

**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:** 8 (1951)

**Heft:** 1

**Rubrik:** Nous te proposons

### **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](#)

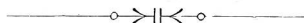
### **Terms of use**

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:** 08.02.2026

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

# NOUS TE PROPOSONS



Lorsque ton regard s'arrêtera sur ces lignes, cher moniteur I.P., 1951 aura déjà perdu son premier mois et ton calendrier son premier feuillet, inéluctables signes de la marche inexorable du Temps. Et cependant, pour toi, le temps n'est pas encore venu d'exercer ta bienveillante activité. Certes, tu es encore accaparé par les cours à option de ski qui ont clôturé ton activité de moniteur I.P. en 1950. La nouvelle étape, celle de 1951, tu ne l'aborderas que lorsque le fœhn de mars aura définitivement libéré les sous-bois et les pistes de ton terrain d'entraînement des dernières taches de neige souillée. Deux mois à peine te séparent de ce nouveau départ. Es-tu prêt? As-tu établi en détails, le programme de ton activité I.P.? As-tu posé ces jalons qui t'empêcheront de dévier dans ta marche en avant? T'es-tu enfin fixé des buts précis que tu te proposes d'atteindre coûte que coûte, au cours des douze mois qui vont suivre?

Si oui, tu as droit à toute notre admiration et nous te félicitons. Mais peut-être n'as-tu pas eu le temps encore de t'en préoccuper!

Les propos qui vont suivre t'aideront, dans ce cas, à établir un programme d'activité qui sera à la fois complet et attrayant. Ce ne sont que quelques idées, bien sûr, mais il te sera facile de les compléter selon ta fantaisie et selon les moyens dont tu disposes.

Bon courage et bonne chance, mon ami! Et souviens-toi que :

**« Celui qui sait ce qu'il veut atteindra sûrement ce qu'il veut ! »**

LA RÉDACTION.

« Une idée doit pouvoir être réalisée, sinon elle est semblable à une bulle de savon ».  
Auerbach.

## ARNOLD KAECH

Combien souvent l'on entend des plaintes au sujet de la mauvaise compréhension entre parents et enfants. Les deux parties vont au travail et s'adonnent au plaisir séparément. La maison paternelle n'est plus qu'un restaurant, d'ailleurs fort commode, où l'on vient manger et dormir. N'a-t-on pas également reproché à l'Instruction préparatoire (à notre avis à tort) d'éloigner les enfants des parents? Le moniteur I. P. peut-il y remédier?

### Idée et but :

la section I. P. organise un meeting familial.

Le moniteur I. P. discutera le problème « parents-enfants » au sein de la section et propose aux jeunes de passer une fois un dimanche avec les parents, les frères et soeurs. Comme ce sera ennuyeux? — Cela dépend entièrement de toi-même.

Le meeting familial pourrait être organisé à peu près de la façon suivante : Chaque participant I. P. proposera à la maison une excursion de 2 à 4 heures de marche, à l'écart de la grande route (chemins d'excursion). Puis, un beau dimanche, ce sera le grand départ! On fera la soupe en route, déchargeant ainsi pour une fois la maman du souci de cuisiner le rôti dominical. L'itinéraire de cette excursion est choisi par le jeune initiant lui-même. Il appartient au moniteur I. P. de désigner un endroit où toutes les familles qui le désirent peuvent se rencontrer. Sous les yeux des parents, frères et soeurs et les jeunes adeptes de l'I. P. pourraient s'adonner à de petites compétitions ou à des jeux de leur choix. Le retour au foyer s'effectuera de nouveau librement.

Cette entreprise devra être organisée sans contrainte aucune. Suivant les cas, il faudra peut-être une certaine persuasion de la part du rejeton pour convaincre toute sa famille de passer une fois un dimanche de cette façon. Mais il vaut la peine d'essayer. S'il réussit, il aura accompli de la propagande I. P. dans le meilleur sens du terme.

## MARCEL MEIER

Depuis pas mal de temps tu te fâches à cause du mauvais état de ton installation de saut. Le sable de la fosse de saut est dur comme pierre, la poutre d'appel est toute rongée et bosselée, la piste d'élan est quasi impraticable. Aussi bien à l'école qu'à l'I. P. on a déjà enregistré des lésions de pieds. Les réclamations adressées aux autorités compétentes n'ont abouti à rien. Que faire?

### Idée et but :

Le groupement I. P. construit lui-même de nouvelles installations de saut.

**Marche à suivre :** Tu demanderas à l'EFGS, qui dispose d'un service spécial de renseignements pour la construction de places et d'installations de gymnastique et de sports, les données nécessaires pour l'aménagement d'une installation de saut pouvant être réalisée par vous-mêmes avec de modestes moyens. Tu examineras alors comment te procurer le matériel de constructions à des conditions avantageuses. Peut-être se trouve-t-il dans le groupement le fils d'un menuisier ou d'un charpentier qui aura l'occasion d'acheter le bois à bon marché, pour la poutre d'appel et l'encadrement du fossé. Dès que tous les travaux préliminaires seront terminés — y compris le recrutement de la main-d'oeuvre (groupement I. P.), l'acquisition du matériel et le devis — tu t'en iras trouver le président de la commune ou une commission compétente. Il vaut cependant peut-être mieux conférer préalablement avec une personnalité influente, susceptible de défendre vos intérêts devant les instances compétentes.

Il est de la plus haute importance que l'autorité soit persuadée que non seulement vous exigez mais que vous êtes disposés à collaborer vous-mêmes à la construction et à faire les sacrifices nécessaires.

## ERNST HIRT

**Rien ne pourra m'empêcher d'organiser un cours à option en 1951, avec mon groupement I. P.**

On doit malheureusement constater que la plupart des moniteurs n'ont pas encore saisi le vrai sens de l'I. P. réorganisée. Ils croient satisfaire à leur devoir vis-à-vis de leur groupement et de la communauté en organisant un cours de base. En toute sincérité, cher ami, n'as-tu pas, toi aussi, agi comme cela? N'as-tu pas renoncé d'organiser un cours à option parce que le cours de base t'a déjà coûté beaucoup de peine et de temps? Sans doute, l'organisation du cours de base, le maintien de la discipline et de l'ordre se révèlent toujours plus difficiles. Seule la détermination d'un soir d'entraînement favorable à tout le monde est déjà liée à pas mal de difficultés.

Je sais également qu'il faut beaucoup de travail pour mener à chef l'organisation d'un cours de base. Il faut vraiment un haut degré de connaissances, de patience et de dévouement pour que ce cours devienne réellement un événement pour chaque participant. Tout cela t'engage — comme c'est le cas pour la plupart des moniteurs — à te contenter du cours de base. Mais il faut te dire que tu te privas, toi-même et que tu privas du même coup tes jeunes camarades, de quelque chose que nous aimerions désigner comme ce qu'il y a de plus vivant et de plus précieux dans l'Instruction préparatoire, à savoir les cours à option. Ils sont — à l'Instruction préparatoire — ce que sont le sucre et le raisin sec dans le « gougloff ».

Les cours à option permettent, en effet, d'exercer une plus grande influence sur le développement de l'esprit et

de l'âme du jeune homme, par le moyen de l'I. P. Ils nous permettent de poursuivre l'éducation à la vie communautaire commencée au sein de la famille et à l'école. Ils conviennent particulièrement bien pour élargir l'horizon des jeunes gens. Si tu as vraiment à cœur d'apporter, en 1951, du nouveau à tes élèves, de les enthousiasmer pour l'I. P. et par l'I. P. par un travail en commun librement consenti et accompli en pleine nature, alors tu te décideras à organiser, avec eux au moins un cours à option.

#### KASPAR WOLF

**Essayer de réaliser dans chaque leçon quelque chose qui soit à la fois inédit et sympathique.**

**Régisseur : toi-même.**

**Exemple :** L'un des participants a son anniversaire. Petite cérémonie d'honneur humoristique, au début de la leçon, et pour marquer l'événement pour l'intéressé, lui laisser le soin de décider du jeu qui sera pratiqué en fin de leçon.

**Une action hardie.** Petite course dans le terrain. Une haie bien illuminée par une lanterne ; derrière la haie obscurité absolue, probablement un trou. « Qui risquera sans hésitation un saut dans la nuit ? » Le moniteur, lui, connaît l'endroit qui ne présente aucun danger.

**Un élève I. P. va quitter la section pour se rendre en Suisse allemande.** A la fin de la dernière leçon : Petite allocution d'adieu. Le partant quitte la halle de gymnastique en marchant le premier à travers la double haie formée par ses camarades.

**J'ai invité pour ce soir à 19 h. 1/2, la section I. P. de X.** Nous organiserons des concours d'équipe de course d'obstacles et de basketball. Il s'agit de profiter autant que possible de l'heure qui reste avant les concours en s'exerçant au passage des différents obstacles. Au travail.

**L'un des participants a réussi hier un examen.** Pendant une pause, on l'engage — sans en avoir l'air — à raconter ses émotions. Sujet très intéressant.

**Aujourd'hui, le champion suisse X. Y. est notre hôte.** Il nous démontrera son art. Mais d'abord, il aimerait vous voir au travail.

Il y a du plaisir à rencontrer les yeux de celui à qui on vient de donner.

La Bruyère.

#### FRANCIS PELLAUD

**« Je m'efforcerais de développer dans le cœur de mes jeunes gens les véritables sentiments de camaraderie, de solidarité et de fraternité chrétienne. »**

Les exigences de la vie moderne nous incitent à un égoïsme de plus en plus accru et cette plaie sociale, qui affecte plus spécialement les adultes, risque fort de contaminer notre jeunesse si nous ne la prémunissons pas contre cette inclinaison antisociale par excellence.

Profite donc, cher moniteur I. P., de toutes les circonstances favorables pour rappeler à tes protégés qu'il font partie intégrante d'un tout social dont la valeur globale n'est que le reflet de la valeur des éléments qui le composent. Si ces éléments sont généreux, bons et charitables, la société qu'ils composent sera bonne, généreuse et charitable.

**Comment y parvenir.** A l'occasion de la clôture d'un examen de base, d'un cours à option ou d'un camp de ski, invite tes jeunes à faire un geste de générosité en faveur de ceux qui souffrent et en particulier des enfants victimes de la guerre. Tu sauras leur faire comprendre que le bonheur qui leur échoit aujourd'hui, a été payé chèrement par tous ces malheureux qui ont subi, bien malgré eux, les sévices d'une guerre inhumaine. Il est donc juste que nous contribuions à soulager leurs présentes misères. La Croix-Rouge suisse, secours aux enfants, et la Chaîne du Bonheur accueilleront, avec une reconnaissance émue, ces dons de la jeunesse pour la jeunesse ! Tu auras ainsi contribué à atteindre l'un des buts de l'I. P. : le développement moral de nos jeunes gens ! Tu en auras fait un véritable instrument d'édification et un gage de paix et de bénédiction pour notre pays.

# ROUTINE

Une très grande joie m'envahit lorsqu'au gré d'une promenade solitaire, je puis assister aux ébats d'un groupe d'athlètes ou si, par surcroît, il m'est accordé de les observer incognito, sans crainte ni de les déranger ni de les distraire. De mes observations découle un plan de travail solidement établi. Les bases, tant méthodiques que physiologiques, sont respectées. Le tout s'enchaîne, forme un ensemble parfait et le but désiré est atteint. La joie se lit sur tous les visages. Le moniteur a gagné une étape, il doit maintenant préparer la suivante pour remporter la palme du succès.

Il peut paraître aisé, aux yeux du profane, d'enseigner une branche sportive, de conduire la jeunesse dans le vaste domaine qu'est le sport, de lui faire goûter les joies de l'exercice physique, mais combien il est difficile, voire ardu, de lui apporter une gamme d'exercices propres à son degré de développement.

Nous travaillons dans les cours de moniteurs la matière d'enseignement, nous étudions les bases théoriques des mouvements, les principes d'une méthode et ces nouvelles acquisitions assimilées à nos propres connaissances forment parfois un bagage bien modeste sans doute, mais d'autant plus précieux qu'il est véritablement possédé. Empreints de notre personnalité, marqués de notre tempérament, les exercices prennent rapidement une forme bien à nous. Nous mettons l'accent sur une partie bien précise d'un mouvement plutôt que sur une autre. On en arrive à des divergences de vue, on s'explique avec ses adversaires et, bien persuadés d'avoir raison, nous poursuivons de plus belle dans la voie choisie sans rechercher, peut-être, à approfondir le sujet et à modifier notre enseignement technique, ne serait-ce qu'à titre d'essai.

Les jours s'écoulent, les années passent et nous enseignons cependant toujours les mêmes choses avec la même ardeur. L'élève peut, à coup sûr, vous renseigner exactement sur ce qu'il fera dans un prochain entraînement.

C'est là, moniteur, que réside le danger qui nous guette : la routine, cette habitude depuis longtemps consacrée, de faire une chose machinalement et toujours de la même manière ; nous ne devons, en aucun cas, tomber dans ce piège. La routine a du bon et du mauvais, elle peut être comparée à une épée à double tranchant. Elle est salutaire par le fait qu'elle nous permet de nous libérer d'une multitude de détails méthodiques et techniques ; je pense à l'aisance de l'enseignement, à la suite méthodique des exercices, à l'attitude naturelle du moniteur, à la liberté de l'esprit. Ainsi soulagés, nous sommes à même de porter toute notre attention sur l'élève et plus particulièrement sur son comportement, son développement, sur ses réactions aussi. Grâce à elle un grand nombre de points se règlent presque automatiquement. La routine forge notre expérience, elle nous trace la voie du succès et nous confirme la valeur de nos principes méthodiques. Elle accumule en nous une foule d'observations et de constatations. Elle affirme la valeur du moniteur. L'autre tranchant nous présente la routine comme un élément dangereux et pernicieux du fait qu'elle constitue pour le moniteur un oreiller de paresse qui étouffe petit à petit son allant, son enthousiasme, son amour pour le noble but qu'il poursuit. Considérée sous cet angle nous devenons esclaves, inconscients bien souvent, de