

| | |
|---------------------|--|
| 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: | 6 (1949) |
| Heft: | 10 |
| Rubrik: | Échos de Macolin |

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: 05.02.2026

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

corps, qui est déjà en mouvement, sa première vitesse (Fig. 3). Les bras travaillent asymétriquement et sont fléchis; leurs mouvements sont courts et rapides comme les jambes avec leurs foulées courtes et rapides. Au start, après être sorti des trous, nous devons avoir le sentiment que chaque foulée est plus rapide. Il est faux de piéteriner, car avec une telle méthode je frappe si durement la piste que je laisse derrière moi des trous dans la cendrée. Je cours vite, mais je n'avance pas. Donc, ne piéterinez pas, mais recherchez une poussée puissante et élastique. Il est important, dans la course, d'avancer les hanches pour éviter de courir le corps plié en deux et travaillez beaucoup plus avec les bras devant le corps (avancée). Les foulées deviennent progressivement plus longues et, avec cet élan puissant, nous parcourons la dernière partie de la distance.

Echos de Macolin:

Cours pour la formation de maîtres et de maîtresses de sports de profession indépendante

L'Ecole fédérale de gymnastique et de sport organisera, pour la première fois, du 16 janvier au 16 avril et du 14 mai au 12 août 1950 (deux trimestres), un cours pour la formation de maîtres et de maîtresses de sport indépendantes.

Le cours sera organisé, en principe, sous forme d'internat.

Buts du cours : Donner aux candidats et candidates qualifiés une formation de maîtres, respectivement de maîtresses de sports leur permettant d'exercer librement cette activité ou de fonctionner comme gardiens de bains, professeurs de natation, professeurs de sports dans les lieux de villégiature et de cure, moniteurs d'entraînement dans les organisations sportives d'ouvriers de fabrique, entraîneurs de sociétés ou d'associations, etc.

Cette formation donnera aux candidats les capacités pédagogiques nécessaires à l'enseignement général de base et des branches spéciales pratiques, ainsi que les notions fondamentales d'anatomie et de biologie tout en les familiarisant avec l'activité, l'histoire et les méthodes de l'éducation physique.

Admission à l'examen et au cours : Les Suisses et Suissesses, âgés de 19 à 40 ans, et jouissant d'une bonne réputation seront acceptés à l'examen d'admission. Ils devront disposer d'une formation générale suffisante, avoir appris un métier et prouver qu'ils possèdent les connaissances requises d'une langue étrangère; ils devront, en outre, être si possible, recommandés par une association de gymnastique et de sport.

L'examen d'admission comprend une partie théorique sur la formation générale et un examen pratique des capacités sportives.

Choix des branches : Les branches imposées de la préparation théorique et les exercices de la formation générale de base, ainsi qu'au moins une des branches spéciales ci-après sont obligatoires:

Basketball - boxe - patinage - escrime - football - exercices aux engins - gymnastique - handball - athlétisme léger - lutte - natation - ski - tennis.

Pour autant que le plan d'étude le permette, deux

autres branches spéciales au maximum, peuvent être exigées. Si le candidat possède les qualités requises, il lui est recommandé de choisir comme branches spéciales, une de sport d'été proprement dit et une autre de sport d'hiver.

Finance de cours : La contribution financière des participants se monte à **frs. 750.—** par trimestre (frs. 250.— par mois). Celle-ci comprend les frais de logement et de subsistance, la taxe d'école, ainsi que les frais de voyage, etc. Les paiements s'effectuent, soit au début du trimestre, soit en trois acomptes mensuels payables au début de chaque mois. Les demandes motivées tendant à obtenir une bourse d'étude doivent être adressées en même temps que l'inscription au cours.

Diplôme : Le diplôme de maître et respectivement de maîtresse de sport de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport sera remis aux candidats qui auront suivi le cours avec succès et qui auront réussi l'examen final. Ce diplôme n'autorise pas les détenteurs à enseigner la gymnastique dans les écoles publiques.

Inscription : Les personnes que ce cours intéresse sont priées de s'inscrire auprès de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport jusqu'au plus tard le **15 novembre 1949**, en précisant qu'il s'agit du « Cours de maîtres de sport ». La demande d'inscription sera accompagnée de :

- certificat d'origine ; certificats scolaires ;
- certificat de bonnes moeurs ; certificat de sortie d'Ecole professionnelle ; certificat d'apprentissage et autres certificats professionnels ; un bref curriculum vitae manuscrit ; un rapport sur l'activité sportive passée avec les attestations éventuelles relatives à une formation spéciale ou à des performances, visées par l'association intéressée ; un certificat médical et 2 photographies récentes.

Il sera précisé, en même temps, pour quelle (s) branche (s) spéciale (s) l'enseignement est désiré.

Renseignements : Tous renseignements complémentaires au sujet de ce cours peuvent être sollicités par écrit ou par téléphone auprès de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport (Téléphone No (032) 2.78.71). Les règlements relatifs aux examens, aux bourses d'étude, ainsi que les directives concernant les prescriptions d'exams peuvent également être obtenus à la même adresse.

Ecole fédérale de gymnastique et de sport

LA DIRECTION.

Echos romands

VALAIS.

LES FORMALITÉS ADMINISTRATIVES DANS L'I. P.

Si l'on pense aux simplifications déjà apportées dans la comptabilité de l'I. P., on pourrait croire que les rapports d'exams et de cours, les carnets de contrôle et les feuilles d'exams sont établis avec soin et facilité par les moniteurs.

La réalité est bien différente. Nos moniteurs, ceux des communes rurales plus particulièrement, qui montrent un si beau dévouement par le travail inlassable qu'ils accomplissent sur les terrains de sport, sur les champs de ski, dans nos montagnes et dans les bois, n'affichent de loin pas le même zèle