoise inégalable grâce à ses fécondes expériences, à ses principes scientifiques et pédagogiques.

ques déjà prescrits dans leur ensemble par le vieux maître P.-H. Ling et enrichis par l'apport de ses successeurs, en particulier par son Hjalmar, inégalable encore grâce au respect de sa longue tradition. Actuellement, un projet de construction est à l'étude pour compléter le nouvel Institut. Très prochainement, une grande halle de jeux et une piscine seront mises en chantier. Derrière l'École, au pied de la colline, se trouve le stade d'Ostermalm qui, avec ses installations de sports et d'athlétisme, constitue la place d'entraînement d'été des élèves.

#### LA GYMNASTIQUE SUÉDOISE MODERNE

En tant que professeur d'éducation physique, je m'étais, au cours des années précédentes, fortement documenté sur la gymnastique suédoise par le truchement de livres français et suédois traitant de la matière. Cette littérature, quoique abondante, était pauvre en livres et brochures actuels. En arrivant en Suède, je connaissais donc les critiques, pour la plupart vieilles de quinze ans, formulées à l'adresse du système suédois, critiques presque exclusivement pédagogiques, assez justifiées et unanimes : gymnastique trop dogmatique, systématique, par trop artificielle et monotone, critiques laissant pourtant intactes les bases techniques de la méthode de Ling, en raison de son caractère scientifique, sérieux et approfondi. Je restais également sous l'impression de photographies et de documents divers, illustrant des sections, des classes scolaires, ainsi que des gymnastes des deux sexes, figés en attitude d'hyper-extension et aux mouvements raides, mécaniques et « cassés ». C'est donc non sans inquiétude que je m'inscrivis aux cours du G.C.I., me demandant si ces critiques allaient toujours être fondées. Mais, dès mon arrivée, je fus fortement surpris et intéressé en assistant à des leçons de gymnastique pratique vive, variée, très belle de conception, conception purement suédoise, et, certes, le système ne le céda à aucun autre, tant par la diversité, l'intensité et la difficulté des exercices. J'étais certes loin de ma première opinion, qui est encore, je le sais, celle de beaucoup. Il faut avoir vu la gymnastique suédoise actuelle, qui illustre une méthode de gymnastique pédagogique nouvelle, régénérée, fortement modernisée, grâce à une saine évolution qui date spécialement de ces dix dernières années, méthode qui ne perd de vue son souci de la correction de la tenue, du mouvement et qui cherche le développement normal et harmonieux de l'individu selon des principes de progression et de rationalisation en ayant pour base l'étude anatomique et physiologique du corps humain.

Si nous ouvrons le livre de P.-H. Ling « Les Fondements généraux de la gymnastique », nous trouvons dans la préface cette phrase qui a trouvé aujourd'hui toute sa vraie signification puisqu'elle a été comprise : « La gymnastique régénérée mourra si les médecins et les gymnastes ne la nourrissent pas, mais je prie Dieu que les médecins et les éducateurs de l'avenir puissent élargir et améliorer les essais que j'ai tentés. »

Ainsi, on peut conclure que, grâce à quelques novateurs qui ont fait œuvre utile dans le domaine gymnique, tout en respectant les principes du Père de la gymnastique, la gymnastique suédoise moderne est une gymnastique sportive qui a eu la sagesse d'écouter les critiques et d'en tirer profit, qui n'a pas craint d'évoluer sagement vers la vérité, vérité certes puisque la gymnastique suédoise correspond en tout point aux exigences et aspirations de l'homme présent.

(A suivre.)

Hermann-Cosy DUTOIT.

## A nos jeunes...

### NOTE DE LA RÉDACTION :

Nous avons, à maintes reprises déjà, publié dans nos colonnes des articles relevant l'incontestable valeur éducative de la gymnastique et des sports. Un vétéran-gymnaste de nos amis, qui désire garder l'anonymat, a bien voulu écrire à l'intention des lecteurs de Jeunesse Forte Peuple Libre, le captivant article ci-après que nous livrons à leur méditation.

F. P.

On dit couramment que « celui qui n'avance pas recule ». On peut, par comparaison, affirmer que celui qui ne fait rien pour développer son corps n'en fera rien de bon, et même qu'il risque fort de le diminuer physiquement, de l'affaiblir peu à peu et définitivement. Tous ceux qui se sont déjà entraînés dans nos sections de pupilles et d'instruction préparatoire en ont fait l'expérience, certainement. On a senti petit à petit ses muscles devenir plus forts, tout en restant assez souples. Les poumons se sont heureusement élargis, emmagasinant une plus grande quantité d'air qui a permis un plus gros effort. Le cœur aussi s'est fortifié et a gravi successivement les degrés de l'entraînement qui lui ont permis de supporter un 80 mètres qui paraissait difficile au débutant, et même des courses de fond qu'on est parvenu à terminer sans trop de fatigue.

Les jeux, à leur tour, ont provoqué une telle intensité de travail musculaire, d'activité accrue des poumons et du cœur, puisqu'ils ont été suivis chaque jour avec une joie nouvelle, puisque les dits efforts ne coûtaient plus une dépense de force exagérée qui imposait un arrêt et un repos forcé regrettable : il fait si bon jouer avec ses camarades, n'est-ce pas ?

En dehors de cette activité physique, un peu à l'image des animaux, il en est une, aussi importante, et qui est, en réalité le but de tout le travail musculaire et de tous ces mouvements naturels qui se succèdent à une cadence extraordinairement rapide parfois ; c'est la formation du caractère et partant de la personnalité de chacun de vous. C'est le gros souci de vos parents dès votre plus jeune âge, c'est celui de votre institutrice, puis de l'instituteur et de tous vos maîtres. C'est enfin celui que s'imposent vos moniteurs dans toutes les sections, et jusqu'aux plus âgés de vos camarades gymnastes. Et cette personnalité veut dire, vous l'avez compris, le développement de qualités morales dont on a besoin, chaque jour davantage, dans la vie, au bureau comme à l'atelier, pendant le travail de l'usine aussi bien que lors des loisirs, chez soi comme dans les promenades et les excursions de toutes sortes. Voulez-vous que nous les examinions ensemble, pour que vous puissiez les comprendre mieux, en estimant à leur valeur tout ce qui peut s'y rapporter ?

Avant de se lancer à l'eau pour apprendre à nager, il faut du **courage**, davantage que pour s'asseoir à sa table de travail en vue d'appren-