

<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>	19 (1962)
<b>Heft:</b>	[3]
<b>Artikel:</b>	Éducation physique postscolaire
<b>Autor:</b>	Schönholzer, G.
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-996191">https://doi.org/10.5169/seals-996191</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:** 21.02.2026

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



## **Education physique postscolaire**

Prof. Dr méd. G. Schönholzer, EPGS.

Nous nous trouvons actuellement en présence de quelques phénomènes nouveaux, se manifestant pour la première fois, et auxquels il convient de vouer la plus grande attention. Les influences de la civilisation ont pris de telles proportions qu'elles agissent, de plus en plus, activement sur l'individu. Celui-ci devient, chaque jour davantage, le manipulateur de machines perfectionnées, que ce soit, à la fabrique, dans la rue, dans le ménage et même à la guerre. L'activité corporelle s'amenuise sans cesse et passe, dans les pays soit-disant évolués, à l'arrière-plan. Les plaisirs et les loisirs même suivent cette voie ; cela est tout spécialement le cas chez nous où, pour la pratique des sports d'hiver, des milliers de moyens de transport mécaniques sont mis à disposition et annihilent, de ce fait, tout effort personnel. La vie nocturne prend le pas sur celle du jour, la nourriture est fonction de la réclame ou des intérêts des associations et l'idole de la production et du profit mène, sous le motto : « La publicité rend la vie plus belle » à une conception anormale de l'existence.

L'art médical est parvenu à prolonger la vie de l'homme, en moyenne, au-delà de 70 ans — chez les anciens Grecs, la moyenne était de 25 ans. Notre corps doit, aujourd'hui, conserver ses facultés pendant une plus longue vie sans courir le danger d'une longue période de maladies de vieillesse — artériosclérose, rhumatismes, arthrite, diabète, etc.

L'homme se développe, de nos jours, notamment dans les pays civilisés, pendant la jeunesse d'une manière spécifique. La croissance en longueur domine, la force diminue, la maturité spirituelle est retardée, la maturité sexuelle plus précoce.

Les conséquences psychiques et physiques de ce phénomène que l'on appelle « accélération » sont connues et décrites dans le présent numéro. Les conséquences corporelles — tenue déficiente, absence d'aptitudes physiques et d'endurance, manque de résistance aux maladies, sont visibles. L'accroissement actuel de la longévité n'est certainement pas le fait d'une plus grande capacité de résistance, mais bien davantage d'une hygiène mieux comprise (lutte contre les épidémies, vaccinations, etc.) et des innombrables possibilités de traitements médicaux et de médicaments dont une grande partie est, il faut bien le dire, le produit d'une mode superflue et de la haute conjoncture. Quel rapport est-ce que tout cela a avec la jeunesse : Il convient de bien se rendre compte que, sous de nombreux rapports, l'âge commence déjà après la naissance. Nous de-

vons voir plus loin, et considérer que l'homme, malgré certaines analogies fondamentales, n'est pas une machine. Contrairement à cette dernière, ses capacités s'accroissent et se développent proportionnellement à l'intensité des exigences de la performance et elles ne se maintiennent que si elles sont constamment mises à l'épreuve. L'accroissement des capacités de performances par l'entraînement doit être une partie normale du développement du jeune homme. Ce développement doit s'effectuer harmonieusement et ne pas porter uniquement sur les facultés intellectuelles et le caractère, mais aussi sur le développement de la force (musculature, squelette, tenue), de l'endurance (système circulatoire, organes internes), de la rapidité (force et rapidité de réaction) et la capacité générale de résistance (endurcissement).

Nous ne devons pas envisager uniquement le développement harmonieux, mais aussi le maintien d'un état de capacités physiques suffisant pendant toute la vie, sans les regrettables interruptions connues de la période d'apprentissage et des 40 ans, qui entraînent malheureusement trop souvent un abandon définitif de tout entraînement sérieux.

Comment devons-nous apprécier la situation actuelle ?

Pendant la scolarité, l'éducation physique est tant bien que mal réglée. Que de progrès seraient réalisés si les prescriptions existant en la matière étaient partout respectées ! Cette situation ne sera satisfaisante que lorsque le plan horaire journalier de chaque école prévoira une petite place pour l'éducation physique, et cela aussi bien pour les filles que pour les garçons ; c'est là une exigence qui ira de soi à plus ou moins brève échéance.

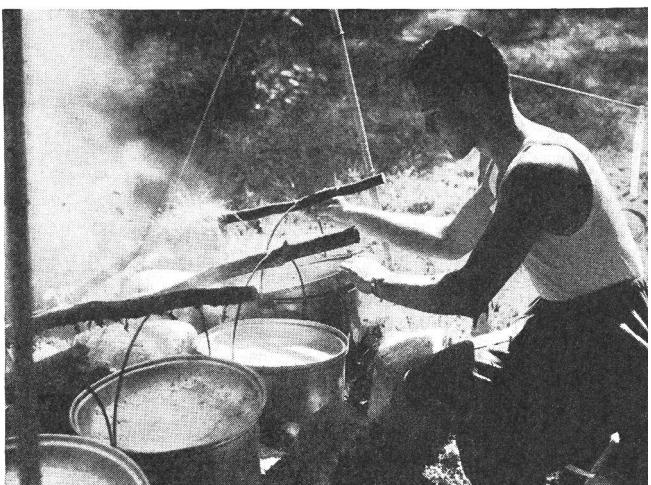
Pendant la postscolarité nous pouvons constater de dangereuses lacunes présentant des aspects divers selon la profession dans laquelle le jeune homme s'engage.

Pour les élèves des écoles moyennes (gymnases, écoles privées) la question de l'éducation physique est relativement bien réglée, bien que là aussi, comme pendant la scolarité obligatoire, il serait souhaitable d'augmenter et d'intensifier les séances de gymnastique pour les jeunes filles.

Les apprentis (écoles professionnelles) se trouvent dans des conditions très variables justifiées, en partie, par les difficultés d'ordre technique (apprentis de petites entreprises, du commerce, à la campagne ; absence ou insuffisance d'installations sportives, manque de temps, etc.). On reconnaît, presque partout, la nécessité d'intensifier l'éducation physique pour les jeunes hommes et les jeunes filles en apprentissage. Les écoles professionnelles et de nombreuses entreprises industrielles vont aussi résolument de l'avant. Mais le problème n'est pas pour autant résolu et il exigera encore de grands efforts. Le but auquel nous devons parvenir est indubitablement une sérieuse obligation, comme cela est déjà le cas depuis longtemps dans les écoles. Nous ne verrions pas pourquoi, après avoir surmonté les difficultés existantes, cette obligation ne pourrait pas être réalisée à un âge où les exigences biologiques sont particulièrement grandes.

On pourrait penser que les étudiants utilisent totalement les possibilités existantes — sport universitaire, maîtres de sport, places de sport. Cela n'est pas du tout le cas. Tôt ou tard, l'éducation physique obligatoire devra être introduite dans les universités, ce qui est déjà le cas, depuis de nombreuses années, dans certains pays. Mais le plus délaissé c'est certainement le jeune ouvrier non spécialisé.

Il convient de relever ici le grand travail des sociétés et des associations sportives qui sont à la disposition de tous les jeunes, avec leurs diverses possibilités et catégories de membres. Mais il est malheureusement établi que souvent, c'est précisément ceux qui en auraient le plus besoin qui ne font pas usage de ces possibilités. Et combien souvent aussi, précisément à cet âge, on tient peu compte des exigences du temps et du travail. Il y a lieu de considérer aussi que chaque



individu n'est pas intéressé à devenir membre d'une société. L'éducation physique est, en principe, une chose qui va de soi, comme boire et manger, activités que l'on peut exercer finalement sans appartenir nécessairement à une société.

La place de sport librement accessible, le stade aux portes ouvertes, des halles de gymnastique ouvertes à tous est un but à la réalisation duquel l'Etat doit aussi concourir.

C'est à dessein que j'ai mentionné toutes les catégories de jeunes gens. Ils ont tous la chance, pour autant qu'ils soient physiquement sains et qu'ils le désirent, de pouvoir participer librement à l'enseignement postscolaire de la gymnastique et des sports.

Grâce à l'étendue et à la variété de son programme d'activité, que ce soit dans le cadre ou en dehors des sociétés organisées, l'enseignement postscolaire de la gymnastique et des sports est appelé à jouer un rôle toujours plus important. Et pourtant, cette bienfaisante institution comporte elle-même deux lacunes : elle ne s'adresse pas aux jeunes filles et le volontariat qui la caractérise porte préjudice à l'ensemble de la communauté parce que ce sont précisément ceux qui auraient le plus besoin d'une éducation corporelle qui s'en tiennent écartés.

Il faut espérer qu'il sera possible, avec le temps, de combler ces deux dernières lacunes, surtout celle concernant l'éducation physique des jeunes filles. Il ne fait pas de doute, non plus, d'un autre côté, que la question de l'enseignement post-scolaire obligatoire de la gymnastique et des sports, pour tous les jeunes gens, devra être, à nouveau, mise en discussion. Le fait qu'une jeunesse saine, et partant capable de performances, constitue un des fondements essentiels du peuple et, bien entendu, aussi de son armée, nous obligera, tôt ou tard, à accorder une attention beaucoup plus grande encore à l'éducation physique des jeunes gens en âge post-scolaire. Le plus tôt sera le mieux pour tous.

