

<b>Zeitschrift:</b>	Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Band:</b>	12 (1955)
<b>Heft:</b>	4
 <b>Artikel:</b>	Heureuse institution : classe de neige, école de demain!
<b>Autor:</b>	Rompel, Marie-Hélène
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-996847">https://doi.org/10.5169/seals-996847</a>

### **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>**

## Classe de neige, école de demain!

Ceux qui ont assisté, dans une grande gare parisienne, au départ du train de Chambéry, ne sont pas prêts d'oublier la clameur d'un millier d'enfants qui criaient leur joie : joie de partir, de quitter un Paris de brume et de boue pour un paysage de soleil et de neige.

Il ne s'agissait pas seulement d'un mois à la montagne offert, une fois par hasard, à de petits citadins privés d'air et de lumière. Ce départ était une étape dans une grande entreprise.

Le Dr Max Fourestier, médecin inspecteur à l'école Gambetta de Vanves, a constaté que « pendant toute leur vie scolaire, plus de 60 % des enfants sont malheureux, c'est-à-dire qu'ils apprennent obligatoirement dans lennui, sans joie, comme soumis à une fatalité sociale ».

Actuellement, en France, un écolier fournit par semaine 25 heures de travail intellectuel à l'école, 10 heures d'études le soir chez lui, contre 6 heures d'exercice physique en tout. Dans la plupart des pays d'Europe, même les plus favorisés à cet égard, comme la Norvège ou la Suisse, la proportion des exercices physiques par rapport aux exercices intellectuels reste beaucoup trop faible pour assurer le bien-être d'un enfant en pleine croissance.

### Des enfants plus sains et plus forts

Le Dr Fourestier a su grouper autour de lui les concours officiels nécessaires pour tenter une véritable révolution contre la routine scolaire et créer le système du « mi-temps pédagogique et sportif » : son horaire réserve les matinées aux études proprement dites et les après-midi aux exercices physiques — aux promenades accompagnées, aux travaux d'atelier, à la gymnastique collective, à l'initiation sportive.

Cette méthode fut appliquée pour la première fois en octobre 1950 à l'école Gambetta de Vanves, dans une classe de 30 garçons, l'année même de leur certificat d'études. Sur 14 élèves présentés à cet examen, 13 furent reçus — coefficient de réussite au moins égal à celui d'une classe normale, avec cette seule différence que tous les élèves de la classe d'expérience — y compris le « recalé » — étaient plus gais, plus forts, mieux épanouis. C'était suffisant pour continuer.

Deux nouvelles expériences furent mises en route : l'une en octobre 1951, au cours moyen des garçons ; l'autre en octobre 1952, au cours élémentaire des petites filles.

Mais, dans cette banlieue, le Dr Fourestier manquait d'espace pour ses après-midi en plein air. Bientôt, il pensa : « Pourquoi l'immense stade enneigé des hautes montagnes de France ne serait-il pas mis chaque année, pendant les mois d'hiver, à la disposition des enfants des villes ? » Divers organismes, nationaux et départementaux, se mirent à l'œuvre : le 1er février 1953, 32 écoliers de Vanves, leurs livres et leurs skis, débarquaient devant un chalet de la Feclaz, à 1400 m. d'altitude, dans le massif des Bauges, au-dessus de Chambéry. Ce chalet s'appelait « Aurore »...

### Notice rédactionnelle

Dans le No d'avril 1953 de « Jeunesse Forte, Peuple Libre », nous avons publié une très intéressante étude de notre collaborateur M. Claude Giroud sur une innovation française réalisée à l'école Gambetta à Vanves près de Paris. Le principe du mi-temps pédagogique institué et appliqué depuis le mois d'octobre 1950 par le Dr Fourestier s'est avéré excellent, et les nombreuses expériences faites au cours des cinq années écoulées confirment l'opinion des pédagogues et des nombreux médecins selon laquelle il est indispensable de réaliser un juste équilibre entre l'effort intellectuel et l'effort physique.

Pour compléter l'action bienfaisante de cette innovation fut instaurée, en 1953, la « classe de neige ».

C'est de cette dernière innovation que nous entretien aujourd'hui la correspondante au « Journal du Jura » de Bienne. Mme Marie-Hélène Rompel.

Ils ne connaissaient que la pluie, le brouillard, la boue. Là-haut, ils ont eu la révélation de la neige et sont restés muets... Il a fallu une boutade de l'instituteur pour rompre le charme et changer leur extase en un bruyant enthousiasme. L'un d'eux a griffonné : « Maman, pas la peine de t'écrire : c'est plus beau que tout ce que je pourrais te dire... »

En 1954, 680 enfants, et en 1955 plus de 1000 garçons et filles, envoyés par divers quartiers de Paris et de la banlieue, ont pu s'évader vers les cimes, à Samoëns, au Revard, au Val d'Isère, au Grand Bornand...

Cette « classe de neige » n'est pas une cure pour malades ou déficients. Ce n'est pas non plus une colonie de vacances.

### Le calcul et le christiana

Les enfants emportent leurs skis, mais aussi leurs cartables. Ils partent le samedi soir et, le lundi matin, ils se retrouvent dans une classe analogue à celle qu'ils viennent de quitter, avec les mêmes instituteurs au pupitre, les mêmes tableaux aux murs, les mêmes livres en mains. La seule différence est ce paysage de neige au-delà d'une vitre embuée, et cette rangée de skis derrière eux.

Le travail quotidien suit l'horaire du « mi-temps pédagogique et sportif » : français, calcul, géographie le matin — leçons de ski, patinage, parties de luge, promenades dans la neige l'après-midi. Deux repas substantiels et deux siestes encadrent ces ébats. L'étude du soir, le dîner, la veillée libre terminent une journée bien remplie, et à 9 h. 30 tout le monde est au lit.

Les parents, après quelques inquiétudes, ont été vite rassurés : « Nous sommes dorés comme des petits pains et nous dévorons comme des ogres », annonçait un enfant. « Je suis le premier en calcul et j'ai réussi un « christiana » amont et aval », écrivait un autre.

La « classe de neige » est un « capital de santé » offert à chaque enfant qui y participe. En général, les écoliers ont présenté, après deux ans d'expérience, une augmentation de poids, de taille et surtout une énergie nettement supérieures à celles de leurs camarades soumis à un horaire normal. Sur le terrain de sports, les garçons de 13 à 14 ans en paraissent 17.

Les performances sportives sont d'ailleurs incontestables : en octobre 1952, 6 élèves sur 32 savaient nager ; en juillet 1954, tous étaient classés pour les 50 mètres, 18 d'entre eux obtenaient leur brevet de sauvetage. Quant au ski, à l'issue de la classe de neige, 30 candidats gagnaient une étoile et 5 d'entre eux deux étoiles, à l'examen contrôlé par les moniteurs officiels de la Fédération française.

### L'esprit d'équipe

Aux enfants eux-mêmes, les études semblent plus faciles. Les promenades hebdomadaires, et surtout le séjour en haute montagne, élargissent leur horizon et leur apprennent à observer mille réalités : flore, faune, habitat, folklore, comme celui des fêtes savoyardes, qu'ils s'amusent à imiter dans le préau de leur école parisienne. Les lettres aux parents sont de vérité.

tables gazettes, où la poésie n'exclut pas le réalisme : « L'air est parfumé. Le murmure du torrent accompagne le gazouillis des petits oiseaux. La neige fond. On ne peut plus glisser sur le derrière. »

La méthode du « mi-temps » favorise la culture générale, et, plutôt que des « fort-en thème », elle forme des enfants « vivants », pour qui les matières des programmes sont choses de la vie.

Une telle formation trempe les caractères. Habituel aux exercices physiques, isolé de sa famille pendant un mois chaque année, l'enfant prend confiance en soi. Il commence à « faire son chemin » — chemin qui a déjà conduit certains d'entre eux, à la sortie de l'école primaire, à aborder avec plus d'aisance les cours commerciaux, les centres d'apprentissages, les usines.

Mais confiance en soi ne veut pas dire égocentrisme.

La vie en commun dans un chalet isolé développe également le sens social et l'esprit d'équipe. L'« Aurora » a réuni des écoliers de fortunes et d'origines fort diverses : les « Patrick » bourgeois et les « Mile » populaires ont appris à se connaître pendant

tout un mois de travail et de jeux. Là-haut, il y a moins de querelles et plus d'entraide ; la classe forme un bloc d'amitié autour de l'instituteur.

Dans ses grandes lignes, la méthode du « mi-temps pédagogique et sportif » a été adoptée maintenant dans plusieurs écoles en France et en Belgique. Elle a fait l'objet d'un rapport au congrès de l'Union internationale pour l'éducation en plein air en septembre 1953.

Et déjà ses promoteurs voudraient l'étendre à l'enseignement secondaire et jusqu'à l'université. L'idée paraît hardie. Mais les éducateurs ont pleine confiance en l'avenir. Pourquoi, disent-ils, ne pas prolonger la scolarité en allégeant d'autant le programme de chaque année, et en réservant plus de temps non pas seulement à l'exercice physique, mais encore aux vraies activités culturelles concrètes et vivantes ?

Ce sera, espérons-le, l'école de demain qui fera s'épanouir les « plus belles années de la vie », en formant des hommes plus forts et plus libres.

Marie-Hélène Rompel.

## Les coaches américains et l'alcool

En ce qui concerne la formation, le jeu et la stratégie, les coaches et les entraîneurs professent sans doute des opinions très divergentes. Ils admettent toutefois, avec une parfaite concordance, que pour être et demeurer en bonne santé, la règle d'or est la suivante :

Ne buvez pas d'alcool, sous quelque forme que ce soit ! Vous savez par votre propre expérience que les boissons alcooliques agissent dans un sens contraire à la parfaite santé, de même que l'alcool exerce un effet paralysant sur tous les sens : vision, sens tactile, coordination neuro-musculaire, portant ainsi atteinte à l'efficacité du jeu d'ensemble du corps et de l'esprit ; et cela rend impossible l'accomplissement de performances maximales.

### REGLE No 1 POUR TOUS LES SPORTS

**Bud Wilkinson, coach de football,  
Université d'Oklahoma**

L'usage de l'alcool paralyse les réflexes. Tout athlète qui n'est pas strict sur ce point se fait du tort physiquement et n'est pas honnête à l'égard de son équipe.

**Charlie Caldwell, coach de football  
de l'Université de Princeton**

Ne te laisse pas aller à boire de l'alcool sous prétexte de te montrer décisif ou sociable. Ce n'est jamais décisif de porter atteinte à son corps ou à son esprit !

**Rollie Bevan, entraîneur de l'Académie militaire U.S.**

Ne prends jamais d'alcool comme stimulant. L'alcool n'est pas un stimulant ; il est au contraire l'un des plus violents stupéfiants. A quoi bon user de produits qui mettent en danger notre santé et notre avenir.

**Carl Snavely, coach de football  
de l'Université de Washington**

Tout coach sait que les boissons alcooliques nuisent à la coordination de l'esprit et du muscle. Elles constituent un handicap et troubent les facultés qui sont les plus importantes pour assurer le succès dans la vie.

**Tuss Mc Laughry, coach de football  
au collège de Dartmouth**

Du fait que l'alcool trouble le cerveau et endomme le corps, aucun athlète qui en fait usage ne peut espérer réaliser de grandes performances. Les décisions et réactions rapides ne sont plus possibles.

### **R. L. Chambers, coach entraîneur d'athlétisme à l'Université de Duke**

L'alcool est un faux stimulant qui nuit à l'endurance de l'athlète. Il n'a absolument pas droit de cité dans l'alimentation de quiconque veut exiger le maximum de performances corporelles.

### **Tom Hamilton, directeur d'athlétisme de l'Université de Pittsburgh**

L'alcool est l'ennemi mortel de tout compétiteur qui veut gagner. Il est un très puissant stupéfiant qui vous prive de toute résistance au moment où l'on en aurait le plus besoin.

### **Adolph Rupp, coach de basketball de l'Université de Kentucky**

L'alcool n'apporte rien à personne, ni à l'athlète, ni à qui que ce soit. Il détruit les réflexes et affaiblit dans une notable mesure la faculté de jugement et la juste détermination.

### **Howard Hobson, coach de basketball de l'Université de Yale**

Jouer avec un poison tel que l'alcool occasionne une surcharge de tes organes, ce qui peut entraîner de sérieuses conséquences. Cela n'est aucunement souhaitable, que ce soit sur le plan spirituel, social ou corporel. (Extrait de « Scholastic Coach »).

Ne bois pas d'alcool, sous quelque forme que ce soit. Ce n'est ni un aliment, ni un stimulant, mais un poison qui s'attaque à tout le système corporel. Il détruit la fine harmonie de l'esprit et du muscle, empêche les décisions rapides et diminue très fortement l'endurance. Il n'est pas nécessaire d'être un génie pour mesurer ce que cela représente de perte pour un athlète ou pour toute autre personne. L'alcool rend impossible la réalisation de grandes performances, que ce soit sur la place de sport, dans la salle d'études ou dans la vie de tous les jours. C'est pourquoi chaque entraîneur se fixera comme première et plus importante règle : « Pas d'alcool ! » Fais-en aussi ta règle de conduite No 1. N'accepte pas d'alcool pour « faire comme les autres ». Ce n'est ni très courageux, ni très sociable, mais par contre un parfait non-sens que d'introduire dans son organisme un produit que l'on sait parfaitement nuisible.

ALKOHOLERZIEHUNG, 1730, Chicago Ave, Evanston