

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:	11 (1954)
Heft:	3
Artikel:	Jeux et sports dans le monde antique
Autor:	Claude
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-996922

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: 13.01.2026

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

Dans la vie courante, l'on entend souvent dire de quelqu'un qui a fait preuve de générosité, de magnanimité, qu'il a agi «en sportif»; ce qui laisse supposer que l'on admet généralement qu'un sportif est un homme droit, qui ne saurait se laisser aller à la duplicité, mais qui sait dominer ses nerfs: donc qui agit, en tout et partout, en honnête homme.

Il est d'autant plus navrant de voir que bien des jeunes sportifs eux, ne jouent pas franc jeu et manquent souvent de la plus élémentaire camaraderie. Il n'est pas rare, dans nos compétitions locales et régionales, de rencontrer de ces skieurs qui trouvent toujours une raison de critiquer l'organisation s'ils n'ont pas réussi à remporter une place honorable.

J'ai eu personnellement l'occasion de remettre en place, plusieurs fois dans des concours, des jeunes gens qui n'avaient pas le moindre respect de l'adversaire et qui ne pouvaient accepter sa victoire. Un véritable sportif, s'il n'est pas classé brillamment dans un concours, saura trouver les causes de son échec et en tirer les leçons. Il aura le cou-

rage, au lieu de chercher toutes sortes d'excuses, de poursuivre résolument son entraînement sans donner plus d'importance qu'il ne le faut à un insuccès.

Le temps de la compétition n'est pas bien long. N'oublions pas que celui qui s'y adonne, une fois ses succès derrière lui, sera souvent appelé à former d'autres champions, à diriger des jeunes, à se rendre utile à son club et à son association. Il aura à défendre le sport contre ses détracteurs, à en prouver les attraits aussi bien qu'à en situer les excès et les dangers.

Sa volonté, fortifiée par l'habitude de vaincre les difficultés, sera pour lui un atout de plus pour réussir dans la vie. On reconnaîtra volontiers, en ce sportif, la vivante image du fair-play et de l'équilibre harmonieux. Et son influence contribuera alors à faire rayonner de plus en plus l'idéal de ceux qui ont vu dans le sport l'une des plus belles écoles de formation du caractère qui soit.

(Extrait du «SKI» no 8/1954)

Romain Schweizer, Fribourg.

Jeux et sports dans le monde antique

C'est une évocation de la civilisation égyptienne, grecque et romaine, sous l'angle sportif, qu'a voulu réaliser le Service éducatif du Musée du Louvre, dans une salle bien éclairée du Musée pédagogique de la rue d'Ulm.

L'après-midi de ma visite, il y avait des signes avant-coureurs de printemps sur mon chemin, le long du Luxembourg. En entrant dans la salle, je devais aborder un groupe d'enfants, serrés autour d'un gros monsieur à lunettes, qui leur donnait un cours d'histoire, improvisé, mais combien vivant. Il parlait à voix haute ; au passage, j'entendis les mots de palestre, discobole, gymnase, pentathle, pédotribe. Les juvéniles auditeurs, cela me frappe, sont d'une discipline rare. Ils sont aussi recueillis que ces fraîches jeunes filles, qui, non loin d'eux, le crayon à la main, analysent le relief musculaire du discobole de Miron. Elèves d'une école de Beaux-Arts, sans doute.

Par quoi allons-nous commencer ? Le choix d'œuvres exposées est grand. En tout, cent cinquante pièces, dispersées dans des vitrines, plus de belles copies de statues, qui sont comme des gardiens, hautes nudités aux angles de la salle ; contre les murs, des bas-reliefs et de respectables agrandissements photographiques de lieux de l'histoire antique.

On se sent perdu, au premier abord, devant tant de diversité : les statues, les vases, les bas-reliefs, les objets de toilette et d'hygiène, les dés à jouer.

Ma perplexité est de courte durée. Une ancienne élève de l'Institut d'Education Physique de l'Université de Paris, rencontrée fortuitement, me tiendra compagnie, très aimablement.

La civilisation égyptienne nous laisse des objets de petites dimensions, destinés au jeu ; d'ivoire, de bronze ou d'os, ce sont des poupées, des pions à jouer ou des balles. Quatre mille ans avant Jésus-Christ, ils connaissaient les jeux d'adresse et de hasard. Ils s'adonnaient, en outre, aux jeux corporatifs : les joutes de mariniers ; aux jeux militaires : la lutte à main plate ; le duel au bâton ; aux jeux religieux et funéraires.

Les Grecs, s'ils sont connus par leurs sculpteurs, ont également excellé dans l'art du feu : la cérami-

que. Leurs vases sont ornés de scènes de la vie sportive, partie intégrante de la vie quotidienne. De dimensions au-delà de la normale, ne sont-ils pas destinés à contenir des denrées, comme l'huile et le grain.

Le mouvement naturel se déroule, dans ses phases différentes, initiale, pleine, et finale. Un sauteur en longueur prend son élan, s'élève au-dessus du sol et termine sa propulsion sans heurt. Le sujet est peint sur le galbe du vase, en ton clair, cerné par une teinte uniforme, de brun marron, très sobre.

Que dire de plus des statues du discobole ? Elles captent le regard de chacun, par l'harmonie de leurs lignes et de leurs formes, saisies dans le temps d'arrêt initial du lancer. Mais, me répliquerez-vous, les lanceurs modernes ont une technique tout autre que les Grecs. Sans aucun doute ; faudrait-il préciser que le poids de l'engin est inférieur à celui de nos ancêtres. D'ailleurs, c'est un point secondaire. L'on s'attache, dans la statuaire, à la beauté de l'expression. L'idéal grec est fait de gymnastique et de musique (qui découle des muses).

Les enfants grecs ont la passion du jeu. Strepsiade écrira de son fils : « Il était encore tout gamin et pas plus haut que cela, qu'il fabriquait des maisons, taillait des bateaux, construisait de petits chariots de cuir et, avec l'écorce des grenades, faisait des grenouilles à merveille ».

Les jouets sont fabriqués de matière composite : os, bois, cire, argile, plomb ou bronze. Ce sont des animaux, des poupées, des dés à jouer, des osselets. En outre, ne devons-nous pas aux Grecs l'invention du bandalore, que nous avons vu réapparaître, vers 1930, sous le nom de « yo-yo » ? Cet exercice d'adresse n'était pas le seul. Il faudrait citer l'éphédrismos, jeu consistant à se rapprocher le plus près possible d'une pierre fichée dans le sol, à l'aide d'un projectile. Le perdant était contraint de porter le vainqueur sur son dos. Les yeux bandés, il devait se rapprocher du but, jusqu'à le toucher de la main.

A Rome, les jeux ont évolué. Le jeu de hasard est devenu roi, aux dépens du jeu d'adresse. Les dés figurent dans les familles les plus humbles. Un magistrat, Caton, de mœurs austères, ne conseille-t-il point à

Biologie appliquée à l'éducation physique et aux sports

Les classes de neige

Au début de l'année 1952, nous vous avions donné, dans « Jeunesse Forte », un compte-rendu de l'activité mi-pédagogique, mi-sportive, de l'Ecole de Vanves, près de Paris. On se souvient que, pendant le mois de février, une classe entière avait séjourné en altitude, partageant son activité entre l'étude et le sport, sous la direction de leur instituteur et d'instructeurs de ski.

Cette initiative a fait l'objet d'un rapport de ses auteurs, MM. Forestier, David et Huguet, dans le « Bulletin de l'Académie de Médecine » de juin 1953. Il ressort, en résumé, que tous les enfants et leurs maîtres ont amplement profité, physiquement et moralement, de cette innovation, réalisée en Savoie, à 1400 m. d'altitude.

L'emploi du temps fut le suivant :

Matin : 8 h. 15 - 11 h. 15 : classe normale.
Après-midi : 13 h. - 16 h. : leçon de ski et promenade.
16 h. - 17 h. 30 : sieste, relaxation.
Fin d'après-midi : 17 h. 30 - 19 h. 15 : étude avec reprise des leçons de la matinée et des devoirs.

Résultats

a) **Plan pédagogique.** — Augmentation de la « productivité scolaire », le rendement pouvant être chiffré au coefficient 2 par rapport à la moyenne du cours normal des études. L'ardeur des enfants pour le travail scolaire, même pour les paresseux notoires, fut indiscutable.

b) **Plan physique.** — Les mensurations montrent des gains moyens. En quatre semaines, ils ont été, selon l'ordre suivant :

Taille : 1 cm.
Poids : 0,390 kg.
Capacité vitale : 0,060 litre.

D'autre part, deux enfants présentant des signes d'obésité ont maigrì, l'un de 1 k. 200, l'autre de 2 kg. 600.

c) **Plan moral et éducatif.** — Résultats excellents également. « Les petits groupes hostiles se sont disloqués, des isolés ont été absorbés par la communauté fraternelle de tous les gosses. »

* * *

Nous vous disions, l'an dernier, que cette expérience serait répétée sur un plus grand effectif d'enfants, se recrutant dans d'autres établissements scolaires.

Les classes de neige 1954 existent, appartenant à plusieurs écoles. Elles ont quitté Paris au début du mois pour des hauteurs où l'air est riche à respirer, et l'ambiance sereine. Nous ne nous tromperions pas

son fils : « joue au cerceau et fuis le jeu » ? Les pions sont parfois finement ciselés, de couleurs variées, en métal précieux.

Le sport se déplace du stade dans l'amphithéâtre, où la foule réclame le sang des combattants et des bêtes. C'est la décadence du sport, avec le sport professionnel et d'exhibition. On relègue les exercices athlétiques dans les annexes des thermes.

L'hygiène du corps était raffinée à Rome. Témoins les thermes nombreux, avec le personnel qualifié, pour oindre le corps d'huile et lui administrer les soins manuels. A ce sujet, l'on montre, dans une vitrine, les strigiles, sortes de racloirs de métal, recourbés, pour racler la peau des athlètes, préalablement enduite d'huile et de sable.

Une belle leçon pour tous ; telle est notre conclusion.

Claude, Paris, février 1954.

d'affirmer qu'il s'agit, pour 1954, de plusieurs centaines d'enfants, garçons et filles.

En France, des problèmes sociaux de toute urgence se posent. Citons, sur le plan éducatif, le nombre d'enfants déficients, qui, de l'avis des médecins scolaires, dépasse le demi-million.

La formule du mi-temps pédagogique et sportif est idéale, si elle peut se réaliser dans de bonnes conditions et sous la direction d'un personnel qualifié.

Mais il serait intéressant de connaître l'origine des classes de neige. Ce traitement de fortifier l'organisme des enfants, d'amplifier leur capacité respiratoire, de calcifier leurs os, d'user intégralement des « contingences de l'Education physique » : l'eau, l'air, le soleil, remonte à l'antiquité. Aujourd'hui, il est du domaine de la « Médecine physique », qui, contrairement à la chimio-thérapie, utilise les moyens physiques de traitement.

Revenons aux classes de neige.

C'est au Dr A. Rollier, de Leysin, qui fut le créateur et l'animateur de cette station climatique, que l'on doit l'instauration du plein air appliquée sur le plan éducatif. Or, notre illustre compatriote vient de fêter récemment ses cinquante années de fructueuses activités. Il faut lire son ouvrage « Bases et organisation des recherches hélioclimatiques en relation avec les mesures d'hygiène publique ».

Dans la première partie de cet ouvrage, l'auteur aborde l'hélioclimatophysiologie et l'hélioclimatochimie, puis aboutit à l'hélioclimatophysiologie. Voici des lignes capitales :

« L'étude de l'influence solaire sur la nutrition générale et sur le métabolisme basal fait entrevoir la possibilité d'assigner aux radiations solaires une valeur mesurable, comme aliment d'épargne et comme aliment d'effort. C'est ainsi que nous avons constaté que le métabolisme basal est à peu près semblable chez un même sujet qui travaille nu au soleil et qui se repose nu à l'ombre. »

Le Dr Rollier dit, en d'autres termes, qu'un sujet à l'effort au soleil dépense la même quantité d'énergie qu'un même sujet au repos à l'ombre.

Rappelons que le métabolisme basal est l'énergie organique dépensée par m^2 de surface corporelle et par heure chez un sujet au repos complet, à jeun depuis 14 heures et en équilibre thermique.

Le métabolisme basal, chez un être sain, un sportif ou un non-sportif, joue, à rôle équivalent, celui du taux de l'urée sanguine ou de la température centrale ; rôle extrêmement important, permettant le dépistage de certaines affections, surtout relevant des glandes endocrines, telle la glande thyroïde par exemple.

Nous avons écrit, dans la définition du métabolisme basal : énergie organique dépensée par m^2 de surface corporelle. Les physiologistes ont admis que les dépenses énergétiques de l'organisme ne sont pas proportionnelles au poids du sujet, mais à son nombre de m^2 de surface corporelle.

Il y a une Loi des surfaces, due à Rubner, d'Arsinval et Richet : les dépenses énergétiques sont proportionnelles non au poids, mais à la surface corporelle.

Par exemple, un sujet de 1 m. 60, pesant 55 kg., aura une surface corporelle de 1,56 m^2 .

On peut juger, en résumé, de la valeur sociale que constitue la classe de neige, où le soleil est « l'aliment d'effort et l'aliment d'épargne » qui nourrira l'organisme d'enfants insuffisamment aérés.

Claude Giroud, Paris, février 1954.