

**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:** 23 (1966)  
**Heft:** 7

**Artikel:** L'armée et le sport  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-996164>

### **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:** 12.01.2026

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

Les entraîneurs, les dirigeants doivent retourner à l'école, y rencontrer les éducateurs. Ensemble ils prépareront des hommes qui auront souci de devenir de bons citoyens et de sauver, par les sports, l'équilibre compromis de leur existence frénétique. « La santé se mérite et se conquiert » prêchait à 90 ans le docteur Ruffier.

Notre jeunesse doit être cernée dès l'école primaire afin qu'il y ait de sa part une véritable prise de conscience des dangers qui la menacent et des joies dont elle risque de priver toute sa vie si elle ne s'engage pas sur le bon chemin. C'est seulement en amenant nos jeunes à la pratique massive du sport que nous nous découvrirons une élite valable qui n'ait rien à voir avec la notion fallacieuse du « champion-idole ».

Jean-François Brisson écrit: « Remontons aux sources ! Ce n'est pas pour découvrir des athlètes prodiges capables de triompher dans les matches internationaux qu'il faut envoyer toute la jeunesse sur le stade. C'est parce qu'on l'y aura envoyé pour son bien dès l'école primaire que, du sein de la masse, émergeront les plus doués qui, accessoirement, pourront triompher au sommet. »

« Le sport de sommet est une duperie si les vedettes qui l'illustrent cessent d'être représentatives de l'ensemble pour devenir artificiellement les fruits rares d'une culture de serre. »

Un des nombreux ministres français de l'Education Nationale de la Quatrième République a pu dire : « Elevons le niveau physique de la nation, les champions nous seront donnés par surcroît... ». Cette remarque est parfaitement valable pour notre pays et, si elle propose un chemin qui est loin d'être celui de la facilité, il vaut la peine qu'on y pénètre.

Nous avons, bien sûr, l'« Enseignement post-scolaire de la gymnastique et des sports » (EPGS), cependant, cette action, pour louable qu'elle soit, touche une couche beaucoup trop restreinte de nos adolescents.

Mes yeux tombent par hasard, ce 22 juin 1966, sur un petit article en entrefilet dans les faits divers et traitant de la « gymnastique » — j'aimerais qu'on pense « culture physique » — obligatoire pour apprentis et étudiants. J'en extrais ce qui suit: « ... le retard de tous ceux qui, une fois leur scolarité accomplie, considèrent le sport en spectateurs — dans le meilleur des cas — apparaît d'autant plus grand. »

« Gagner ceux-là à la cause de la « gymnastique » post-scolaire devient donc une tâche urgente. Une tâche

importante aussi, quand on songe qu'il s'agit de convaincre à peu près la moitié de la jeunesse ! »

Cette « tâche » — convaincre —, on ne la mènera à bien, en fait, que si l'on repense le problème au niveau de l'école primaire et de l'école secondaire. Le « mi-temps pédagogique et sportif », mouvement dont l'ampleur croît sans cesse en France, en est, peut-être, une solution valable. Ce système peut se vanter, en effet, d'avoir semé le bonheur à l'école, d'avoir fait des adolescents forts et solides, moralement et physiquement, qualités essentielles aussi bien dans la pratique d'une profession que dans celle du sport. Cette méthode d'enseignement possède l'avantage inestimable d'être une véritable thérapeutique pour les plus faibles et les handicapés qui découvrent avec étonnement une source de santé à portée de la main, et un stimulant pour les plus doués. Il n'est plus nécessaire, après leur scolarité, de les attirer sur les terrains de sport. Ils y reviennent d'eux-mêmes, car, ayant progressivement pris conscience de leurs talents, ils désirent de toutes leurs forces les concrétiser en recherchant les frontières de leurs possibilités. Parce qu'ils ont été éduqués au moment qu'il fallait, ils évitent aussi plus facilement de tomber dans le piège qui les porte à exposer leurs corps à « la foire au muscle » !

Cette conception de la culture physique à l'école, pour les plus faibles et les plus forts, est à la base même — et ceci est valable pour les deux sexes — de la formation d'hommes complets et équilibrés.

Ainsi conçu, le sport est une source de joies, et elles ne sont pas si nombreuses dans la vie pour qu'on puisse se permettre de l'ignorer. Que tous deviennent donc et restent pratiquants, alors seulement la spécialisation aura un sens pleinement positif, et les succès des meilleurs refléteront, en partie, la valeur, l'énergie et la vigueur de la nation.

« Entre le sportif qui participe aux rencontres internationales et celui qui, sans ambition, s'entretient physiquement et se détend grâce au sport, nous dit Brisson, il n'y aura plus qu'une différence d'intensité. Pour l'un comme pour l'autre, il ne s'agit pas d'un but d'existence mais d'une activité secondaire, d'un violon d'Ingres, l'un comme l'autre sachant que la compétition est un plaisir exaltant mais passager, tandis que le sport d'entretien devient l'habitude définitive et permanente qui détermine un style de vie » à la recherche du bonheur.

Yves Jeannotat

## L'Armée et le sport

Dans le N° 5 (mai 1966), nous avons signalé les expériences faites avec des sections de sportifs dans des Ecoles de recrues par le colonel P. Baumgartner. Il ne s'agit pas là d'un essai uniquement individuel et séparé. En effet, sous l'impulsion dynamique du chef de l'instruction de l'Armée, le colonel commandant de corps P. Hirschy, un nouveau programme est élaboré, touchant le problème général du sport à l'armée.

Le 15 juin, l'EFGS vivait un jour historique: le colonel cdt. de corps Hirschy avait convoqué tous les chefs d'armes pour un rapport avec démonstration. La presse avait également été invitée, mais par un hasard habituel, les journalistes romands brillaient par leur absence qui ne devrait d'ailleurs pas trop surprendre, puisqu'ils sont régulièrement « oubliés »... Il s'agissait de présenter la « nouvelle ligne ».

Le chef de l'instruction de l'Armée ouvrit la journée par un exposé introductif, signalant entre autres quelques propositions émanant de chefs d'armes, montrant

que par une nouvelle conception toutes sortes de problèmes sont soulevés, qui relèvent soit de questions de principe soit de questions matérielles: réintroduction de la boxe et de l'escrime dans les écoles d'officiers, établissement d'un programme d'exercices de gymnastique à faire à la maison et testés pendant les périodes de service, douches chaudes journalières dans les écoles de recrues, possibilité aux nouveaux recrutés de toucher une paire de souliers d'ordonnance avant leur école de recrues pour les inciter à pratiquer la marche. M. E. Hirt adressa les salutations de bienvenue en sa qualité de directeur de l'EFGS, organisme du DMF responsable des questions d'éducation physique à l'armée.

Puis la parole passa aux responsables des réalisations pratiques.

M. Kaspar Wolf, chef pour l'instruction à l'EFGS, présenta un exposé: sport militaire, buts, conception et conséquence, que nous reproduisons ci-dessous. Selon

les bonnes traditions sportives de mise en condition, deux courts métrages (« Mélodie du sport » et « Viens avec nous ») encadraient cet exposé.

Le colonel Willi précisa l'horaire-échelonnement de réalisation de ce programme: ce qui a déjà été fait en 1965 et 1966, ce qui est en cours et ce qui est prévu pour la suite.

Pour terminer, M. J.-Cl. Gilliéron, maître à l'EFGS, au militaire capitaine de grenadiers, fit un rapport de ses observations vécues lors de son voyage d'études à divers centres sportifs militaires français en novembre 1965.

Mais un nouveau programme présenté uniquement à coup d'exposés n'aurait pas été dans les traditions de l'EFGS. Une série de démonstrations joignaient la pratique à la théorie.

Mise en train-échauffement: section de recrues d'une école de troupes de ravitaillement, avec M. Hans Rüegsegger.

Test de condition (surnommé test de Macolin), par la même section.

Entraînement de course fractionné. Section de recrues, commandée par ses cadres officiers et sous-officiers, sous la direction technique de M. Gilliéron.

Balle-éclair. Jeu de rugby simplifié. Elèves du stage d'études avec M. Ruegsegger.

Piste d'obstacles. Entraînement progressif et méthodique, section de recrues. Direction: M. Gilliéron.

Entraînement en circuit. Ecole militaire de l'Ecole polytechnique fédérale et section de recrues sous la direction de M. Altorfer.

Toutes ces démonstrations, commentées par les responsables, furent suivies en détail avec grand intérêt par MM. les chefs d'arme. Le chef de l'instruction se plut à relever l'engagement intensif et joyeux des recrues.

A. M.

## Sport militaire

### But, conception et conséquences

#### 1. Buts

But général: Aptitudes physiques militaires

##### 1.1. Le but de l'éducation physique à l'armée est le développement des aptitudes physiques militaires.

Il faut bien distinguer ici la prestation militaire de la prestation sportive. Il appartient au sport de créer des conditions toujours plus favorables au développement des aptitudes sportives. Par contre, les prestations physiques militaires doivent toujours être fournies dans des conditions difficiles, défavorables. Cela ressort clairement du tableau suivant:

#### Différence entre les prestations sportives et militaires

|                              | Prestations sportives   | Prestations militaires                                      |
|------------------------------|---|---|
| Tenue                        | Ideale, survêtement approprié à la discipline sportive                    | Uniforme lourd, tenue de combat, souliers, paquetage, armes |
| Terrain                      | Installation de sport   | Région accidentée   |
| Temps                        | En cours de journée et à l'époque de l'année, au moment le plus favorable | Eté ou hiver, jour ou nuit, par le soleil ou par la pluie   |
| Corps                        | Reposé, bien alimenté, digestion accomplie                                | Fatigué, affamé ou le ventre plein                          |
| Circonstances psychologiques | Participation volontaire, idéal, joie, ambition                           | Aversion, contrainte, peur                                  |

Il faut en conclure que les aptitudes physiques sportives sont à la base des aptitudes physiques militaires.

#### 1.2. La première tâche de l'éducation physique à l'armée est par conséquent l'instruction et l'éducation sportives.

But principal: Enseignement sportif

Tenant compte de nos périodes de service militaire courtes, la loi a prévu la répartition de cette enseignement de la manière suivante:

- Préparation obligatoire par la gymnastique scolaire.
- Préparation volontaire par l'enseignement post scolaire de la gymnastique et des sports.
- Perfection volontaire hors service.
- Entraînement au cours du service militaire lui-même (sport militaire).

Comme la formation prémilitaire ou extra-militaire ne constitue qu'initiation ou complément, la formation sportive durant le service militaire doit occuper une place appropriée, dans l'ensemble de l'instruction militaire. Notre époque étant caractérisée par une nette propension au sport, le but final sera plus facilement atteint si l'on donne un caractère sportif à notre préparation physique au service. Chez beaucoup, la joie de servir s'en trouvera favorisée, et plus d'un non-sportif pourra ainsi être gagné à l'entraînement physique systématique.

But secondaire: Transposition à la prestation militaire

#### 1.3. Seconde tâche: faire en sorte que les aptitudes physiques servent le plus possible les exigences militaires.

Les conditions (conditions externes, motivation) se trouvant diamétralement opposées, il y faut une formation et une instruction particulières. C'est ce qu'on appellera application ou transposition, « Übertragungsmethode ». Il s'agira là d'exercices progressifs et de l'accoutumance à des efforts de caractère militaire. Cette branche de l'instruction n'est plus à proprement parler une partie du sport militaire. Elle appartient à l'entraînement physique pratiqué dans le cadre de la formation militaire (par ex. courses de patrouille avec objectifs militaires, entraînement à la marche, piste d'obstacles en tenue de combat, etc.).

## 2. Conception

2.1. Seuls les buts bien détaillés permettent, eu égard au caractère particulier de notre système de milice, de concevoir clairement ce qu'il faut faire durant le service en fonction du temps, de la matière, des cadres et du matériel.

|     | 1er but partiel                                 | 2e but partiel                             | 3e but partiel                          | 4e but partiel                       |
|-----|---|--|---|--------------------------------------|
| ER  | Mise en condition physique pour le service (ER) | Maintien et entretien de la forme sportive | Transposition à la prestation militaire | Détente et joie                      |
| ESO | Engagement personnel                            | Suite d'exercices progressifs              | Aide-surveillance                       | Observation et correction des fautes |
| EO  | Volonté de se surpasser, entraînement au choix  | Principes méthodologiques                  | Principes d'organisation                | Direction de jeu                     |
| CR  |   | Mobilité dans le terrain                   | Développer l'esprit combattif           | Détente et jeu                       |

#### Conception dans:

Les écoles de recrues:

- entraînement de condition physique moderne et compétences pour tous
- entraînement spécial pour les athlètes.

2.2. A l'école de recrues, il s'agit, successivement, de doter les recrues pas spécialement entraînées (la plupart) d'une condition physique les préparant à remplir les exigences croissantes du service (condition physique et tests).

- permettre aux recrues pratiquant un sport de se perfectionner (section de sportifs)
- et pour toutes les recrues
- améliorer les aptitudes physiques militaires (entraînement au combat)
- éveiller chez tous l'intérêt pour la pratique du sport
- procurer quelques occasions de détente et créer la joie à la pratique du sport.

Ecoles de sous-officiers et Ecoles d'aspirants

Formation de moniteurs de sport, acquisition du bagage nécessaire à l'enseignement sportif militaire

### 2. 3. Dans les écoles de cadres, il s'agit

- d'inculquer essentiellement des connaissances didactiques (principes pédagogiques, leçons pratiques)
- de développer les aptitudes personnelles et le goût de l'effort (leçons spéciales).

Les cours de répétition :

- a) test de condition physique pour les cadres  
— Il s'agira d'apprécier les aptitudes physiques des cadres à l'entrée au service (test de condition physique).
- b) gymnastique en plein air et jeux pour tous.  
— On garantira un minimum de mobilité physique par de la gymnastique en plein air et des jeux.

## 3. Conséquences

Nouveau :

### 3. 1. Nous devons prendre comme base de départ tout ce qui a été accompli de valable jusqu'ici en ce domaine, l'améliorer par modifications progressives ou par innovation.

- a) Prescriptions concernant le temps consacré à la formation sportive;
3. 2. Toutes directives relatives au temps nécessaire doivent tendre à éviter de grossières différences (en trop ou en trop peu) et indiquer approximativement le juste milieu.

- b) Modernisation de la matière;

### 3. 3. Il s'agit, d'une part, d'adapter la matière aux connaissances actuelles sur le plan de l'entraînement, nouvelles formes, telles l'interval-training (entraînement fractionné), la musculation, le circuit-training, les tests, etc. et, d'autre part, d'élaborer cette matière en fonction des buts partiels à atteindre.

- c) Stage d'instruction, à l'EFGS (introduit depuis 1963);

### 3. 4. Formation des cadres pour ces tâches particulières :

- Les officiers instructeurs à l'Ecole Militaire : 48 heures à l'EPF et 6 semaines de stage spécial à l'EFGS (comme jusqu'ici)

- d) Cours de perfectionnement pour instructeurs, à l'EFGS;  
— Les officiers instructeurs : cours occasionnels de perfectionnement de 6 jours à l'EFGS

- e) Stage spécial pour moniteur de sport d'EO et d'ESO, à l'EFGS

- Cadres spécialisés dans l'enseignement du sport militaire à l'EO et à l'ESO. Formation dans des stages à l'EFGS durant 1 mois (provisoire), cela comme solution transitoire pour de jeunes officiers, évent. des sous-officiers instructeurs tout particulièrement qualifiés. Une solution à longue échéance nécessite l'examen du problème du maître de sport à l'armée.

- f) Rapports d'information destinés aux commandants d'école

- Il est prévu en outre des rapports d'information, de cas en cas, destinés aux commandants d'école.

- g) Modernisation des installations et de l'équipement

### 3. 5. Il convient d'adapter aux exigences actuelles les installations et le matériel d'équipement des places d'armes et, dans une certaine mesure, des unités de CR.

- h) Sections de sportifs dans toutes les ER. Par la suite, regroupement des athlètes d'élite dans quelques ER.

### 3. 6. Quant aux athlètes d'élite, on envisage de créer en ce qui concerne les services d'instruction et selon les armes, des écoles où les recrues auraient la possibilité de continuer, sinon de parfaire leur entraînement physique. D'autre part, la question des congés pour athlètes d'élite est aujourd'hui réglée.

## 4. Sportifs qualifiés

### 4. 1. « Sportifs d'élite »

Le sportif d'élite est un athlète de classe internationale. Le nombre de ces sportifs d'élite en âge de faire l'école de recrues ou une école de cadres est extrêmement restreint (moins de 10 pour toute la Suisse). Ce nombre, à

lui seul, ne permettrait pas de créer des sections de sportifs dans le but de favoriser leur entraînement pendant qu'ils accomplissent leur service militaire.

### 4. 2. « Sportifs qualifiés »

Toutefois, l'armée a tout intérêt à

- disposer de sportifs qualifiés et à les engager en fonction des exigences militaires;
- stimuler le sport militaire par l'appoint d'athlètes actifs et, partant, améliorer la condition physique des jeunes gens aptes au service;
- soutenir les associations sportives qui travaillent dans ce sens, les aider à préparer des cadres et des sportifs qualifiés.

C'est la raison pour laquelle, sous le terme de « sportifs qualifiés », on comprendra le gradé ou la recrue qui remplit une des conditions suivantes :

- participant à des compétitions internationales;
- membre d'une équipe nationale A ou B;
- sportif de la classe élite devenue champion, médaillé ou couronné dans une compétition nationale;
- candidat à l'une des catégories 2. 1. à 2. 3.;
- moniteur ou entraîneur d'athlètes de compétition, candidat à l'une de ces fonctions;
- champion régional, concurrent de valeur équivalente ou espoir (décider suivant le cas);
- maître de gymnastique ou de sport, candidat à cette profession, s'ils désirent participer à l'entraînement des sportifs qualifiés à l'école de recrues.

### 4. 3. Entraînement des sportifs qualifiés

Les cadres et les recrues qui sont des sportifs qualifiés, au sens défini sous chiffre 2, doivent avoir la possibilité de s'entraîner à l'école de recrues, afin de se maintenir au niveau des performances réussies avant le service.

A cet effet, dès cet été, l'entraînement des sportifs sera assuré par l'application de l'une ou l'autre des solutions suivantes :

- tous les sportifs de l'école sont groupés en une section. Cette solution est possible si l'instruction militaire est sensiblement semblable, c'est-à-dire s'il ne s'agit pas de spécialistes;
- les sportifs qualifiés sont réunis en un groupe par compagnie ou batterie;
- les sportifs qualifiés sont rassemblés pour l'entraînement dans le cadre de l'école;
- S'il n'y a pas assez d'athlètes qualifiés pour un entraînement commun, on leur donnera l'occasion de s'entraîner individuellement.

### 4. 4. Comment réaliser l'entraînement ?

L'entraînement commencera la deuxième semaine de l'école de recrues, et se poursuivra sans interruption, durant toute l'école, à raison de 2 fois 2 heures par semaine, pendant les heures de travail. Une période creuse sera inévitable lors des déplacements, mais la continuité de l'entraînement doit être assurée.

Ceux qui devraient se révéler de mauvais soldats seront exclus de l'entraînement. S'il s'agit de sportifs d'élite, leur fédération ou société sera avisée.

## 5. Congés

### 5. 1. La question des congés est réglée à l'article 14 de l'ordonnance du Département militaire fédéral du 4 septembre 1965 concernant l'accomplissement du service d'instruction (feuille officielle militaire de 1965, page 83).

Un congé peut être refusé à celui qui ne donne pas satisfaction au service ou dont l'état de santé interdit des efforts supplémentaires.

### 5. 2. Extrait de l'ordonnance mentionnée sous chiffre 5 :

#### Article 14

1. Un congé sera accordé sur demande, dans la limite admise, aux hommes qui participent activement à des compétitions de gymnastique et de sport.
2. L'occasion de s'entraîner selon les possibilités offertes au lieu de stationnement ou à proximité immédiate, ainsi qu'un congé n'excédant pas la limite admise pour prendre part à des entraînements en commun organisés par l'association compétente seront donnés, sur demande, aux hommes appelés à participer activement à des compétitions internationales (membres d'équipes suisses ou concurrents individuels déjà désignés).
3. Le congé pour les cas mentionnés aux 1er et 2e alinéas sera refusé seulement lorsque :
  - a) le service l'exige impérieusement;
  - b) l'intéressé ne donne pas satisfaction au service.
4. Les demandes de congé doivent être confirmées par l'association ou la société, qui attestera en outre que le concurrent prendra part activement à la compétition ou qu'il a été désigné pour participer à une compétition internationale.