

Zeitschrift: Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Band: 30 (1973)
Heft: 11

Artikel: L'entraîneur : maître ou auxiliaire? [deuxième partie]
Autor: Naudin, Pierre
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-997472>

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: 18.04.2026

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

L'entraîneur: maître ou auxiliaire? (II)

Par Pierre Naudin

Maîtres, éducateurs et disciples

Le fonds de l'humanité est inchangé depuis que le monde est monde. Nous sommes tous longtemps des disciples avant de devenir à notre tour des maîtres, et, à ce stade de notre évolution, seule la valeur de notre intelligence et de nos moyens, de notre pédagogie, en quelque sorte, nous différencie. Il advient même que nous soyons à la fois disciples et éducateurs, lorsque nous exprimons, avec ou sans correctifs et pour qu'on s'y rallie, des idées reçues: André Maurois fut le disciple d'Alain. Ensuite, et quoique moins convaincant que le philosophe, il devint le maître à penser d'une génération de grands et de petits bourgeois. Waldemar Gerschler fut, en conscience ou non, le disciple de Félix Lagrange, le premier à expliciter sa théorie de l'entraînement fractionné¹; et cependant l'entraîneur allemand fut considéré comme un novateur, auquel se référèrent, pendant quelques lustres, maints entraîneurs et coureurs de demi-fond.

Nul d'entre nous, en tout cas, ne peut se flatter de s'être passé, tout au long de sa vie, du moindre enseignement, du plus infime conseil; d'avoir négligé le plus banal encouragement. Ces secours moraux d'espèces diverses constituent un *acquis* aussi indispensable au développement de notre personnalité que l'oxygène à nos poumons.

Il est des domaines où les plus intelligents et les plus adroits dans leur secteur de prédilection, forts de l'idée qu'ils se font d'eux-mêmes et de leurs capacités, se fourvoieraient à coup sûr s'ils s'y engageaient sans s'autoriser de l'opinion d'autrui. Nous sommes tous tributaires de nos prédécesseurs et de nos contemporains mieux instruits, sur certaines questions, que nous-mêmes; et si notre itinéraire varie par fantaisie ou par nécessité, par impulsion ou réflexion, nous ne pouvons, à moins de nous risquer à subir des déceptions, voire des humiliations, nous passer, lors d'un cheminement nouveau, du concours de gens d'expérience.

Il ne suffit pas de se sentir des dispositions à la pratique d'un métier, d'un art, d'un sport pour s'y distinguer d'emblée! Sans les explications des techniciens, les directives des contremaîtres, les cours des professeurs, les décisions des entraîneurs, bref, des «gens qui savent mieux», et qui contrôlent, apprécient, critiquent, rectifient, blâment et félicitent, tout progrès serait impossible. Ce sont eux qui conduisent, d'étape en étape, le néophyte au but qu'il espérait atteindre — souvent même au-delà — après qu'ils l'aient révélé à lui-même et fait donner toute la mesure de ses capacités.

Le corps et l'esprit

Privé des leçons, bénévoles ou non, des maîtres et éducateurs qui se succèdent auprès de lui, particulièrement lors de sa jeunesse², l'être humain ne pourrait se développer harmonieusement, c'est-à-dire physiquement et intellectuellement. Cela, les Hellènes l'avaient compris, du moins ceux de l'Age d'Or. Ils associaient intimement les deux cultures: celle de l'esprit et celle du corps.

Nous avons tendance, de nos jours, comme les Grecs de la décadence, à vouer au corps, au détriment de l'esprit, un culte excessif, qu'il s'agisse de sport ou... d'érotisme. Ceux qui approuvent vigoureusement les licenciés et les licenciés, et ceux que leurs excès laissent indifférents, mettent en péril un type de civilisation qui n'est certes pas un modèle de perfection, mais qui mé-

rite au moins l'estime. Une civilisation qui fut, des siècles durant, et malgré certains abus à la fois inévitables et inexcusables, celle de la juste mesure. Une civilisation où notamment, jusqu'à ces dernières décennies, les Anciens, leur expérience et leurs œuvres étaient tenus pour respectables. La contestation maladroite n'existait pas. La remise en question systématique n'était pas la conséquence d'un nihilisme imbécile. On écoutait les aînés avec intérêt, sinon avec bienveillance; on leur reconnaissait du discernement: la plupart d'entre eux n'avaient-ils pas fait leurs «preuves»? La dérision à l'égard des anciens, des «vétérans», était un sentiment dont ne pouvaient se prévaloir que les orgueilleux, les ratés, les irresponsables de toute sorte. Les grandes idoles politiques n'existaient pas plus que les idoles sportives. Les champions étaient des hommes comme les autres, seulement un peu plus costauds, un peu plus chanceux, et non pas ces créatures mirifiques, isolées, révérees désormais avec un fanatisme égrotant. Hitler, Mussolini et Staline allaient changer les idées et les mœurs. Nous surnageons parmi les gigantesques remous qu'ils ont laissés dans leur sillage, à la recherche d'un style de vie nouveau, oubliant que nous ne sommes pas des novateurs, mais des continuateurs — des plagiaires aussi, très souvent — et qu'à moins de grands cataclysmes naturels ou sociaux, les ruptures entre civilisations sont rares depuis que le monde existe. *La championnate au service d'une politique et le chauvinisme sportif sont, peut-on dire, des trouvailles de ce sinistre trio.* Ces errements, nous les avons faits nôtres! Que sont devenus les Jeux Olympiques, depuis 1936? Une bataille d'idéologies disparates, où s'affrontent des soldats désarmés. Et je serais encore plus près de la vérité en remplaçant, pour de nombreux pays, le mot *soldats* par le mot *mercenaires*.

Quoi qu'il en soit, consciemment ou non, nous nous référons tous à cet étrange patrimoine, composé d'œuvres et d'idées — sublimes, bonnes ou mauvaises — que nos ancêtres et nos anciens ont constitué par leur travail, leurs réflexions, leur technique. Certains *records* établis dans toutes les branches où ils crurent exceller, et où effectivement ils excellèrent pour leur époque, nous font parfois sourire; ils les avaient enthousiasmés. Nos records, un jour, susciteront la dérision des enfants de nos enfants.

Les connaissances acquises, puis transmises, enrichies d'époque en époque par les innombrables générations qui se sont succédé jusqu'à la nôtre, ont été développées, au cours de leur trajet, par des personnes de niveaux intellectuels et de tempéraments différents.

Nous mêmes, quels que soient notre âge et notre formation, prenons de temps en temps, dans les divers compartiments de nos activités, des leçons utiles. Les astuces, les «trucs» conçus par des esprits qui ont pu nous paraître légers, mais qu'une longue pratique a rendus, dans l'exercice d'une fonction bien définie, clairvoyants et sages, nous sont aussi nécessaires que ce que nous ont appris les professeurs distingués et les meilleurs des livres.

En fait, modestes ou non, nous croyons fréquemment «nous y connaître» en maintes choses; les leçons que nos aînés et la vie nous donnent, nous prouvent notre imperfection et nous contraignent à l'humilité. Nous

¹ Félix Lagrange: *Physiologie des Exercices du Corps*. 1896.

² A commencer par ceux qui, au seuil de la vie, constituent le «cercle de famille».

cherchons, nous chercherons tout au long de notre vie, des conseils, des approbations pour nos actes et nos projets; des compliments même. Et nous voulons, si nous sommes normalement constitués, sinon *mieux apprendre*, du moins *mieux agir* pour être meilleurs. Nous ne nous surpasserions pas dans une compétition, quel qu'en soit le genre, si nous n'avions compris qu'il nous fallait être préalablement «armés», moralement et physiquement, pour nous y comporter dignement, et si nous n'avions, en nous préparant dans cette intention, accru nos possibilités d'action.

Etre indispensable

Les plus grands savants comme les plus modestes apprentis ont eu des maîtres qui les ont aidés à découvrir leurs lignes de force et à se perfectionner. Tout, dans la vie, n'est qu'apprentissage; un apprentissage générateur de ces efforts qui sont indispensables à la nature humaine, et qui sollicitent ou son corps, ou son cerveau, et très souvent les deux ensemble.

Etre indispensable.

Cette formule m'est venue spontanément à l'esprit. Il me semble d'ailleurs qu'on en fait souvent un mauvais usage, en particulier dans cette affirmation exprimée sur le ton du dédain ou de l'amertume: «Personne n'est indispensable».

Chaque être humain ayant pris sa place, tout d'abord dans la société, ensuite dans quelque genre d'activité que ce soit, devient, parce qu'il existe en tant qu'élément et que rouage, indispensable. Nous ne pouvons nous passer de personne³. Dans le cadre, étrié ou non, où nous travaillons, pensons, rêvons, agissons, les satellites humains qui nous cernent par cercles concentriques, et parfois même nous importunent⁴ constituent un environnement nécessaire à l'expression de notre personnalité. Cet environnement, s'il est concurrentiel, nous contraint à donner notre mesure, et très souvent, heureusement, à «faire le maximum». Sans cet esprit d'émulation, connu dès notre prime enfance, aucun de nous ne serait ce qu'il est à présent, et surtout ce qu'il sera plus tard. Sans émulation, en effet, toute progression est impossible. *Sans aide aussi*. Quel savant, si génial soit-il, quel homme d'état, quel artiste, quel administrateur, *quel athlète* pourrait affirmer qu'il est ce qu'il est et fait aussi bien ce qu'il fait, sans jamais avoir reçu ou sollicité un conseil, un avis; sans avoir jamais écouté la moindre recommandation?

Quel que soit leur système politique, les sociétés sont constituées de gens indispensables, mais nul ne nierait, au chapitre des loisirs, si nécessaires à l'homme de toujours, le rôle tout d'abord obscur, puis éminent, tenu par les «sportifs», même lorsqu'ils n'étaient pas encore appelés ainsi.

Quand, après la disparition d'Olympie, les jeux athlétiques furent réprouvés partout en Europe, par un clergé proclamant la primauté de l'âme sur le corps (alors que ses ministres, et des plus hauts, se montraient enclins à prouver le contraire!) il y eut toujours, dans les villages et dans les villes, des championnats de lutte, de course, de tir à l'arc, etc. Conseillés par des aînés dont la compétence n'était pas mise en doute, et que, de ce fait, ils respectaient, les adolescents et les hommes les plus aptes à y triompher y prenaient part. Les tournois et ensuite les joutes, qui furent les premiers des combats homicides, les autres leurs dangereux simulacres, constituèrent un double exutoire: pour les jeunes, un moyen de défoulement et de préparation à la bataille; pour les rescapés des mêlées auxquelles ceux-ci se référaient, des guerres édulcorées, mais tout aussi exaltantes⁵. Là aussi, les «vétérans» conseillèrent les tournoyeurs et les jouteurs, de façon qu'ils fussent (*et par conséquent eux aussi*) appréciés par les connaisseurs de l'assistance.

Dès l'apparition du sport tel que nous le connaissons, tout d'abord en Angleterre, puis sur le vieux continent, les spectateurs et surtout, parmi eux, les «supporters» (parents, amis, concitoyens), soutinrent de la voix et du geste, les efforts de leurs favoris. De leur masse disparate socialement, et motivée différemment, surgirent des donneurs de conseils et des flatteurs, qui n'étaient pas tous désintéressés. Leur réputation fut telle qu'ils subjuguèrent les athlètes, lesquels, à mesure que le temps passait, surent reconnaître la valeur des uns, l'incapacité des autres ou leur vénalité. Un clivage s'opéra, durant de longues années, à la suite duquel on peut dire, pour l'athlétisme surtout, que la plupart de ceux qui, désormais, dirigent des athlètes, sont dignes d'estime, quels que soient d'ailleurs leurs attributions et le niveau de leur compétence.

Je ne voudrais évoquer ici que l'entraîneur d'athlétisme, la signature des contrats liant les pros (boxeurs, footballeurs, cyclistes, etc.) à leurs managers et à leurs mécènes étant un événement humiliant, à mon avis, pour ceux qu'il concerne et pour ceux qui le glorifient.

Plus le nombre des sportifs augmente, en raison, tout simplement, de l'accroissement des populations, plus les records deviennent «prodigieux».

Ces *exploits* sont la résultante, non pas de l'avènement d'une nouvelle race d'athlètes, intrinsèquement supérieurs aux précédents, mais des conditions dans lesquelles ceux-ci ont été préparés: loisirs d'une dimension telle qu'il serait malséant de ne pas évoquer le professionnalisme; *entraîneurs de plus en plus qualifiés, même ceux qui encouragent les premières foulées, les premiers sauts, les premiers lancers*. Ils ont proliféré depuis la fin de la seconde guerre mondiale, et cependant, il sont insuffisants par rapport à la multitude des pratiquants. Si, autrefois, la plupart d'entre eux pouvaient dispenser leurs leçons, presque simultanément, à plusieurs athlètes, et faire ainsi «travailler» tout un club (ou presque) sans jamais ne léser personne, désormais, chaque athlète véritablement capable de briguer les honneurs suprêmes, devrait disposer d'un entraîneur!



L'entraîneur: un maître, un éducateur, un confident. (Bud Winter, entraîneur américain de sprint.)

³ Sauf quelques exceptions, évidemment!

⁴ Premier cercle: la famille; ensuite: les copains, les collègues, les voisins, les coéquipiers, les rivaux; puis un cercle plus vaste, moins bien défini: la société. Il existe des entreprises où des postes nouveaux, adventices, sont créés pour y placer des parasites solidement appointés. Ce phénomène est limité.

⁵ Aussi incroyable que cela soit, les guerres constituèrent le plaisir essentiel des hommes d'armes. Lire Jusserand: «Les sports et jeux d'exercice dans l'ancienne France». — Plon. 1901, et Léon Gautier «La Chevalerie» — Sanard et Derangeon, Paris 1883.

C'est dans nos Temps Modernes, une résurgence du système sportif antique: un athlète obéissant à un alipte expérimenté.

Les rapports entre ces deux hommes, leur influence l'un sur l'autre, méritent d'être analysés.

Une fonction primordiale

Négliger le rôle de l'entraîneur dans l'évolution d'une destinée sportive, ce serait négliger, par exemple, la fonction primordiale de l'architecte dans l'érection d'un édifice. Comme le maître d'œuvre, d'ailleurs, l'entraîneur vit dans un monde où l'espace est fondamental et les chiffres essentiels. Leurs continuelles fluctuations dans telle ou telle spécialité et telle ou telle compétition — que l'athlète dont il s'occupe y participe ou non — suscitent, chez cet homme, des réflexions sur ses plans d'entraînement passés et à venir, afin d'obtenir, sans à-coups, et sur de mêmes rythmes, une amélioration du rendement.

Dans cet incessant combat mené contre le temps et contre les distances, et à l'inverse de ce qui se passe dans la vie — où l'esprit décide, entre autres choses, des réactions strictement mathématiques —, les chiffres conditionnent la psychologie, et définissent non seulement le comportement de l'athlète, mais dictent aussi sa conduite à l'entraîneur, lequel doit savoir contenir même ses joies et ses déceptions, aussi bien dans les périodes de transition entre deux épreuves qu'à l'issue de celles-ci.

Les deux premiers soucis de l'entraîneur sont la grandeur de l'athlète et la beauté de ses performances. D'autres se greffent sur ceux-là, dont celui, presque aussi important, d'une certaine continuité dans les succès.

Quoi qu'il en existe certains (ils sont très rares) dont la préoccupation dominante semble être de parvenir à

la notoriété, par athlètes interposés, de susciter ainsi l'attention de hauts dirigeants susceptibles d'améliorer un confort auquel ils sont certainement moins sensibles que leur famille, l'entraîneur est souvent un personnage modeste, gai, simple, un affectif et un altruiste. Qu'il atteigne ou non, soit au milieu, soit à la fin de sa carrière, les sommets de la considération — sur les stades, c'est avant tout un propagandiste du muscle, grâce auquel les sociétés, même les plus rigoristes, alimentent leur enthousiasme et assurent leur longévité — sans lui, les performances des champions seraient moindres, banales par rapport à ce qu'elles sont, et toute campagne de publicité, sur la grandeur ou la «santé» du pays, ne pourrait être entreprise après les rencontres capitales.

Sans lui, l'athlète, quelque intelligent qu'il soit, et quelque pertinentes idées qu'il ait sur sa pratique, progresserait peu et régresserait souvent selon les aléas des compétitions auxquelles il participerait. Car l'athlète, s'il se «sent» et se connaît, ne se «voit» ni ne se définit entièrement. S'il sait ce qu'est l'effort et ce qu'il coûte à ses muscles, il ignore de quelle manière et dans quel style il fonctionne intensément, et surtout jusqu'où il peut pousser sa propre «machine».

L'entraîneur est donc non seulement un animateur, au sens complet du terme; c'est à la fois un spectateur avisé, un juge et un partisan, un stimulateur des muscles et des ambitions de son élève; il est aussi son confident et son confesseur. Peu importe son personnage vrai, c'est-à-dire ce qu'il est hors des lieux où il exerce son métier ou son sacerdoce. L'essentiel, pour lui, c'est le sport, et, dans l'accomplissement de ses fonctions, l'acuité de son coup d'œil et de ses facultés d'évaluation. Son intégrité, sa générosité, sa psychologie sont également importantes. (à suivre)



Ecole fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Nous cherchons un collaborateur comme

vérificateur

des comptes de «Jeunesse+Sport».

Cette jeune institution est en plein essor et offre donc la possibilité de contribuer personnellement à son développement.

Si vous avez de l'expérience dans les affaires commerciales, si vous aimez les contacts personnels, les chiffres, un travail propre et précis, et si vous parlez le français et l'allemand, vous êtes le bienvenu à notre école.

Entrée en fonctions selon accord.

N'hésitez pas à demander des renseignements et à présenter votre offre avec les documents habituels à notre service du personnel, tél. (032) 2 78 71, int. 245, 2532 Macolin.

Stage international de gymnastique féminine

Macolin, 7-13 juillet 1974

Sous le patronage de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport de Macolin, l'Association des maîtres de sport diplômés de l'EFGS organise un stage international de gymnastique féminine, réservé aux enseignants et étudiants d'éducation physique. Ce stage comprend les matières suivantes divisées en environ 50 heures d'enseignement:

1. Gymnastique rythmique moderne
2. Gymnastique rythmique
3. Gymnastique de jazz
4. Pantomime
5. Danses folkloriques
6. Yoga
7. Films / Exposés / Séminaires
8. Visites / Excursions / Soirées

Le stage aura lieu du 7 au 13 juillet 1974 et le montant des frais, tout compris (inscription, stage, logement, nourriture, excursion, etc.), est de 320 fr.

Les demandes de renseignements et les inscriptions provisoires avec: nom, adresse, âge, nationalité et activité professionnelle, sont à envoyer à:

F. Dâmaso, Stage international, EFGS,
2532 Macolin / Suisse

Tous les inscrits recevront en temps voulu les renseignements détaillés sur le stage.

Le nombre de participants est limité. F. Dâmaso