

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: [3]

Artikel: Que nous offre l'enseignement postsecondaire de la gymnastique et des sports?

Autor: Rätz, W.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-996193>

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: 08.01.2026

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



Que nous offre l'enseignement post-scolaire de la gymnastique et des sports?

Ce numéro contient des articles révélant les dangers et les exigences de l'âge post-scolaire pour notre jeunesse. Les auteurs de ces articles sont arrivés à la conclusion que la gymnastique et les sports peuvent être un moyen efficace de combattre ces dangers et de satisfaire ces exigences. Pendant la scolarité obligatoire, la jeunesse bénéficie d'une gymnastique scolaire obligatoire. Le développement harmonieux du corps et de l'esprit est ainsi assuré jusqu'à la sortie de l'école. Mais que se passe-t-il dès cet instant? Dans la plupart des cas, le jeune homme est livré à lui-même; il peut, soit poursuivre sa formation primaire et maintenir l'équilibre entre l'éducation physique et spirituelle par la pratique d'une activité corporelle systématique, soit négliger totalement ce dernier aspect de son développement.

Quelles sont les possibilités qui lui sont offertes? Il y a tout d'abord les très nombreuses sociétés de gymnastique et de sport. A peu près le quart de notre jeunesse s'incorpore à ces sociétés et y suit un entraînement régulier. Puis, la jeunesse masculine a, en outre, la possibilité de se développer physiquement dans le cadre de l'enseignement post-scolaire de la gymnastique et des sports. Ce mouvement connaît un très grand succès ce qui s'explique par le fait que l'appartenance à un groupement EPGS entraîne moins d'obligations pour le jeune homme et ne le lie pas pour toute une année. Au cours de l'année écoulée, 90 000 jeunes gens ont suivi un entraînement régulier et 200 000 ont participé aux examens. Bien que ces chiffres soient impressionnants, ce n'est, toutefois, que le 50 pour cent de notre jeunesse qui s'est intéressé à une telle activité. Le nombre des jeunes gens qui demeurent passifs à l'égard de l'éducation physique est donc tout aussi impressionnant et c'est précisément ceux-là que guettent les dangers auxquels nous faisons allusion tout à l'heure.

Avec le système actuel du volontariat, il ne sera jamais possible d'intéresser tous les jeunes gens à l'enseignement post-scolaire de la gymnastique et des sports, mais il doit être encore possible d'augmenter la participation. Une partie de cette abstention de la part des jeunes s'explique par le fait que cette possibilité de formation n'est pas encore partout connue et que l'ancienne dénomination « instruction préparatoire » laissait présumer une formation militaire.

Nos efforts doivent tendre à gagner la confiance et l'intérêt des jeunes demeurés à l'écart. Ce but peut être atteint par une information accrue et notamment par un appui beaucoup plus efficace du corps enseignant qui, au moment de la libération de la scolarité, devrait encourager les jeunes gens à participer activement à l'EPGS. Le présent numéro de notre revue a précisément pour but de fournir à tous nos « enseignants » la documentation qui leur est nécessaire à cette fin. L'enseignement post-scolaire de la gymnastique et des sports peut être organisé partout dans notre pays. Près de 4 000 groupements confiés à des moniteurs spécialement formés sont à la disposition de notre jeunesse, depuis la fin de la scolarité obligatoire jusqu'au moment d'entrer à l'école de recrue. Le programme de travail porte essentiellement sur la gymnastique et les sports et comprend, outre la formation de base, diverses disciplines à option. L'enseignement est donné dans des cours limités et dans des camps. Les participants ont, en outre, la possibilité d'apprécier leurs aptitudes générales et particulières en participant aux examens de base ou à option. Toute cette activité, pratiquée dans la plus saine camaraderie, est absolument gratuite. Tout participant est assuré et peut soumettre son activité à un contrôle médico-sportif également gratuit. Le but de cet enseignement n'est pas de former des champions sportifs aptes à réaliser de



grandes performances, mais bien davantage d'augmenter les capacités physiques des jeunes en vue d'obtenir une jeune génération saine, aussi bien physiquement qu'intellectuellement, et capable d'apprécier les vraies valeurs de notre pays plutôt que les séductions et tentations qui l'assaillent de toute part. Grâce à son programme varié et très étroitement lié à la nature l'EPGS peut contribuer efficacement à la solution du problème, aujourd'hui très discuté, de l'éducation de la jeunesse. Au centre de l'activité se trouve la formation de base. Celle-ci comprend des exercices qui répondent à la soif de mouvement qui caractérise les jeunes : la course, les sauts, les lancers, le grimper, les exercices de réaction et de courage ainsi que les jeux. Tous ces exercices de la formation de base sont débordants de vie. Ils permettent de canaliser, sans contrainte, le besoin naturel de la jeunesse à manifester ses aptitudes physiques et à réaliser des performances. Cette activité, qui s'étend sur quelques mois, s'achève par un examen portant sur la course de vitesse, le saut en longueur, le lancer en longueur, le grimper et le jet du boulet et permet à chacun de mesurer ses progrès et de déterminer ses aptitudes dans ces disciplines.

Les cours à option correspondent spécialement bien aux vœux et inclinations de la jeunesse moderne. Ils peuvent être organisés très simplement selon le principe « Aide-toi, le ciel t'aidera ! » Ils permettent d'habituer les jeunes gens à la vie en plein air, simple et rude, à leur faire apprécier les beautés de notre pays et à stimuler ainsi en eux l'amour de la patrie. On distingue les branches à option suivantes :

Le ski. Ce sport procure agilité, force, courage et endurance et développe la capacité de résistance aux maladies hivernales. Grâce à lui les jeunes gens ont l'occasion de quitter les régions basses et nébuleuses pour séjourner dans le monde merveilleusement enneigé et ensoleillé de la montagne où ils apprennent à jouir des beautés de la nature et à aimer leur pays.

La natation. C'est un des domaines procurant le plus de joie, stimule le courage et développe la confiance en soi. Organisés dans les plus beaux coins de notre pays, ces cours laissent des souvenirs impérissables.

L'alpinisme. C'est un sport viril qui développe chez les adhérents la faculté de savoir faire face à toutes les situations, tout en éveillant en eux la joie de vivre au cœur même des montagnes. Sa valeur éducative est particulièrement grande.

Les excursions. C'est un moyen de compenser l'influence sans cesse croissante de la motorisation et d'éloigner les jeunes du vacarme des routes pour leur faire goûter à la sereine tranquillité de la nature.

La course d'orientation. Son succès va grandissant. Loin des foules, les parcours entraînent les coureurs à travers les forêts, les prairies et le long des ruisseaux écumeux. Le travail avec la carte et la boussole, dans le terrain, stimule les sens et enrichit l'esprit.

Le programme EPGS que nous venons d'esquisser ne tend pas seulement au développement physique des jeunes gens, mais encore à la formation de leur caractère. Un soin tout particulier est voué au développement de leur sens de la vie en commun, de leur désintéressement, de la camaraderie et du fair play sportif. L'enseignement post scolaire de la gymnastique et des sports constitue ainsi le complément naturel de l'éducation donnée par la famille, l'école et l'église. Il convient de relever également l'aspect social de cette éducation. Les jeunes gens ne disposant que de peu de moyens financiers peuvent suivre gratuitement un cours d'alpinisme, s'ils proviennent de la plaine, ou un cours de natation, s'ils sont montagnards. Le matériel est mis gratuitement à leur disposition et ils peuvent voyager à tarif réduit. Il est distribué, chaque année : 32 000 cartes topographiques, 23 000 toiles de tente, 19 000 couvertures, 20 000 boussoles, 13 000 paires de ski, etc. Bref, on peut conclure que l'EPGS, tout en développant le corps, lui donne la force et l'endurance, ce qui est important pour la santé et indispensable pour faire face aux exigences de la profession et du service militaire. Grâce à un programme varié et captivant, chaque entraînement est source de joie de vivre et de contentement et contribue à faire oublier les soucis et problèmes de la vie quotidienne. Chacun s'y sent parfaitement à son aise au milieu de camarades animés du même idéal. C'est pourquoi il est du devoir de tout éducateur d'agir de telle manière que les jeunes puissent bénéficier de cet enseignement. Les jeunes filles ne bénéficient malheureusement pas encore des mêmes possibilités. Toutefois, des voix de plus en plus nombreuses et de plus en plus autorisées se font entendre en leur faveur si bien que l'on peut espérer la réalisation de ce postulat parfaitement justifié à plus ou moins longue échéance.

W. Rätz