

<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>	Gynastique, sport et éducation
<b>Autor:</b>	Pellaud, Francis
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-996194">https://doi.org/10.5169/seals-996194</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:** 20.01.2026

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

# Gymnastique, sport et éducation

Francis Pellaud, Macolin

Les exposés qui précèdent nous ont prouvé d'une manière quasi irréfutable, la nécessité d'une éducation physique propre à combattre ou à neutraliser les néfastes répercussions de l'existence moderne sur le développement corporel et psychique de notre jeunesse. Les directeurs d'écoles, de collèges, d'instituts auxquels ce numéro de notre revue est plus spécialement destiné, sont certainement les observateurs les mieux qualifiés pour juger et apprécier les méfaits de la motorisation et de la mécanisation à outrance de notre siècle de fer et de bruit.

Le spectacle journalier de visages émaciés de jeunes gens « qui n'en finissent pas de grandir » au détriment d'une rusticité de bon aloi, témoigne, à leurs yeux, d'un déséquilibre auquel il leur est souvent impossible de remédier, prisonniers qu'ils sont eux-mêmes, d'un programme scolaire depuis longtemps dépassé par les événements.

Certains d'entre eux font de louables efforts pour corriger quelque peu cette alarmante situation en organisant des camps d'études et de sport à la montagne, tant en été qu'en hiver. Ils ont droit à notre reconnaissance et à notre appui, car ils font œuvre de pionniers et de novateurs dans un pays qui n'a jamais été très tendre à l'égard de ceux qui se sont faits les champions du progrès social et d'une saine et nécessaire évolution des mœurs. Les sociétés de gymnastique et de sport, les clubs sportifs et l'enseignement postscolaire de la gymnastique et des sports viennent, à leur tour, à la rescouasse et entraînent dans leurs rangs ceux des jeunes que l'effort personnel et l'incorporation à un groupe social ne rebutent pas !

Les directeurs d'écoles professionnelles, les chefs d'entreprises prennent également, de plus en plus, conscience de l'urgente nécessité de la pratique de la gymnastique et des sports par les jeunes apprentis qui leur sont confiés. L'introduction généralisée des pauses de travail et des séances de culture physique dans le cadre même des entreprises industrielles n'est plus guère discutée, dans son principe, et la réalisation pratique ne saurait tarder.

Si tout n'est pas encore parfait, il semble donc que dans tous les milieux on se préoccupe toujours davantage de l'éducation physique des adolescents et cela aussi bien pour les jeunes filles que pour les jeunes gens.

\* \* \*

Mais il est un autre aspect du problème de l'éducation juvénile auquel, nous semble-t-il, il conviendrait de vouer une attention plus grande encore. Nous voulons parler de certains dangers majeurs qui guettent notre jeunesse et qui risquent de compromettre, non seulement leur carrière sportive éventuelle mais encore toute leur existence d'homme et de femme. Nous pensons, en particulier, à l'usage abusif de stupéfiants tels que la nicotine et l'alcool et au dérèglement de vie, notamment sur le plan sexuel.

Depuis 1946, nous nous efforçons, dans les cours fédéraux de moniteurs de l'enseignement postscolaire de la gymnastique et des sports organisés à Macolin, d'inculquer aux futurs moniteurs un zèle d'apôtre pour lutter contre ces trois fléaux sociaux. Nous demandons à chacun d'eux de se forger une discipline personnelle exemplaire sous ces rapports afin que, par leur exemple, ils entraînent leurs jeunes protégés sur la voie sûre de l'austérité et de la vertu. Nous pourrions citer ici les noms de nombreux moniteurs qui, ayant compris le sens profond de notre appel et la nécessité d'agir, ont renoncé spontanément qui, à la cigarette

ou à la pipe, qui à l'apéritif chronique, qui encore à certaine fâcheuse tendance à l'immoralité. La preuve est donc faite que cette action en profondeur porte des fruits et que l'effort entrepris mérite d'être poursuivi.

Et pour ceux qui ne seraient pas convaincus de l'imperieuse nécessité d'une contre-offensive, citons, une fois de plus, le bilan catastrophique de la consommation de cigarettes en Suisse, bilan établi par l'Association des fabricants de cigarettes et de produits à fumer :

En 1939, il s'est consommé, en Suisse 1 1/2 milliard de cigarettes. En 1959, il s'est consommé, en Suisse, 8 1/2 milliards de cigarettes et ces chiffres ne font qu'augmenter d'année en année.

Bien que la Suisse, comme en ce qui concerne le divorce, détienne un bien affligeant record dans ce domaine, le mal n'en n'est pas moins grave dans les autres pays. Un chiffre récent : les Anglais ont dépensé, en fumée, en 1961, pour 824 000 000 de livres sterling, en France, où l'on fume pourtant deux fois moins qu'en Suisse, le produit de la régale sur les cigarettes atteint des proportions astronomiques.

Les chiffres concernant la consommation d'alcool de toute sorte sont, hélas, tout aussi éloquents et se passent de commentaires. A quoi faut-il attribuer cette vague d'empoisonnement collectif, ce suicide de la communauté (le pourcentage des décès dus au cancer a doublé au cours des dernières années !) sinon à cette soif jamais assouvie de sensations fortes, de plaisirs malsains qu'une publicité tapageuse et sans vergogne s'emploie à stimuler avec un raffinement et une astuce déconcertants.

A cela s'ajoute, l'autorité, de plus en plus discutée et partant inefficace de parents trop prompts à abdiquer devant les exigences de leurs enfants. Cette crise de l'autorité paternelle a ses répercussions sur les plans scolaire, professionnel et religieux et pour corollaire, presque inéluctable, la vague sans cesse croissante des échecs aux examens de promotion.

Les observations des psychiatres ont décelé la nature profonde des troubles qui paralySENT les facultés mentales de nombre de jeunes et les incitent à la révolte, au découragement ou au dévergondage.

\* \* \*

Or, l'on a souvent constaté que là où les parents, les maîtres, le curé ou le pasteur ont échoué, certains éducateurs sportifs ont réussi. Ces succès, même s'ils ne sont pas généralisés, donnent à la fonction de moniteurs d'éducation physique une importance et un relief tout particuliers.

Cela nous ramène à cette vérité première du grand éducateur que fut Pestalozzi : « Toute éducation commence par celle du corps ». Le moniteur de l'enseignement postscolaire de la gymnastique et des sports a, plus que tout autre, l'occasion d'exercer son rôle d'éducateur, notamment lors des cours à option organisés sous forme de camps de plusieurs jours. Il a alors, tout son monde en mains, à sa merci. Il peut, s'il le veut réellement, exercer une influence souvent décisive sur le comportement futur de ses protégés : par l'exemple constant de sa personnalité parfaitement bien équilibrée, par sa conduite irréprochable sous tous les rapports, par sa disponibilité à l'égard de chacun de ses élèves pour les aider dans leurs difficultés personnelles, voire intimes, pour les orienter sur certains problèmes essentiels de l'existence, pour les conseiller, si ce n'est encore fait, dans le choix de leur

profession, de leurs loisirs, de leurs compagnons ; pour les initier, peut-être, avec beaucoup de franchise et de délicatesse aux mystères de la vie et les avertir des dangers qui guettent, jeunes gens et jeunes filles non prévenus, dans un monde aussi dissolu que le nôtre. Avec du doigté, de la compréhension et surtout de l'affection, le moniteur EPGS, vraiment conscient de la noblesse et de la grandeur de sa tâche d'éducateur, peut faire de grandes et belles choses. Puisse-t-il s'en persuader toujours davantage en ne perdant jamais

de vue ce principe fondamental d'éducation émis par Heinrich Pestalozzi :

« La nature nous donne l'enfant comme un tout invisible, comme une unité organique essentielle, avec ses dispositions variées du cœur, de l'esprit et du corps. Elle entend qu'aucune de ces dispositions ne soit négligée. Le développement de l'une doit, non seulement, ne pas porter préjudice au développement de l'autre, mais au contraire favoriser ce développement dans la plus parfaite harmonie. »

## Les écrivains modernes et le sport

Par Claude Giroud (suite)

### Léon Tolstoï (1828—1910)

Homme d'action et de contemplation, Léon Tolstoï a laissé derrière lui, après une existence pleine d'alternances, une œuvre considérable d'écrivain et de philosophie.

Dans chacun de ses livres se retrouve, au travers de ses personnages, l'homme lui-même : le comte Tolstoï, propriétaire terrien du domaine de Iasnaïa-Poliania. Orphelin de bonne heure, il eut par la suite une jeunesse aventureuse, une vie d'étudiant « pleine de duels, d'orgies, et de cartes ». Il faut lire les œuvres de ce temps : 1852 Enfance ; 1858 Voyage en Suisse. Il se marie à trente-cinq ans, ayant sur la femme des idées très arrêtées. Sophie Bers, son épouse, est âgée de dix-huit ans. Elle lui donnera quinze enfants, dont deux mourront.

Si Tolstoï n'a pas donné au monde l'exemple de l'homme rendu heureux par le mariage — la fin de sa vie est celle d'un homme en quête de grande solitude — il lui a laissé l'héritage d'une œuvre immense, sous la forme de romans, de livres de philosophie et de morale.

Lequel d'entre nous n'a pas lu : Guerre et Paix ; Ma Confession ; La Sonate à Kreutzer ; Anna Karénine ; Résurrection ?

D'abord homme d'action, il s'était montré brillant dans le domaine des armes, comme dans celui du sport. On le vit pratiquer le sport de l'équitation, de la bicyclette, de la natation, du patinage à glace (notre illustration), du tennis, et ceci jusqu'à l'âge de 80 ans.

« Je désire vivre longtemps, très longtemps, et la pensée de la mort me remplit d'une crainte poétique et enfantine » (lettre de Jeunesse.)

Sa vitalité, voici telle qu'elle nous est restituée par Stefan Zweig :

« Une santé foncière. Le corps charpenté pour un siècle. Des os solides et saturés de moëlle, des muscles noueux, une véritable force d'ours : allongé sur le sol, le jeune Tolstoï peut d'une main soulever en l'air un lourd soldat. Des tendons élastiques : au gymnase, sans élan, il saute facilement la plus haute corde ; il nage comme un poisson, monte à cheval comme un cosaque, fauche comme un paysan : ce corps de fer ne connaît d'autre fatigue que celle qui vient de l'esprit. Chaque nerf tendu, vibratile à l'excès, à la fois souple et résistant, une lame de Tolède, chaque sens aigu et alerte. Nulle part une brèche, une lacune, une fissure, un manque, un défaut, dans le rempart circulaire de cette force vitale, et, par conséquent, jamais une maladie sérieuse ne réussit à faire irruption dans ce corps bâti en pierre de taille : le physique incroyable de Tolstoï reste barricadé contre toute faiblesse, muré contre la vieillesse.

Vitalité sans exemple : tous les artistes des temps modernes, à côté de cette virilité biblique enveloppée

d'une barbe bruissante, paysanne et barbare, ont l'air de femmes ou de freluches...

Tolstoï, vieillard débordant de force, plonge encore, en s'ébrouant, son corps rouge de froid dans l'eau glacée, trime au jardin et, au tennis, court lestement après les balles. A soixante-sept ans, il a la curiosité d'apprendre à monter à bicyclette. A soixante-dix ans, il patine agilement sur la piste miroitante ; à quatre-vingts ans, il exerce quotidiennement ses muscles dans des exercices de gymnastique et, à quatre-vingt-deux ans, à un pouce de la mort, il fait encore siffler sa cravache au-dessus de sa jument, lorsque, après vingt verstes d'un violent galop, elle s'arrête ou regimbe... L'œil reste perçant jusqu'à l'heure de la mort : quand Tolstoï est à cheval, son regard curieux voit l'insecte le plus minuscule ramper sur les écorces des arbres, et il n'a pas besoin de lunettes pour suivre le vol du faucon... Il garde l'oreille fine et ses narines larges, presque animales, absorbent toute volupté : une sorte d'ivresse saisit toujours le vieillard à barbe blanche lorsque, dans ses promenades printanières, soudain il aspire la forte odeur de fumier mêlée à la senteur de

Léon Tolstoï, vieillard à la barbe de père Noël, s'adonne aux joies du patinage à glace.  
(Photo obligamment prêtée par le journal Tip).

