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: 16 (1959)

Heft: [3]

Artikel: Principes méthodiques généraux

Autor: Eusebio, O.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-996489

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

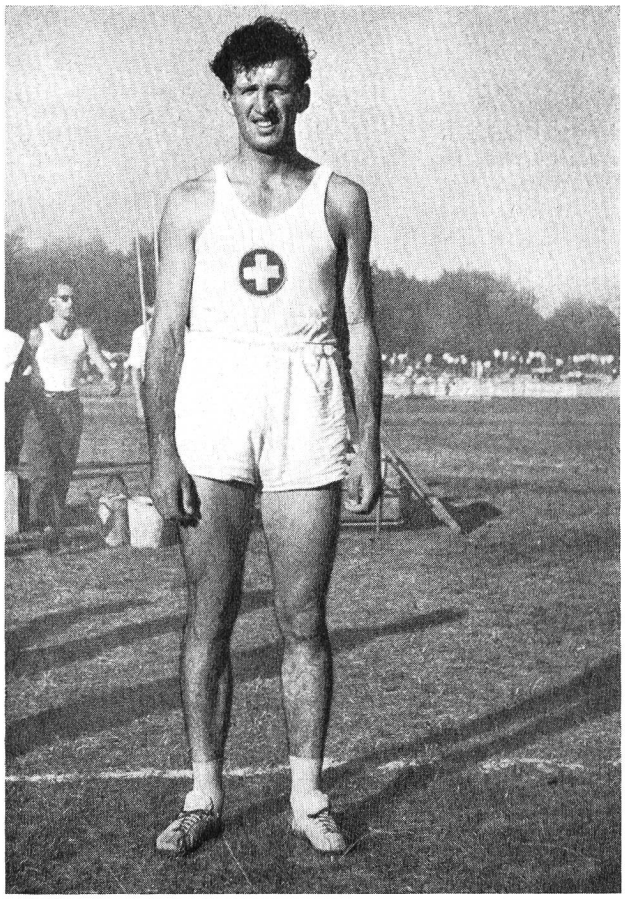
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.12.2025

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

Principes méthodiques généraux

† O. Eusebio



L'inoubliable « Taio », décathlète suisse no 2 lors de la Fête fédérale de gymnastique 1947, à Berne.

L'homme ne vit réellement que par ce qu'il donne ! C'est ce qui explique, sans doute, que notre ami Taio, dont la courte existence fut toute de généreux dévouements, soit demeuré si vivant dans le souvenir de ceux qui l'ont connu et aimé.
Il suffit, du reste, de lire, de relire et de méditer les principes, ci-après, qu'il appliquait intégralement dans ses leçons pour saisir combien il « se donnait » à ses élèves. C'est en hommage à sa mémoire que nous dédions cette page à tous nos jeunes et moins jeunes moniteurs I. P.

Francis Pellaud

Qu'entend-on par méthode ?

Il est nécessaire de se poser cette question avant d'aborder mon sujet, car de la définition même de la méthode découleront les principes généraux de son application.
La méthode n'est pas autre chose que la voie choisie, la manière de procéder que l'on s'est imposée pour atteindre un but déterminé ; c'est aussi la manière d'utiliser les moyens dont on dispose en rapport avec l'élément inconnu (en l'occurence l'élève) en vue d'un rendement toujours meilleur et avec le désir d'atteindre le but que l'on s'est fixé avec le maximum de certitude et le minimum d'efforts, c'est en d'autres termes, de la tactique appliquée (ex. le coureur à pied et dans un autre domaine, le chef militaire). La méthode est précisément l'art de prévoir, de disposer et d'utiliser tous les moyens qui sont à notre disposition, en vue du seul résultat final.
Trois éléments principaux jouent un rôle prépondérant dans l'application d'une méthode : Le maître, l'élève, la matière d'enseignement et les moyens disponibles.
Le principe fondamental de toute méthode est : la parfaite connaissance du but à atteindre, car il est clair que celui qui ne connaît pas le but, ne peut trouver le chemin qui y conduit (Chr. Morgenstern). Il est absolument nécessaire de savoir très exactement ce que l'on veut (si nous voulons aller au Weisshorn, il est clair que c'est cette montagne que nous voulons atteindre et non pas le Rothorn). Une fois cette décision prise il ne reste plus qu'à choisir la route. Toutes les routes conduisent à Rome nous rappelle le dicton populaire, mais il y en a une qui est incontestablement meilleure que toutes les autres et c'est justement celle-là qu'il faut découvrir grâce à notre intelligence et notre capacité.
Voyons maintenant les trois éléments qui régissent l'application d'une méthode.

Le maître : Connais-toi toi-même — Conosci te stesso (Socrate).

L'élève : De quelle classe de jeunes gens s'agit-il ?

La matière d'enseignement et les moyens à disposition : Quelle branche veut-on enseigner ? Quels sont les agrès, les emplacements et les installations qui pourront faciliter l'enseignement ?
En regard de ces trois éléments, il ressort qu'un plan général de travail est indispensable. Celui-ci doit être soigneusement préparé à l'avance. Il constitue la charpente de tout l'édifice que constitue une leçon. Les lignes directrices y seront nettement précisées et soigneusement étudiées car c'est d'elles que dépendent la réussite ou l'échec de l'entreprise.
Une fois ces quelques points soigneusement établis, on peut passer à l'action, au travail pratique. C'est alors qu'intervient un autre facteur également très important. On a fréquemment remarqué que le premier contact est souvent déterminant sur l'évolution de toute une activité.
C'est pourquoi, dès le premier instant où le maître est en contact avec ses élèves, il doit rechercher à gagner la confiance totale, spontanée de l'élève, car de cette première impression dépend le succès qu'il obtiendra auprès des jeunes. L'impression que laisse une prise de contact varie presque avec chaque individu, car elle dépend de la nature de chacun. L'essentiel est de créer une ambiance empreinte de chaude camaraderie, de confiance réciproque, de bonne humeur et de saine gaîté. La seule présence du maître doit suffir à créer l'ambiance, sans qu'il soit nécessaire d'avoir recours aux artifices ou aux sourires de commande.
Inutile de « bluffer » avec vos jeunes, il faut se donner tel que l'on est et sentir quelque chose dans son cœur qui le fait déborder d'enthousiasme ; et c'est ce cœur débordant d'enthousiasme et d'amour qu'il faut apporter à la jeunesse. (La confiance n'a jamais été gagnée que par la confiance et l'amour n'a jamais été provoqué que par l'amour).
Il faut en outre être idéaliste. « On a de valeur que par l'idéal que nos avons en nous ». Le maître doit être sûr de ses capacités techniques, car il ne faut pas oublier que les jeunes sont des observateurs implacables et ils ne manqueront pas de remarquer certaines défaillances qui nuiront au prestige du maître. De sûres capacités techniques donnent, au contraire, confiance, assurance et facilitent grandement l'enseignement tout en exerçant une forte impression sur les élèves.
Mais par dessus tout le maître doit rester un homme,

un modèle d'homme, dans le sens le plus profond du terme : il doit être un éducateur.

Autres principes pédagogiques à ne pas négliger :

a) Rechercher dans chaque leçon une ambiance claire, joyeuse, pleine d'entrain. Pas de recherches, mais du naturel partout.

b) Créer de la variété, mais une variété organique qui exclut l'uniformité toujours pénible et destructrice d'enthousiasme. Cette variété ne doit en aucun cas masquer les insuffisances, la superficialité ou rendre la vie plus commode.

c) On ne progresse pas et on ne bâtit pas uniquement avec la théorie : il faut la démonstration « Les belles paroles enflamment, mais l'exemple entraîne ». La jeunesse est tout spécialement sensible à l'exemple et il faut savoir en profiter.
Rousseau n'a-t-il pas dit : « Les leçons doivent être plus en action qu'en discours ».

d) Il faut être rationnel dans son travail et ne jamais « bluffer ». L'enseignement doit être dosé avec beaucoup de soin ; on évitera de brûler les étapes en étudiant toute la matière en une seule fois, dans l'unique but « d'en mettre plein la vue » à ses élèves ; le vide qui en suivra sera d'autant plus considérable et plus pénible.

Un autre grand principe, très important c'est : La conformation au développement biologique et l'augmentation progressive de la performance.
Le programme de travail sera établi en rapport avec l'âge des jeunes gens et en tenant compte des facteurs biologiques qui s'y rapportent.
Chaque leçon comportera une exigence nouvelle, un but nouveau à atteindre, une difficulté nouvelle à vaincre, un effort à fournir, car c'est ainsi que se forgent les caractères.

Autres principes :

a) Ici non plus, ne pas brûler les étapes (la nature ne fait pas de sauts — Natura non facit saltus !).
Ne pas perdre de temps en voulant aller trop vite. Suivre au contraire le plan qu'on s'est fixé sans se laisser détourner de sa ligne de conduite.
Le temps consacré à l'étude approfondie d'une question, d'un problème, c'est du temps gagné pour le lendemain.

b) Exiger dès le début une intense activité de la part des élèves afin de créer l'habitude du travail, ce qui est important. L'habitude est aussi la base de l'éducation.

c) Il faut en outre éveiller les sentiments qui sommeillent au fond de chacun de nous, les stimuler, les développer et non pas les étouffer en faisant « du bourrage de crâne » systématique.

d) Créer une base solide et permanente sur laquelle il sera possible de bâtir tout l'édifice. Passer progressivement du facile au difficile, du simple au composé. Faire du neuf avec du vieux, etc.

e) On veillera tout particulièrement à la qualité du travail. Chaque exercice doit tendre vers un but précis et bien déterminé.

f) Les corrections : Remarquer les fautes, n'est pas tout, le maître doit savoir corriger les fautes d'une manière positive et pondérée afin de ne pas humilier l'élève.

Conclusions : Ne jamais imiter servilement, même s'il s'agit d'un champion ; éviter d'être esclave de théories savantes, mais au contraire choisir une ligne de conduite, une méthode, puis donner libre cours à son tempérament, à sa personnalité, à son cœur ; c'est le meilleur moyen de devenir un bon éducateur sportif.

Concours d'idée

Remarque préliminaire. Le lancer n'est pas la discipline sportive la plus prisée par la jeunesse moderne, si l'on en juge par les résultats assez maigres enregistrés, tant dans l'instruction préparatoire qu'à l'examen de gymnastique du recrutement.
Nous pensons qu'il est possible de remédier à cette lacune en mettant à la disposition des jeunes des possibilités de lancer et de viser plus attrayantes.
C'est la raison pour laquelle nous invitons tous nos fidèles et perspicaces lecteurs à participer au concours d'idées ci-après.

Situation de départ : Nos halles de gymnastique sont équipées de toute une gamme d'appareils et d'agrès de gymnastique. N'est-il pas frappant qu'au nombre de ces agrès, aucun ne soit spécialement destiné au lancer de précision avec la petite balle, la balle de tennis ou la balle élastique ?
Chaque moniteur est contraint d'improviser, chaque fois, un objectif adéquat (par ex. panneau de basket-ball, cerceau placé sur un tapis, etc.).

But du concours : Qui peut nous proposer un motif de cible ou but qui puisse être appliqué, fixé, peint ou marqué d'une manière quelconque contre l'une des parois de la halle de gymnastique et grâce auquel le lancer pourra être rendu plus captivant et plus intéressant pour chacun ?
Les propositions de cible ou but doivent tenir compte du fait qu'aucun dégât ne doit être occasionné par l'exercice du lancer au moyen de l'agrès proposé.

Présentation : Les participants au concours voudront bien nous soumettre leurs idées sous forme de dessins, de descriptions, de photos, de maquettes ou d'une auttre manière analogue. Chacun peut soumettre plusieurs propositions.

Envois : Tous les envois doivent être effectués sans mention du nom de l'expéditeur mais doivent porter un nombre de 5 chiffres, ainsi que la mention « Concours ». Ils doivent être adressés à l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport, Macolin. Le nom et l'adresse exacte de l'expéditeur doivent être contenus dans une enveloppe cachetée, jointe à l'envoi.

Délai : 30 avril 1959.

Jury : Le jury sera composé de la manière suivante :
Le Directeur de l'E. F. G. S. : E. Hirt.
Le chef de l'Instruction : Dr K. Wolf.
Les rédacteurs de la revue : M. Meier, Fr. Pellaud et Cl. Gilardi.
Le professeur de sport: W. Weiss (Prof. de dessin).
Le conseiller pour l'aménagement de places et d'installations de gymnastique et de sport : R. Handloser.

Primes Le résultat du concours sera analysé dans « Jeunesse Forte — Peuple Libre » et les 5 meilleures propositions feront l'objet d'une publication.
1er prix : un agrès de gymnastique à choix, d'une valeur de Fr. 100.—. 2me—5me prix : A chacun un livre « Macolin » dédicacé.

Participez tous ! Il s'agit d'agrémenter nos halles de gymnastique avec quelque chose d'original, peut-être même humoristique. Ce qui importe c'est que des idées nous soient soumises. Qui veut nous aider ? Nous espérons que vous serez nombreux à nous écrire !

Le corps professoral de l'E. F. G. S.