

Zeitschrift: Physioactive
Herausgeber: Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband
Band: 54 (2018)
Heft: 2

Artikel: Körperliche Übungen : historisch betrachtet = L'exercice corporel, du XVIIIe siècle à nos jours
Autor: Monnin, Dominique
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-928532>

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: 26.04.2026

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

Körperliche Übungen – historisch betrachtet

L'exercice corporel, du XVIII^e siècle à nos jours

DOMINIQUE MONNIN

Zwei SporthistorikerInnen haben die Geschichte von Leibesübungen in der Medizin und Therapie vom 18. Jahrhundert bis heute nachgezeichnet.

«Der Mensch ist einem ständigen Wandel unterworfen und bis ins Grab mehr oder minder für Perfektionierung und Korrektur empfänglich» (S. 12). Diese Aussage von Jean Verdier¹ dient den beiden Sporthistorikern Grégory Quin und Anaïs Bohuon als Grundstein, in einem schon 2013 erschienenen Band die Entwicklung des Einsatzes körperlicher Übungen im Medizinbereich zu beleuchten [1].

Der Einsatz von Bewegung zu Therapiezwecken geht auf das Ende des 18. Jahrhunderts zurück. Von Anfang an wird in allen Werken darauf hingewiesen, dass die Leibesübungen «auf die individuellen Merkmale des Patienten ausgerichtet werden müssen: nach Temperament, Alter, Geschlecht, Verfassung...» (S. 30). Dieser physiologische Ansatz brachte bald auch eine präventive Sichtweise mit sich. Diese Sicht bezweifelt auch heute keine Physiotherapeutin und kein Physiotherapeut, auch wenn man sich damals eher moralische als körperliche Verbesserungen davon erhoffte. Ziel war es, «das Gleichgewicht zwischen den Fähigkeiten des Gehirns wiederher[zu]stellen» (S. 33). Dieser Zusammenhang zwischen körperlicher und moralischer Wirkung wird lange beibehalten, und man darf sich fragen, ob er in der heutigen Zeit überhaupt vollständig verschwunden ist.

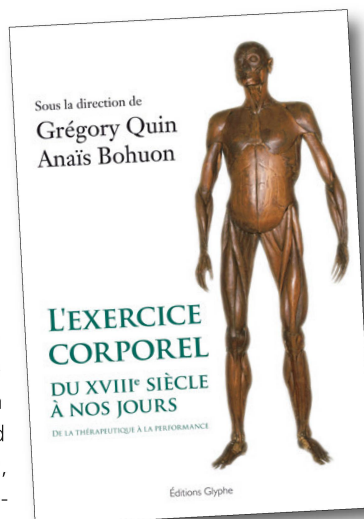
Übungen zur Behandlung von (Nerven-)Leiden

Im 19. Jahrhundert etabliert sich eine «Gymnastik auf der Grundlage standardisierter Übungen, die mit militärischer und medizinischer Präzision durchgeführt werden» (S. 71). Auch die verschiedenen Sinneseindrücke finden immer mehr Beachtung. Mit dem Aufkommen von Freizeitaktivi-

Deux historiens du sport se sont attelés à retracer l'histoire de l'éducation physique en médecine et dans divers traitements.

«L'homme, condamné à une viscosité perpétuelle, est plus ou moins susceptible de perfection et de correction jusqu'au tombeau» (p. 12). Dans leur ouvrage publié en 2013 au sujet de l'évolution de l'usage des exercices corporels dans le domaine des soins, les historiens du sport Grégory Quin et Anaïs Bohuon considèrent cette phrase de Jean Verdier¹ comme un acte fondateur [1].

L'utilisation du mouvement à des fins thérapeutiques remonte à la fin du XVIII^e siècle. Dès le départ, les écrits insistent sur le fait que les exercices doivent «être subordonnés aux caractéristiques individuelles: tempérament, âge, sexe, constitution, ...» (p.30). Rapidement, cet accrochage à la physiologie amène une optique d'hygiène préventive. Un discours que nul physiothérapeute actuel ne reniera, même si les effets attendus à l'époque étaient plus moraux que physiques, l'objectif étant de «rétablir l'équilibre entre les facultés cérébrales» (p.33). Ce lien entre effets physiques et moraux persistera longtemps; a-t-il d'ailleurs complètement disparu de nos jours?



Des exercices pour le traitement des souffrances (nerveuses)

Le XIX^e siècle voit émerger «des gymnastiques fondées sur des exercices standardisés qui se développent selon une rigueur toute militaire et médicale» (p. 71). Mais aussi la prise en compte progressive des différentes sensorialités. Plus tard, le développement des loisirs viendra donner plus de poids encore au ressenti pendant la pratique des exercices. 1822 marque l'apparition de personnes qui proposent des prestations pour le «redressement du corps» (p. 85). Le mar-

¹ Jean Verdier (1735–1820), français, juriste et médecin, fut le premier à fonder un asile pour les enfants handicapés.

¹ Jean Verdier (1735–1820), médecin et avocat français. Il a notamment dirigé un foyer pour enfants atteints de handicaps mentaux.

täten gewinnen die körperlichen Erlebnisse weiter an Gewicht.

Ab 1822 ist von Personen die Rede, welche Leistungen anbieten mit dem Ziel, den Körper wiederaufzurichten (S. 85). Ab diesem Zeitpunkt entwickelt sich der Markt kontinuierlich weiter und es werden Thermalkuren, Gymnastik sowie Massagen angeboten. In ganz Europa herrscht eine «unbestreitbare Experimentier- und Innovationsdynamik zur Behandlung von Nervenkrankheiten, die motorischen, sensorischen und Empfindungsstörungen führen» vor (S. 108).

Die Berufsentwicklung in der Romandie

Véronique Hasler, wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Fachhochschule für Gesundheit Waadt, hat ein Kapitel zum Thema «Physiotherapie und Gymnastik in der Romandie» verfasst. Dort erfährt man, dass der Kanton Genf 1926 die Rahmenbedingungen für die Ausübung des Physiotherapeutenberufes festgelegt hat. Der Kanton Waadt hat den Berufsstand Masseur im Jahr 1928 geregelt, doch körperliche Aktivität wird in diesem ersten Text nicht erwähnt. Sie bleibt weiterhin den Ärzten vorbehalten. Erst ab 1966 «[ist es] Physiotherapeuten gestattet, körperliche Therapie auf ärztliches Rezept durchzuführen» (S. 149). Bis zum Bundesgesetz über die Fachhochschulen von 1995, das die Physiotherapieausbildung auf akademischer Stufe verankert hat, musste ein langer Weg zurückgelegt und mussten viele Hindernisse überwunden werden.

Das Buch gliedert sich in zehn voneinander weitgehend unabhängige Kapitel. Diese Struktur lockert den Text auf und ermöglicht ein etappenweises Lesen. Leserinnen und Leser, die weder vom Fach sind noch häufig geschichtliche Abhandlungen lesen, finden interessante Informationen und werden zum Nachdenken über Entwicklungen angeregt, die den Einsatz körperlicher Übungen zu Freizeit- oder Therapiezwecken geprägt haben und weiterhin prägen. |

Dominique Monnin, Physiotherapeut, Pruntrut JU

ché ne fera dès lors que se développer, sous forme de cures thermales, de gymnastique et de massage. Il règne à travers toute l'Europe une «incontestable dynamique de l'expérimentation et d'innovation pour traiter les maladies nerveuses qui entraînent des perturbations motrices, sensitives et sensorielles» (p. 108).

Le développement de la profession en Romandie

Véronique Hasler, membre de l'unité de recherche en santé de la Haute école de santé Vaud, signe un chapitre sur la physiothérapie et la gymnastique en Suisse romande. On y apprend que le canton de Genève a défini le cadre de la pratique physiothérapeutique en 1926. Le canton de Vaud a réglementé le métier de masseur en 1928, mais l'activité physique ne faisait pas partie de ce premier texte. Elle restait la chasse gardée des médecins. Il faut attendre 1966 pour que «le physiothérapeute [soit] autorisé à pratiquer la thérapie physique sur prescription médicale» (p. 149)! Que de chemin parcouru, que de soubresauts pour arriver à la Loi fédérale sur les hautes écoles spécialisées de 1995 qui inscrit la formation des physiothérapeutes au niveau académique.

Le livre se compose de dix chapitres, relativement indépendants les uns des autres. Cette structure donne de la légèreté au texte et permet une lecture par épisodes. Le lecteur qui n'est ni un spécialiste, ni un habitué des ouvrages d'histoire peut y trouver des informations intéressantes tout comme alimenter sa réflexion sur les évolutions qui ont marqué et qui continuent d'imprégner l'utilisation de l'exercice physique dans les loisirs ou à visée thérapeutique. |

Dominique Monnin, physiothérapeute, Porrentruy JU

Literatur | Bibliographie

1. Grégory Quin, Anaïs Bohuon et al.: L'exercice corporel, du XVIII^{ème} siècle à nos jours. Editions Glyphé, 2013. ISBN 978-2-35818-108-5.

 Online-Shop	 Online-Shop
Online-Shop für Physiotherapie und Praxisbedarf in Spitzenqualität:	Ihr Partner für:
<ul style="list-style-type: none">■ Kinesio Tapes■ Faszientools■ Flossbänder■ Therapieliegen 	<ul style="list-style-type: none">■ Anatomische Modelle■ Medizinische Simulatoren■ Medizinische Lehrtafeln und Poster... usw. 
www.acumax.ch	Über 1500 Produkte in bester Qualität! www.erler-zimmer.ch