

**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:** 10 (1953)  
**Heft:** 12  
  
**Rubrik:** Le coin du moniteur

### **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**

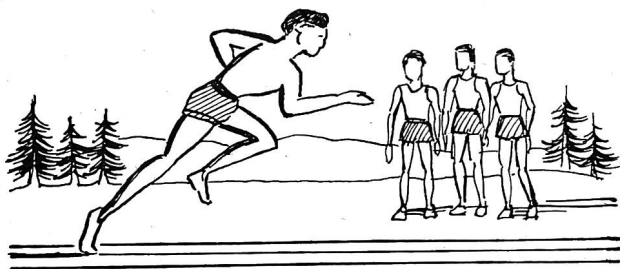
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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>**



## LE COIN DU MONITEUR

### Tes nouvelles armes

Avec l'année qui s'achève, nous avons le plaisir de te présenter les nouvelles armes avec lesquelles il te sera plus facile de mener à bien la tâche à laquelle tu t'es bénévolement attaché.

Ta première arme sera notre nouveau film en couleurs

#### « Viens avec nous »,

le plus beau des documentaires que l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport ait réalisé jusqu'à ce jour. D'une durée de projection d'une heure environ, ce film permet au profane de se faire une idée tout à fait claire de l'Instruction préparatoire, de la diversité de son programme d'activité, de son rôle social et de l'idéal qui l'anime ! C'est une arme puissante qui est mise à ta disposition. Elle t'ouvrira, nous en sommes persuadés, les portes qui jusqu'ici t'étaient demeurées inexorablement fermées. A l'instar de l'office cantonal I. P. du Valais, organise, dans ta région, de nombreuses séances d'information au cours desquelles tu parleras de l'idéal de l'I. P. et des bienfaits de l'éducation physique. Le film « Viens avec nous » fera le reste !

Ta deuxième arme servira, en premier lieu, à parfaire ta formation de moniteur et à te mieux préparer à ton beau rôle de chef. Cette deuxième arme, tu l'as deviné, c'est le

#### Nouveau guide pour l'Instruction préparatoire

dont chaque moniteur I. P. devrait faire son livre de chevet. Ses 187 pages abondamment illustrées de photos et de croquis t'exposeront, dans le détail, tous les problèmes que tu devras, tôt ou tard, aborder. Tu y trouveras, en particulier, une partie pédagogique traitant : de l'adolescence et de tous les problèmes d'ordre physiologique et psychologique qui s'y rattachent ; du moniteur et de sa tâche belle et diverse ; du programme de travail et de certains principes méthodiques qui doivent guider son application.

Différents chapitres sont en outre consacrés à la mise en train, aux exercices à mains libres, aux exercices avec le Medizinball, à la course, aux sauts, aux lancers et jets, aux exercices à terre, à la gymnastique aux agrès ainsi que quelques conseils pratiques pour les premiers secours en cas d'accident.

Toute une série d'exercices et de jeux y sont décrits avec dessins à l'appui. Ce guide facilitera grandement la préparation de tes leçons, il exclura toute monotonie dans le travail, grâce à sa source inépuisable de renseignements techniques et pratiques.

Comme le dit dans son introduction, notre collaborateur H. Pralong, cet opuscule fut laborieusement pensé et rédigé. Ceci ne signifie aucunement qu'il soit parfait et qu'il échappe de ce fait à toute critique. Sache que ceux qui l'ont élaboré et traduit y ont mis tout leur zèle et tout leur cœur avec la seule préoccupation de te rendre service.

Témoigne-leur ta reconnaissance en te procurant le plus tôt possible cet indispensable compagnon de lutte !

Ta troisième arme servira à ton usage strictement personnel. Il s'agit du petit guide pratique

#### « Les travaux administratifs du moniteur de l'Instruction préparatoire volontaire »,

élaboré par le Service de l'I. P. de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport. Il sera pour toi un auxiliaire précieux qui veut te prouver, avant tout, que la « guerre du papier » dans l'Instruction préparatoire est moins ardue que tu pourrais le craindre. Voici brièvement énumérés les objets qui y sont traités :

1. Quels cours et examens peux-tu organiser après avoir participé à un cours fédéral de moniteurs ?
2. Comment faut-il annoncer les cours et examens ?
3. Cours de base. — 4. Entraînement de base. — 5. Examen de base. — 6. Cours à option. — 7. Examen à option. — 8. Matériel de l'Instruction préparatoire. — 9. Assurance et examen médico-sportif.

Notre revue traitera ces différents problèmes au cours de l'année prochaine.

Ta quatrième arme, c'est celle que tu tiens en mains en ce moment. Notre revue

#### Jeunesse Forte - Peuple libre.

C'est une vieille arme puisque, depuis dix ans déjà, elle vient frapper à ta porte t'apportant conseils, avis et une foule de renseignements techniques et pratiques. Elle constitue le trait d'union idéal entre le centre spirituel de Macolin et tous ceux de ses amis, moniteurs I. P., dirigeants d'association, ecclésiastiques, etc. Elle est à ta disposition, tu peux y exposer tes idées, défendre ton point de vue, soutenir notre cause. Elle compte sur toi et ta précieuse collaboration pour l'enrichir de ton apport et pour assurer sa diffusion.

Ta cinquième et dernière arme, mais non la moindre, c'est

#### ton enthousiasme, ton feu sacré

pour la cause de l'Instruction préparatoire, ta foi en son idéal et ta certitude de servir une cause juste et éminemment utile à notre jeunesse...

C'est avec toutes ces armes, nouvelles ou anciennes, que ta vas « entrer en guerre » en cette année 1954.

L'issue de cette bataille en faveur d'une éducation physique joyeuse, captivante et emballante de notre jeunesse, ne dépend pas exclusivement d'elles, mais surtout de l'usage que tu sauras en faire.

Sois-en le chevalier-servant, sans peur et sans reproches et la victoire te sera acquise.

Noël 1953.

FRANCIS PELLAUD.