

**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:** 21 (1964)

**Heft:** 12

**Rubrik:** Échos de Macolin

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 18.03.2025

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

# Echos de Macolin

## Cours central de l'Association fédérale d'athlétisme léger

7 et 8 novembre 1964

Le comité technique de l'AFAL a fait appel à M. Horst Drumm, entraîneur de l'équipe allemande de saut à la perche pour diriger son cours central.

L'élite des sauteurs à la perche et les instructeurs de la fédération fermaient l'auditoire enthousiaste à qui M. Drumm enseigna les finesses méthodologiques et techniques de sa discipline. Je me plais à relever que l'AFAL a adressé une invitation à ses associations sœurs et concurrentes. Il s'agit peut-être, souhaitons-le, d'un premier pas vers une fédération unique, seul moyen, à mon sens, de donner un nouvel essor à notre athlétisme national.

A la suite de trois demi-journées de travail fort intéressant, présenté avec distinction et grande classe, nous pouvons faire le point : à part quelques détails techniques que nous firent découvrir des études de films, nous sommes à la hauteur du point de vue enseignement ou programme d'entraînement de condition. Notre cadre national a travaillé à peu près les mêmes exercices avec Armin Scheurer, et le travail de la condition physique où notre ami excelle n'a rien à envier à nos voisins du Nord. Un fossé existe cependant entre perchistes allemands et suisses ! A quoi l'attribuer ? Nous dominons la technique et connaissons les exercices de préparation ; mais la connaissance des exercices ne suffit pas, encore faut-il les travailler. L'athlète suisse ne travaille pas assez sa condition physique et n'a pas assez de temps pour récupérer et vouer les soins nécessaires à son organisme sollicité par un entraînement intensif. C'est dans ce sens qu'une amélioration est à envisager.

L'introduction de la perche en fibre de verre a donné, sans conteste, un nouvel essor à cette discipline athlétique pourtant déjà très spectaculaire. La limite des 5 m est dépassée depuis longtemps et il ne fait pas l'ombre d'un doute que les 5,50 m seront bientôt franchis par les meilleurs perchistes mondiaux. Cette progression étourdissante des performances a entraîné un développement parallèle des aires d'atterrissage et des installations. L'athlète ne peut plus retomber dans une simple fosse de sable ou de sciure comme par le passé. L'aire d'atterrissage surélevé a fait son apparition. Il consiste en sacs ou filets remplis de mousse. Il est donc recommandé à chaque section d'améliorer ses installations.

Parlons maintenant matériel. Il est bien clair que les anciennes perches (dur aluminium, double conique suédoise ou anglaise, etc.) sont encore utilisables pour tous les exercices d'initiation. Les nouvelles perches en fibre de verre sont cher, me direz-vous ! Oui, peut-être, mais il y a moyen de tourner la difficulté. Ne pourrait-on, par exemple, faire circuler une liste de souscription auprès des commerçants de la localité ?

Et maintenant au travail, c'est en hiver que l'on améliore sa condition physique par le travail aux haltères, la gymnastique appliquée aux agrès, la gymnastique au sol et l'école de saut sous toutes ses formes. Entraînez-vous sérieusement et méthodiquement en hiver et les beaux jours vous apporteront bientôt satisfaction et succès. C. Gilliéron

## Ive stage de l'ANEP pour les responsables de l'entraînement de condition physique des athlètes d'élite

12 au 14 novembre 1964

De toutes parts, on s'efforce de promouvoir notre sport d'élite. Les stages d'entraîneurs organisés par l'ANEP ont fait leurs preuves et constituent une précieuse source de perfectionnement. Quelques thèmes importants du domaine de la mise en condition physique furent abordés cette année :

- L'entraînement de l'endurance et de la résistance (Prof. Mysangyi)

- L'entraînement de la force et de l'endurance musculaire (Prof. Schneider)

- L'entraînement de la réaction (Prof. Mysangyi)

- Le développement de la force et de la puissance d'appel (A. Scheurer)

- La mise en condition physique pour footballeurs (A. Foni)

- L'entraînement de la condition physique dans les différents sports (travail en groupes).

Plus de 30 associations sportives étaient représentées à ce stage par leurs responsables techniques. Les forums furent intéressants, mais le travail en profondeur ne fut certes pas facilité par cette forte participation. La diversité des sports représentés et la très grande différence des connaissances entre entraîneurs n'ont pas permis d'aborder beaucoup de problèmes de façon concrète.

Le travail en groupes de sports parents fut très fructueux parce que spécialisé. Cet échange d'idées a permis de soulever un certain nombre de problèmes non résolus tels que :

- formation d'entraîneurs de club pas encore réalisée dans certaines fédérations.

- On ne croit pas à la condition physique dans la fédération X, et l'entraîneur demande qu'on le soutienne.

- Halles de gymnastique fermées aux sociétés sportives durant les vacances. Et j'en passe.

Nous ne pouvons pas encore prétendre que tout est pour le mieux dans le monde du sport. C. Gilliéron

## Le 5e Symposium de Macolin

A constater le nombre des participants, et l'intérêt qu'ils n'ont cessé de témoigner aux conférenciers — dont certains venaient d'outre-Rhin — on peut affirmer que la direction de l'EFGS, et sa section de recherches, ont eu la main heureuse en organisant le 5e Symposium de Macolin, dont le thème était : « La gymnastique et le sport pour la jeunesse féminine ».

### Les données du problème ...

Afin de situer immédiatement le problème dans son véritable contexte, le directeur de l'Ecole, M. Ernest Hirt, puis le professeur G. Schönholzer, précisèrent différents points, à savoir d'abord qu'aucune loi fédérale ne rend obligatoire la gymnastique pour les filles — particulièrement celles de 14 à 20 ans, c'est-à-dire en une période particulièrement délicate pour les intéressées — tandis qu'avant cet âge, la gymnastique scolaire, ... avec ses deux ou trois heures par semaine, est plus ou moins bien appliquée et enseignée. Par ailleurs, la question fut posée quant au fait que le sport de compétition doit constituer un plaisir ou être pratiqué en vue du record. Le baron P. de Coubertin, la chose fut dite en passant, n'avait pas envisagé une participation féminine aux Jeux Olympiques.

Oui, mais les choses ont bien changé depuis, et l'évolution qui se marque constamment dans l'idée que l'on se fait de la femme et de la jeune fille, et la définition exacte de son état actuel dans la société, obligent à repenser tout le problème. C'est à quoi se sont employé plusieurs professeurs et assistants de l'Institut de sociologie de l'Université de Berne, ainsi que des spécialistes en psychologie, qui, grâce à des statistiques — d'ailleurs incomplètes à l'heure actuelle — ont démontré cette lente évolution, qui, de plus en plus, fait de la femme non plus une servante soumise de l'homme ... mais son égale. D'où une plus grande liberté d'action se marquant chez les jeunes filles déjà, et dans leur activité sportive en particulier.

### Le potentiel physique de la jeune fille et ses possibilités

Cela étant, il devient nécessaire d'examiner jusqu'où peuvent aller l'adolescente et la jeune femme dans ce domaine. Les nombreuses médailles d'or remportées par des jeunes filles aux Jeux Olympiques de Tokyo donnant à cet examen un caractère de brûlante actualité.

Seuls des médecins pouvaient traiter à fond ce problème, et ce le fut de belle façon par deux d'entre-eux — dont une femme — ayant fait en Allemagne de nombreuses recherches dans ce domaine. Recherches tendant à établir d'abord à partir de quel âge les adolescentes pouvaient s'adonner au sport et à la compétition, puis à fixer leurs possibilités en ce qui concerne les performances. Cela en tenant compte des facteurs physiques, biologiques et psychiques qui caractérisent la jeune fille. Mais aussi en posant la question primordiale du sport pratiqué dans la joie du mouvement ou au contraire tendant à un seul but : le record. Certaines jeunes femmes, hypnotisées par cette recherche du meilleur résultat, ... envisageant même de transformer leur cycle mensuel pour mieux y arriver. Les médecins s'élevaient avec vigueur contre semblable conception du sport féminin, mais préconisant avec non moins de vigueur la pratique de la gymnastique et de certains sports — car plusieurs d'entre-eux constituent un danger pour la femme — pour la jeunesse féminine.

### Pourquoi renoncer aux performances et compétitions ...

On entendit ensuite un magnifique plaidoyer en faveur de l'éducation physique féminine, prononcé par Mlle Marcelle Stessel. Mais aussi un réquisitoire contre la recherche des performances, la conférencière exposant avec courage et lucidité l'attitude dans ce domaine de l'Association suisse de gymnastique féminine, dont elle est la vice-présidente. Nous ne pouvons pas résumer un tel exposé, et nous nous contenterons de citer les trois principes sur lesquels s'appuie l'ASGF pour adopter l'attitude ci-dessus. D'une part, les jeunes filles ne sont attirées ni par les compétitions ni par les records, d'autre part les médecins contestent toute valeur à ces formes du sport féminin, enfin les parents et éducateurs veillent avant tout au bien et à l'intérêt des enfants. De nombreuses personnes tinrent tout au long des deux journées à faire part de leurs expériences dans un domaine qui pose des problèmes de tous genres, ce qui montre — à l'évidence — que le 5e Symposium de Macolin venait à son heure, étant entendu que la question est loin d'être résolue. J. Chevalier