

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:	19 (1962)
Heft:	1
 Artikel:	Sport, éducation et naissance du champion
Autor:	Jeannotat, Yves
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-996183

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>

Sport, éducation et naissance du champion

par Yves Jeannotat, professeur, Sion (suite)

Le sens du sport, dans la première partie de mon exposé se rapportant à l'enfant en âge de scolarité, est considérablement différent de celui qu'il aura quand nous parlerons des organisations sportives et du sport de compétition. Ici, sport a surtout le sens de culture physique et de jeu. L'éducation physique est une culture du corps en mouvement extérieur, dont le but est l'harmonie organique, la santé, un minimum d'adresse. L'éducation physique, et ceci est très important, s'adresse à tous, donc elle ne vise pas la performance ; elle doit prétendre à améliorer même une personnalité déficiente à laquelle des performances élevées sont interdites. « Elle est, comme le dit Guillemain, égalitaire, tandis que le sport est aristocratique ». Elle ne cherche pas à constituer une élite, mais à donner à toute une population un minimum d'équilibre. Dans l'éducation physique qui se propose le développement progressif, harmonieux et complet de l'individu, la difficulté proposée doit toujours rester dans une limite inférieure aux possibilités du sujet, c'est que, encore une fois, résultats et performances y sont seconds par rapport à l'effet attendu, contrairement à ce qui se passe dans le sport où ce sont justement ces incidences sur l'individu qui sont considérées comme secondaires. La parenté est quelquefois très grande, la différence très subtile, elle n'est souvent que psychologique. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle il est faux de croire qu'un fossé infranchissable existe entre le sport proprement dit et l'éducation physique, de même qu'il est erroné de vouloir à tout prix considérer, dans le complexe du programme scolaire, la branche que nous appelons chez-nous « gymnastique », comme étant de moindre valeur. La ségrégation des disciplines, qui est à mon avis une plaie, non seulement de l'enseignement sportif, mais de l'enseignement tout entier, primaire et secondaire, contribue à isoler les professeurs les uns des autres, ce qui ne peut être que négatif. Il est navrant que nous soyons si souvent amenés à oublier que nous enseignons, à travers des contenus divers, la même chose, c'est-à-dire à être, dans une société donnée, pleinement homme. Serait-ce vraiment chimère que d'envisager toute discipline sous l'aspect de la formation générale ? Quel pas en avant, si l'on obtenait des maîtres intellectuels, de tous les maîtres intellectuels, qu'ils ne voient pas dans l'éducation physique une spécialité un peu inférieure, comme on obtient d'eux, quelquefois, qu'ils participent à la vie scolaire ! Il n'y a aucun motif valable qui interdit d'harmoniser, aussi bien dans le sens éducatif qu'instructif, la formation physique et sportive avec les autres disciplines du programme scolaire. La collaboration est à la base de la réussite.

Nous rapprochons de plus en plus de l'adolescent, ayant admis que l'éducation physique est un moyen et une nécessité pédagogique, nous devons reconnaître aussi qu'elle est une des conditions premières au succès et au bonheur, puisqu'elle procure santé et vigueur du corps, et ceci, surtout, si on sait y joindre peut-être pas encore le sport mais bien l'initiation sportive. Je crois que c'est précisément sous cette forme que le sport doit être envisagé pour l'adolescent. L'initiation sportive permettra principalement l'acquisition motrice, avec des exigences d'exactitude dans la forme et le rythme des mouvements, condition primordiale de réussite lorsque la spécialisation pourra être envisagée, aussi bien dans le domaine professionnel que sportif. Il faut bien convenir que le milieu citadin actuel prive

de plus en plus l'enfant de possibilités d'expériences motrices variées. Dans la rue, il faut marcher sage-gent, faire attention aux voitures, ne pas bousculer les gens. A la maison, souvent trop petite, ne rien casser, ne rien salir, ne pas faire de bruit, ne pas déranger les grandes personnes. A l'école, on cherche souvent en vain une cour de récréation.

Si l'enfant présente des périodes de turbulence où il est agité, toujours en mouvement, en un mot : « intenable », ceci n'est que l'expression normale d'un besoin et c'est, fait très intéressant, la plupart du temps durant ces périodes qu'il est le plus réceptif aux acquisitions motrices.

Il est normal que tant d'adolescents se désintéressent de tout ce qui est sport, ou mieux, activité motrice, ayant été contraints de refouler antérieurement ce besoin essentiel de mouvements.

L'initiation sportive a, en plus, encore ceci d'avantageux qu'elle permettra de dépister valablement les qualités physiques, les caractéristiques psychologiques, de même que les goûts de chaque adolescent et ainsi, de les conseiller valablement. Il sera possible alors, en tenant également compte de l'avis du médecin, de l'orienter vers la spécialité où il a le plus de chance de trouver des satisfactions.

Si la distinction à faire entre l'éducation physique et le sport est, comme nous l'avons indiqué plus haut, tantôt importante, tantôt symbolique, la différence entre la leçon d'éducation physique et la leçon d'initiation sportive sera, par contre, toujours frappante ; dans la première, les élèves restent silencieux, dans la seconde, ils rient et crient ; dans la première, le professeur est le « magister » qui explique et commande bien plus qu'il n'entraîne ; dans la seconde, il explique moins qu'il ne démontre et, même, il entraîne davantage qu'il ne démontre et il n'entraîne pas seulement, il participe. L'éducation physique n'est pas un jeu, elle est austère, elle fait appel au courage à son plus bas degré, c'est-à-dire au courage qui s'oppose immédiatement à un obstacle impossible à écarter. Quel est cet obstacle ? Le corps, auquel on demande sans lui offrir aucun plaisir, même pas celui de se vaincre d'une manière consciente, tant les acquisitions sont lentes et progressives. Si une multitude d'expériences n'étaient là pour en prouver les bienfaits, l'éducation physique

Le sport : école d'agilité



serait désespérante. Les enfants, les adolescents ne peuvent être attirés instinctivement par une discipline si rigide, presque rebutante ! Alors, croiront-ils leur maître sur parole ? Les plus consciencieux, sans doute ; mais les autres ? Combien s'en méfient quand ils ne s'en moquent pas ! Il n'est que d'observer, dans un groupe de 20 ou 30 élèves, combien nombreux sont ceux qui s'ingénient à « faire semblant » ! Semblant de tirer sur les omoplates, semblant de faire une flexion ou une extension qui n'arrivera jamais à terme ! Leurs mouvements sont informes et disgracieux, l'ennui enveloppant et de profonds soupirs tiennent lieu de respiration profonde. L'éducation physique est donc, avant tout, un objet d'autorité et de conviction raisonnée.

Il n'en est pas de même dans l'initiation sportive qui propose à l'adolescent un autre obstacle que son propre corps : obstacle qu'il ne doit plus chercher en lui-même, mais qu'il voit devant lui, obstacle auquel il ne s'attaquera pas encore mais dont il peut mesurer l'importance, dans le temps et dans l'espace.

Il semble donc raisonnable et recommandable d'unir aussi harmonieusement que possible ces deux disciplines parentes et cependant si différentes et le maître qui réussit cette union est assuré d'un grand succès. Oui ! Mais tout ceci n'est-il pas que beaux discours ! Ouvrons un horaire de classe ! Où sont les heures de gymnastique ? Une ? Non, deux ! Deux heures de 45 ou 50 minutes ! Est-il possible, en si peu de temps, de cultiver le corps et de donner à l'élève une initiation capable de le guider valablement dans le choix d'une spécialité sportive ? Je pense que non, et ceci a pour conséquence d'amener l'adolescent à découvrir les activités sportives une fois qu'il a perdu la spontanéité, voire même la simple curiosité de l'enfant. Les premiers essais dans une discipline presque inconnue sont souvent accompagnés d'une violente crainte du ridicule qui est inexiste si l'éducation physique à développé et équilibré au maximum l'adolescent et s'il a vécu avec le maximum d'intérêt, grâce à la compétence de ses maîtres, des séances d'initiation sportives l'amenant à s'essayer dans plusieurs domaines. C'est seulement alors que le choix ultérieur peut intervenir et, qui plus est, en connaissance de cause. Il est possible d'affirmer avec Georges Durand « que le sport sera, au sortir de l'adolescence, d'autant mieux vécu dans son aspect essentiel d'activité, de détente, de loisir, d'expression d'une personnalité, que le dépistage des possibilités aura été mieux fait et que l'élève aura pu les expérimenter dans les meilleures conditions possibles. » Il faut donc bien revenir à nos deux fois 50 minutes. Je ne prétends pas qu'elles n'aient aucune valeur, au contraire, mais celle-ci est plutôt d'ordre psychologique.

Le sport : école d'entraide et de camaraderie



que. Elles se trouvent, en effet, liées à une impression de détente, de libération, de rupture avec le milieu habituel du travail. L'esprit se libère sous l'influence d'un cadre nouveau. Mais sur le plan psychologique, Messieurs, qu'apportent-elles à l'élève ? Sont-elles susceptibles d'assurer le maintien de la santé ainsi que son épanouissement ? Certainement pas ! Le Docteur Max Fourestier, célèbre médecin et pédagogue français, affirme que « la culture physique glissée fortuitement entre une dictée et un devoir d'arithmétique est une absurdité physiologique évidente, pouvant être tenue pour totalement inefficace. On pourrait, poursuit-il, sans dommage corporel pour notre jeunesse, supprimer immédiatement un tel enseignement. La véritable éducation physique à l'école, dit-il, ne doit pas être comptée en heures, mais en après-midi ou matinées de sport ». L'important, en effet, est bien finalement, de soutenir le complexe organique de l'adolescent dans son travail de croissance, d'exercer une action directe aussi bien sur les glandes endocrines, les articulations, les systèmes osseux et musculaires, l'appareil cardio-vasculaire, la respiration, les organes d'élimination, la digestion, les coordinations, les automatismes et également, n'en déplaise aux adversaires de principe de l'éducation physique et sportive qui ont l'habitude de considérer tous les sportifs comme des « minus habentes », sur l'intellect. Je cite le Professeur Debeyre, de la Faculté de médecine de Lille : « La meilleure méthode à utiliser, pendant la grande enfance, pour assurer le plus complet épanouissement des qualités intellectuelles, dit-il, consiste à réservier aux exercices physiques et respiratoires, une part raisonnable dans l'éducation générale.

Comment résoudre le problème ? Est-il suffisant de recommander l'appartenance à une société sportive annexe ? Certainement pas, car ceci ne touchera jamais qu'une petite partie de notre jeunesse, et souvent même, ceux qui, physiologiquement, en ont le moins besoin. Que se fait-il à l'étranger ? Dans les pays de l'Est, en Angleterre et en Allemagne, les matinées ou après-midi de sport ont été admises presque partout. En Italie, c'est l'heure de culture physique matinale qui est généralement préférée. Cette méthode renferme d'ailleurs, des avantages non négligeables, en ce sens qu'elle permet à l'organisme de sortir plus rapidement des torpeurs nocturnes, favorisant ainsi, comme l'a très justement fait remarquer, dernièrement un journal de la place, les facultés de concentration. Ceci ne sera cependant valable qu'à la condition que les lois élémentaires de l'hygiène et une période suffisante de relâchement soient observées en fin de séance, ce qui n'est justement pas le cas, faute de temps, lorsque ces heures sont intercalées.

Cependant, l'essai le plus concluant, essai qui s'est attiré un intérêt mondial et qui peut être considéré actuellement comme absolument positif, a pris naissance en France, il y a dix ans environ. C'est l'expérience dite communément « expérience de Vanves ». J'ai eu l'occasion d'étudier personnellement un grand nombre de documents relatifs à cette expérience et de visiter, durant l'été, l'établissement de Vanves en pleine scolarité, d'où mon enthousiasme. Vu l'ampleur du sujet, je n'en dirai que quelques mots pour la situer, mais je suis prêt, si cela peut vous intéresser, à faire n'importe quand, un rapport détaillé sur le déroulement de l'expérience depuis 1950 et sur son extension à travers toute la France.

Elle est intitulée exactement : « L'expérience scolaire de Vanves. Une formule nouvelle d'éducation : le mi-temps pédagogique et sportif, par MM. Max Fourestier, David et Huguet ». Elle débuta à la rentrée des classes 1950. Son but premier était d'étudier la possibilité de fournir aux jeunes scolaires une vie plus active et plus agréable, leur permettant de se mieux développer tant

sur le plan intellectuel que physique et de pallier au surmenage inévitable provenant surtout d'un immobilisme trop prolongé et des possibilités restreintes de repos. Elle répondait, en fait, au cri d'alarme du Docteur Lesné, membre de l'Académie nationale de Médecine : « Les heures de repos doivent être augmentées, dit-il. Il faut supprimer tout ou partie du travail du soir et assurer aux enfants dix heures de sommeil. C'est lorsqu'on a fait la part des éléments indispensables à la vie et à l'équilibre du développement infantile que l'on doit placer l'horaire des programmes d'études ». Dans l'expérience de Vanves, les heures dites de branches intellectuelles furent diminuées hebdomadairement de 3 heures et demi, et la présence effective de l'élève à l'école fut portée de 36 à 41 heures. Une classe témoin à régime normal fut toujours mise en comparaison, afin que les conclusions soient valables. Je vous donne très brièvement quelques résultats, choisissant toujours les années les plus moyennes pour la classe d'expérience. La moyenne d'âge des enfants est de 13 ans.

L'expérience porte sur trois ans.

1. Moyenne du poids : classe à mi-temps : de 34,6 à 50,11; classe témoin : de 34,4 à 48,2.
2. Taille : classe à mi-temps : de 142 à 161; classe témoin : de 142 à 155.
3. Capacité vitale : classe à mi-temps : de 2,1 à 3,4; classe témoin : de 2,6 à 2,9.
4. Périmètre thoracique différentiel : classe à mi-temps : de 7,5 cm à 12 cm; classe témoin : de 8 cm à 10,8 cm.
5. Performances, dans l'ordre :

Classe à mi-temps :	Classe témoin :
50 mètres, gain 1'18	0'96
300 mètres, gain 16'1	11'5
Saut en hauteur, gain 0,37 m	0,22 m
Saut en longueur, gain 1,36 m	0,87 m
Poids de 3 kg, gain 6,87 m etc.	4,63 m
6. Réussite aux examens du certificat d'études primaires : classe à mi-temps : 80 pour cent; classe témoin : 78 pour cent.

Signalons encore que l'absentéisme scolaire pour petites maladies a été considérablement réduit pendant les trois années de l'expérience. La raison en est facile à comprendre: ces sujets, beaucoup plus aguerris physiquement, résistent davantage aux multiples petites agressions pathogènes si fréquentes chez l'enfant, surtout à la ville. En outre, c'est pour eux une vraie joie quotidiennement renouvelée, d'aller à cette école où les études se font à un rythme hors tradition: la paresse de fréquentation scolaire est pour ainsi dire inconnue dans le mi-temps pédagogique et sportif. Mais il y a plus; plus qu'une santé fortifiée, plus que des corps aguerris, plus que des connaissances, soit majorées, soit identiques, il y a encore les résonnances morales et sociales de cette pédagogie nouvelle. Celles-ci ne se calculent et ne se mesurent pas.

Voilà, Messieurs, un moyen efficace pour lutter contre la dégénérescence de notre jeunesse et contre les maladies infantiles de plus en plus fréquentes. Il vaut mieux construire des stades, des places de jeu et des salles de gymnastique que d'ouvrir des sanatoriums. Voilà un moyen certain de donner à la société une jeunesse forte et saine. Nous entendons souvent affirmer par nos journalistes sportifs que l'école est cause de notre faiblesse dans les confrontations sportives internationales. Cette affirmation est, bien sûr, par trop téméraire et bien trop gratuite pour qu'on y prête foi, et, cependant, il paraît évident que d'une jeunesse forte et saine moralement et physiquement doivent sortir un plus grand nombre d'athlètes brillants, une élite

brillante aussi bien sur le plan professionnel que sportif.

Ainsi formé, le jeune adolescent plus doué et surtout qui en éprouve le besoin et le désir ardent, pourra être admis au sein de la société sportive, où il augmentera et perfectionnera son bagage technique, et où il se familiarisera avec les différentes spécialités. Il abordera aussi occasionnellement la compétition, afin de découvrir peu à peu s'il possède les facultés physiques et morales qui lui permettront de se joindre un jour à l'élite des sportifs de compétition, après avoir bien compris que cette promotion représente un idéal et non un but. C'est maintenant que le milieu humain devient particulièrement important pour l'adolescent : « De même, dit Georges Durand, que l'enfant trouve dans le maître d'école une incarnation du savoir qui concurrence dangereusement le prestige des parents, l'adolescent recherche souvent dans la société sportive un milieu infiniment plus attrayant et plus compréhensif que la famille. L'influence des camarades, des adultes qu'il y côtoie se trouve grandement renforcée, facilitée par cette adhésion. Contrairement à l'école, à l'atelier, dont le choix est toujours plus ou moins imposé par des impératifs raisonnables, l'appartenance au milieu sportif est due, elle, à des sentiments d'amitié, d'admiration, d'envie. On adhère au club sportif parce qu'un camarade sympathique y est déjà, parce qu'on a envie de pratiquer tel sport dont ce qu'on en a vu paraît enthousiasmant» ou bien encore parce qu'on admire Coppi, Kopa, qui sais-je encore ? Tout ceci suffit bien pour insister sur l'importance du rôle d'éducateurs qui est dévolu aux dirigeants sportifs et aux entraîneurs, exactement au même titre qu'aux maîtres d'éducation physique à l'école. Et il n'est certes pas facile d'insuffler au jeune homme que : « le propre de l'athlète, comme le dit si bien Pierre de Coubertin, est de se connaître, de se gouverner et de se vaincre ! » Parler des dirigeants et entraîneurs est complexe et peut-être un peu audacieux. Il en est de multiples sortes : ceux qui aspirent avant tout au titre, ceux qui le sont parce qu'il faut bien que quelqu'un « s'en occupe », ceux aussi qui fuient un foyer où ils s'ennuient, ceux qui bornent leur action à un « laïus » annuel, à un bon repas de temps en temps ou à un travail de bureaucrates : leur influence sera presque certainement néfaste. Mais il y a, heureusement, ceux qui le deviennent par goût réel de la chose sportive, des jeunes, et par souci d'être utiles, ceux qui sont les animateurs et qui marquent de leur personnalité le groupe et les jeunes qui leur sont confiés. Nous verrons dans un prochain exposé les tendances existant dans les méthodes éducatives des dirigeants sportifs. (à suivre)

Le sport : école de joie et d'enthousiasme

