

**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:** 5 (1948)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Traits de lumière  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-996626>

### **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:** 01.01.2026

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

sont unanimes à reconnaître l'heureuse influence de Karikko. Et nous pouvons rappeler ici ce que le célèbre coureur finlandais P. Nurmi disait une fois : « Tout entraîneur peut former beaucoup de coureurs moyens, mais on ne devient un « as » que par un travail personnel infatigable ».

Ce qui a donc sans doute fait défaut chez les Suisses, c'est, pour une grosse part, le travail et l'effort personnel, sans qu'il n'y ait eu, pour autant, faute de la part de l'entraîneur. Du point de vue technique, les Suisses ne sont nullement inférieurs; les observations faites à Uxbridge, où s'entraînent les meilleurs athlètes du monde, prouvent, au contraire que les Suisses, avec leur méthode et leur technique, sont sur la bonne voie. (On a du reste souvent constaté que ce qui fait le succès de l'un peut contribuer à l'insuccès de l'autre. Ce n'est cependant pas notre affaire d'épiloguer ici sur les connaissances d'Uxbridge).

Il y a lieu de relever, en outre, que l'influence de Karikko s'est faite sentir pendant trop peu de temps pour que l'on puisse en constater, cette année déjà, les fruits. Mais nous croyons que le bon grain semé par notre ami finlandais germara et fructifiera si les instances responsables savent suivre la voie qui a été tracée et tirer les enseignements qui découlent de ses principes et des expériences faites à Londres.

Avec Paavo Karikko, c'est plus qu'un maître de sports qui nous quitte, c'est un homme que nous avons tous apprécié et aimé et duquel nous avons tous beaucoup appris, en particulier nous de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sports.

C'est pourquoi, nous tenons à exprimer à ce cher camarade sportif finlandais, notre profonde reconnaissance ainsi que nos vœux les plus sincères pour sa future carrière de maître de sports et d'entraîneur.

Marcel Meier.

---

## TRAITS DE LUMIÈRE

---

**« La gymnastique est pour moi un supplice, parce que je suis maladroit et que j'ai peur... »**

Moniteur I. P., as-tu déjà pensé à cela :

Mr. On sait que pour l'éducation physique à l'école et pour l'Instruction préparatoire, le principe de la performance prévaut. Aux examens de fin de scolarité, à ceux dits de base dans l'Instruction préparatoire et à l'occasion du recrutement tout sera mesuré, chronométré, enregistré. Ces épreuves sont riches d'enseignements; sur la base de ces statistiques on peut se faire une idée assez précise des capacités physiques et de l'habileté de notre jeunesse. Il ressort positivement qu'on peut déterminer où se trouvent les forts et où l'on rencontre les faibles en culture physique et combien diversement cette activité est interprétée selon les régions et les groupes de professions. C'est sur ces données détaillées qu'on peut, avant tout autre moyen, prendre les mesures nécessaires pour améliorer les faibles. Pour beaucoup de jeunes gens ces examens sont en même temps un stimulant à un entraînement plus poussé; chaque convalescent bien constitué physiquement recherche d'excellents résultats, si possible de « sortir » dans les meilleurs, éventuellement de se classer premier. Chez l'un ou l'autre une bonne place atteinte signifiera une plus grande confiance en soi. Chez d'autres, toutefois, — et particulièrement chez les physiquement peu doués et les craintifs — les examens et les listes donnant les rangs obtenus auront des effets contraires: plutôt que de chasser leurs appréhensions ils les accroîtront encore. Pour les forts et les ambitieux, si le système des points est certainement un excellent stimulant, il aura des effets opposés chez ceux que la natu-

re n'aura pas favorisé du point de vue physique... Écoutons ce que les jeunes eux-mêmes nous disent à ce sujet :

Un garçon écrit sous la rubrique « Tribune libre » de la « Jugendwoche » : Je n'ai, dit-il, aucun courage. Je ne peux pas sauter aussi haut que mes camarades. Seul le jeu, dans la leçon de gymnastique, me procure quelque joie. Que dois-je faire ? Personne ne m'a conseillé comment lutter contre cette peur.

Nous avons de nouveau une leçon de natation. C'était pour moi le pire de tout. Je sais nager, mais je ne puis me décider à plonger de la planche de saut. Et je suis régulièrement la risée de mes camarades. Cela me fait mal, parce que, tout simplement, j'ai peur.

La gymnastique est pour moi un supplice, parce que je suis aussi maladroit. Quand nous travaillons en plein air, et que des spectateurs peuvent nous voir, je voudrais disparaître sous le sol comme une souris dans son trou.

Je voudrais bien aussi pouvoir courir enfin aussi rapidement que mes camarades. Mais je suis toujours le dernier. Je suis parfois si oppressé que je dois pleurer. Il m'est alors impossible de rentrer à la maison, car je veux cacher ma peine à ma mère. Je me mets alors dans un coin écarté et y reste jusqu'à ce que je puisse dire : « Là, ça y est, personne ne remarquera plus que j'ai pleuré ».

Cher lecteur, as-tu connaissance que, dans l'un de tes groupes, puisse se trouver de tels jeunes gens ? Tu as certainement déjà été frappé — particulièrement dans les jeux — que certains garçons, intimidés et maladroits, s'esquivent régulièrement vers les bords de l'emplacement. Intérieurement et extérieurement embarrassés, ils suivent le jeu des forts, des habiles et des cou-

rageux avec un sentiment douloureux d'envie. Conscients de leur maladresse ils ne font que se crispier davantage et, si un ballon s'égare vers eux, les voilà malheureux au point de n'en être que plus maladroits et encore davantage dans la détresse.

Pendant le jeu, tu te laisses peut-être volontiers impressionner par les prouesses et les aptitudes des plus habiles, mais tu ne tentes pas de lire dans l'âme de l'isolé sur le bord extrême du terrain, peut-être même t'énerves-tu de son incompetence ; c'est regrettable, car c'est précisément à celui-là que tu devrais prodiguer tes conseils et toute ta patience. Encourager les faibles, leur donner la confiance en soi, n'est-ce pas là un des devoirs les plus beaux, même s'il est le plus difficile, qu'il soit donné de remplir à un éducateur et à un moniteur ?

Nos efforts tendent à intéresser le plus grand nombre à un développement physique rationnel ; mais ce serait travailler à l'encontre de nos intentions si, à l'école et dans l'Instruction préparatoire, nous nous désintéressions des faibles.

Le principe même des performances, dont on a tant parlé déjà, reste le point névralgique. On le supprimera avec certitude quand les dispositions actuellement prédominantes auront été modifiées.

Par quoi, alors, remplacer ces instructions ? Ici aussi Pestalozzi nous montre le chemin :

**« Dans mon école un enfant n'est pas comparé avec un autre enfant, mais chacun observé pour lui-même. »**

Si nous réussissons à modifier cette attitude dans nos groupes et sections, si, donc, nous aboutissons à mettre en valeur les progrès personnels de chacun avant tout, et plutôt que de « monter en épingle » les résultats maxima des meilleurs seulement, alors nous gagnerons certainement les faibles à cette idée de tels examens ; car ils ne seront plus fascinés par les grandes différences de leurs propres résultats avec ceux des premiers en liste, mais éprouveront une joie réelle à leurs modestes progrès. Écoutons ce que dit un pédagogue expérimenté au sujet du principe des performances :

Le Dr. H. Kleinert, prof. d'École normale à Berne, écrit à ce sujet : « Loin de moi l'idée de prendre parti pour ou contre ce « principe des performances ». Il n'existe selon moi aucun travail qui ne doive avoir un but, donc une performance à atteindre. Je suis persuadé, par contre, que nous devons nous éloigner résolument de cette interprétation qui ne veut distinguer, dans la performance, que des **résultats comparés mesurables** qui, finalement, ne voit plus que la course vers le record.

On a déjà souvent émis l'opinion que le sport serait la plus belle des choses si l'on pouvait renoncer à ce principe de la performance. Et pourtant la performance, ou, mieux, l'amélioration de la performance est fortement ancrée dans l'âme de tout être humain ; et cet être humain reste aujourd'hui comme hier en face de la nécessité de combattre et de traiter avec ses semblables. Il reste, bien entendu, que nous de-

vons distinguer entre une performance dont seule la force brutale serait déterminante et celle qui ne peut être atteinte que sur la base d'une technique et d'un entraînement systématiques. Ici aussi il faut savoir préférer **la qualité à la quantité**. Malgré cela le sport ne renoncera jamais au principe des performances. Mais il ne s'agit pas de suppression ou d'adoption. L'important reste la valeur spirituelle que nous voulons conférer à la belle performance. Il va de soi que l'école doit stigmatiser tous les abus des sports « exploités », avant tout cette glorification des records et des « recordmen » qu'à tout prix nous éviterons, et que, si l'occasion se présentait, nous combattrions énergiquement.

Pour l'éducation, donc pour la gymnastique scolaire, une autre considération est à examiner encore : Il est évident que, dans l'enseignement de la gymnastique la performance peut et doit être exigée et recherchée. Nous le demandons en mathématiques, dans l'étude des langues étrangères comme d'ailleurs dans toutes les autres branches d'enseignement. C'est ainsi que, périodiquement, le saut en hauteur, le saut en longueur, la course de vitesse seront mesurés ; on comptera les buts « tirés » dans le ballon à la corbeille et le ballon à la main. Mais on se gardera de permettre que les écoliers fassent état de ces performances mesurées dans le sens d'une stupide gloriole ou d'une désapprobation malveillante, d'une excitation malsaine de l'ambition, autant de manifestations qui mèneraient trop facilement vers une sorte de déification des performances physiques. Je suis plutôt de l'avis que chaque performance et chaque mensuration doit servir au **développement individuel du corps**. En résumé : « Vois quels progrès tu as fait — Observe ce que tu peux, ce que tu veux, et quand tu dois fournir un effort ou que tu te laisses aller ! — Mais, évite à tout prix de te laisser aller à dire : « Regarde celui-ci, ou celui-là, quel type ! Il sera bientôt un des plus forts ! »

Ainsi j'arriverai à atteindre ce que j'estime essentiel dans tout enseignement de la gymnastique. Cela vaut d'ailleurs pour tout l'enseignement en général, mais prend toute son importance, avant tout, dans la gymnastique. Très souvent nos écoliers se montrent inhabiles et peu habitués à mettre leur corps en action ; le courage leur manque souvent.

**C'est pourquoi chaque maître et chaque maîtresse de gymnastique considérera comme un de leurs principaux devoirs d'encourager, d'aider, de mettre en évidence le plus modeste progrès, chaque performance, grande ou petite, et de se souvenir que pour tel élève un saut en hauteur de 1 m. représente une performance bien plus précieuse que celle de 1,5 m. pour l'un de ses camarades. Nous oublions trop souvent cette forme d'encouragement. Dominer ses appréhensions, fortifier ce sentiment du Moi par une interprétation fidèle du principe des performances et de son application intelligente à l'égard des élèves, tel doit être le caractère essentiel de tout enseignement de la gymnastique. »**