

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: 25 (1968)

Heft: 8

Rubrik: Sport militaire

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: 17.07.2025

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

Sport militaire

Ecole d'instructeurs pour sof., du 6 au 31 mai 1968

Quelle vue magnifique ! Quel calme ! Et surtout quel besoin d'oxygène ! Combien de fois ces réflexions ont traversé l'esprit des 16 sof. instr. ou asp. instr., qui durant 4 semaines participèrent au cours de gymnastique et de sport de l'école d'instructeurs.

Cette école d'instructeurs pour sof. qui comprend 17 cours spéciaux, nous a conduits, à son 7e, sur une colline du Jura, au pied de laquelle s'étendent la ville de Bienne et le Seeland.

Berceau et culte du sport dans toute la grandeur du mot, voici l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport de Macolin. Eh oui ! C'est ici à Macolin, lieu connu de tous les sportifs ou non sportifs, que nous apprenons les nouvelles directives du sport militaire. Rien ne nous différencierait des autres cours de « la maison », si ce n'est notre programme de travail et notre « training de sortie », vert à épaule blanche, frappé de l'écusson de l'école.

Pourquoi sommes-nous là ? Que faisons-nous là ? Il faut tout d'abord remarquer avec joie que le sport militaire accomplit en ce moment un bond considérable, dans un programme nouveau, des conceptions nouvelles.

Voyons en premier lieu notre programme :

| | |
|---|-----------|
| Mise en train et gymnastique | 4 leçons |
| Vitesse, jeux de course | 4 leçons |
| Endurance | 6 leçons |
| Gymnastique au sol | 4 leçons |
| Saut | 1 leçon |
| Saut avec appui | 2 leçons |
| Lancer | 1 leçon |
| Combat rapproché | 8 leçons |
| Natation | 6 leçons |
| Grimper | 1 leçon |
| Force | 4 leçons |
| Circuit-training | 4 leçons |
| Piste d'obstacles | 3 leçons |
| Gymnastique dans le terrain | 4 leçons |
| Football | 4 leçons |
| Handball | 5 leçons |
| Jeux (batte-éclair, basketball, jeux dans le terrain) | 5 leçons |
| Concours | 3 leçons |
| Entraînement libre | 10 leçons |
| Etude-séminaire | 5 leçons |
| Examens, tests | 2 leçons |
| Leçons données par nous (travail pratique) | 20 leçons |

On remarque tout de suite un nombre considérable de disciplines qui ne figuraient pas jusqu'à aujourd'hui dans le sport militaire. Qui jusqu'à lors avait vu un entraînement libre !

Il ne faut que se réjouir de cette nouvelle conception du sport dans l'armée. Il est clair que chacun y trouvera les avantages et la joie que nous y avons trouvés lors de notre cours, qui débuta le lundi 6 mai 1968.

Le programme mentionné ci-dessus, réparti sur les 4 semaines, dosait nos efforts journaliers.

Il faut dire qu'au début, chacun de nous ressentit les effets de l'entraînement. Le réveil des 2e et 3e jours fut un peu pénible; cependant la joie d'apprendre des matières inconnues et de parfaire sa condition physique aplanit ces difficultés. Il faut remarquer aussi que durant la journée les efforts physiques étaient magnifiquement dosés.

Exemple: le programme du mardi de la 2e semaine

| | |
|-----------|--|
| 0630 | Diane (en musique) |
| 0700 | Déjeuner |
| 0730—0830 | Film (course) |
| 0900—0945 | Vitesse 3 |
| 1000—1050 | Vitesse 1 |
| 1100—1145 | Football 3 |
| 1215 | Dîner |
| 1400—1445 | Théorie (biologie et hygiène du sport) |
| 1500—1545 | Endurance 3 |
| 1600—1650 | Lancer |
| 1700—1745 | Entraînement libre. |

Chaque leçon étant donnée par un maître de l'école de Macolin, chacun a pu y puiser la perfection et l'exemple d'un moniteur.

Entraînement libre ! Après avoir pris l'avis de chaque participant, il fut choisi 3 branches pour l'entraînement libre. Chaque branche, à savoir la boxe, l'athlétisme et le tennis, fut donnée par un moniteur de l'école. Chacun de nous put choisir la discipline qu'il préférerait et, durant 10 leçons, s'y consacrer.

Il est clair que ce cours ne s'est pas déroulé sans de petits accidents. Quelques dispenses remédièrent à ces états de choses, mais il est à regretter que l'un de nous dû quitter le cours après s'être cassé un pied. Tout cela n'empêcha personne de visiter le Musée du sport à Bâle et ensuite de se retrouver dans une ambiance des plus joyeuses au souper qui réunit moniteurs et participants.

Malgré la rentrée tardive, tout le monde se trouva le dernier jour en pleine forme pour le concours qui comprenait 4 épreuves, soit la course de 80 m, la course de 3000 m, la piste d'obstacles et le lancer de corps de jet.

Pour clore ce cours, le stade de football accueillit deux équipes pour une joute des plus amicales. « FC école d'instructeurs contre FC école militaire ». Ces deux équipes, renforcées par quelques moniteurs, présentèrent un match de football qui, loin d'être de ligue nationale A, n'en fut pas moins des plus corrects.

A la fin du match, sur le terrain même, il fut procédé à la remise des insignes de moniteur sportif militaire et au licenciement du cours.

Pour conclure ce petit aperçu du cours de sport de l'école d'instructeurs, il faut féliciter et remercier tous ceux qui se consacrent au développement du sport militaire et souhaiter que toutes les difficultés qui s'opposent à son application totale soient rapidement surmontées. sgtm Boillat

Civilisation du livre ou civilisation de l'image?

Penser que l'image menace le signe et contribue à l'analphabétisation des masses est une vue aussi sommaire qu'inexacte du problème. Mais bien que le message imprimé ne soit pas tombé en désuétude, il faut tenir compte d'un fait lourd de signification: 48 pour cent des personnes interrogées à la suite d'une enquête menée par le Cercle des Libraires ont répondu que la lecture était une chose difficile. Paresse d'esprit ou force de l'image? La formation demande le texte, l'information, l'image. Il ne reste plus qu'à décider des programmes d'enseignement à exploiter par l'image.

R. L.

« Y aura-t-il un jour une civilisation des livres et une autre de l'image? » « Figaro », 9 novembre 1967