

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: 3

Artikel: La performance dans l'éducation physique des garçons

Autor: Curdy, Paul

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-996152>

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: 01.04.2025

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

La performance dans l'éducation physique des garçons

Paul Curdy

Traiter dans le temps si court qui m'est imparti une question aussi complexe et aussi importante est une véritable gageure. Aussi vais-je me borner à préciser certains points, à mon avis essentiels, en vous priant d'avance d'excuser les lacunes de ce bref exposé.

Le terme « performance » donne généralement l'idée d'un exploit athlétique, d'un résultat spectaculaire, absolu dans l'échelle des possibilités humaines. Ce n'est pas dans ce sens restrictif que nous le comprenons ici, mais dans un sens tout relatif, compte tenu des aptitudes de chaque sujet. Je m'explique: Grimper à une perche de 5 mètres en 6 secondes n'est pas une performance pour le garçon de 15 ans bien doué, entraîné, qui pourrait, en se donnant à fond, exécuter cet exercice en un temps plus court. Mais ce temps de 6 secondes sera peut-être une performance pour un autre élève du même âge, moins doué, moins bien préparé. Nous entendons donc par performance — veuillez pardonner cette définition peu académique — le résultat obtenu par chaque élève au prix d'un effort maximum. Cette notion ne se borne pas, il faut le souligner, aux performances athlétiques mesurables au moyen du ruban métrique ou du chronographe, la performance non mesurable mais taxée par appréciation, aux agrès par exemple, est tout aussi importante, comme d'ailleurs celle réalisée dans la recherche gratuite d'une belle forme de mouvement.

Comprise dans ce sens d'effort individuel, la performance est à la base de l'éducation physique de nos garçons. Sans elle, pas de développement des grandes fonctions circulatoire et respiratoire, pas d'amélioration des aptitudes physiques. Or cet effort personnel de l'élève, cette lutte contre lui-même, ces entraînements ne sauraient être imposés par la contrainte. Exiger l'effort par un acte d'autorité, l'obtenir grâce à la discipline, ce n'est pas l'œuvre d'un éducateur mais bien celle d'un dresseur, et ce « drill » n'a plus sa place à l'école. Il est indispensable d'obtenir l'adhésion totale de l'élève, de trouver en lui une motivation personnelle suffisamment forte, qui contribuera à l'épanouissement de sa personnalité. Et d'autres termes, la volonté de performance est la condition sine qua non de l'éducation physique de nos garçons. Cette volonté de performance existe en tout être normal: soit naturelle de mouvement chez le plus jeune — besoin de surpasser les autres, manifestation de l'orgueil du petit homme — désir de se surpasser, de progresser, chez le plus grand — ou d'imiter les étoiles qui brillent au sommet de la pyramide désormais classique à laquelle M. le directeur Kaech comparait le monde sportif. L'école doit canaliser cette volonté de performance dans la direction d'un travail rationnel afin d'éviter le gaspillage d'énergie; elle doit l'entretenir, l'empêcher de s'éteindre en l'alimentant sagement; elle doit la freiner parfois, et surtout, dès que possible, la sublimer en exaltant les buts élevés de l'exercice corporel, en dénonçant les abus du sport, afin d'amener nos jeunes gens à une éthique sportive plus nécessaire aujourd'hui que jamais. Il est des cas cependant où le désir de réaliser des performances fait défaut. Pour assurer le succès de son action, l'éducateur devra alors s'attacher à éveiller, à créer ce besoin. Au IIe degré, il suffira en général d'un enseignement joyeux, vivant, attrayant, bien adapté pour ga-

gner chaque élève. Plus tard, il faudra peut-être faire appel à l'amour-propre de l'enfant, à son sens de l'honneur, et, chez les plus grands, à la raison, en leur faisant comprendre le pourquoi et le comment du développement physique.

Notons en passant que la volonté d'accomplir des performances n'est pas toujours en rapport avec les aptitudes physiques de l'individu. Certains enfants bien doués, certains jeunes gens taillés en athlètes fuient l'effort physique, ne trouvent pas de plaisir à mettre en jeu leurs dons remarquables. Mais j'ai connu par contre des élèves handicapés, anciens polios boiteux et malformés, chez lesquels la soif de l'effort dépassait de loin les possibilités, et qui luttaient avec enthousiasme dans toutes les disciplines, même celles où leur état ne permettait que de pauvres résultats. On voit par là toute la complexité de la question, et l'on peut se faire une idée des connaissances psychologiques et techniques requises de celui qui doit jouer avec tous ces éléments.

Ces principes posés, nous pouvons aborder la pratique. Le désir de performance, motivation de l'effort, est, comme la langue d'Esopé, capable du meilleur comme du pire selon son orientation. Mal dirigé, il peut conduire à des exagérations néfastes. L'entraînement trop poussé présente de sérieux dangers pour un organisme en période de croissance et de puberté.

Le danger est grand sur le plan psychologique aussi. Impressionnés déjà par la large publicité faite autour du sport de pointe, nos garçons sont exposés à attacher trop d'importance au résultat absolu, à renverser l'échelle des valeurs, à se prendre pour des vedettes en puissance ou à abandonner une lutte stérile parce que la gloire facile n'est pas à leur portée. Le manuel de gymnastique pour garçons, dans son livre I, signale clairement cet écueil en affirmant: « La recherche de la performance absolue, faisant abstraction du corps et du caractère, doit être bannie de la gymnastique scolaire ». Dans cet ordre d'idée, la responsabilité de l'école est grande: c'est pourquoi l'éducation physique scolaire doit rester dans les mains de pédagogues avertis, et ne saurait être abandonnée au premier entraîneur venu, pour qui la performance prend facilement le pas sur la formation de la personnalité.

En considérant le travail de l'école, nous constatons rarement des cas d'exagération; c'est plutôt, semble-t-il, dans le sens opposé que pêche notre enseignement. L'instituteur — ne parlons pas du spécialiste — n'utilise pas toujours efficacement ce levier puissant de la recherche de la performance. Il se contente assez facilement de leçons collectives, faciles à organiser, à diriger, donnant une impression de travail vivant et bien ordonné. Si ce travail collectif est de mise au stade de l'initiation, de l'instruction, au deuxième degré surtout, il n'est pas toujours rationnel lorsqu'il s'agit de l'entraînement. En imposant à toute la classe des exigences communes, ou bien on décourage les plus faibles, ou bien, et c'est souvent le cas, on tue chez les meilleurs le goût de la performance en les faisant travailler au-dessous de leurs possibilités. Combien de bons éléments, d'athlètes en puissance, ont ainsi perdu leur enthousiasme et se sont éloignés de la pratique des exercices physiques post-scolaires ?

Sur ce point précis, l'école mérite parfois certaines critiques du monde sportif. Cette considération nous amène à parler sommairement de l'organisation du travail. Si au deuxième degré, nous venons de le dire, le travail collectif se justifie pour l'étude du geste sportif, il est indispensable, dès le début du troisième degré, d'adapter les exigences aux aptitudes personnelles en constituant des groupes d'entraînement formés d'élèves de même force. De cette façon — d'ailleurs recommandée par le livre I du manuel déjà cité — les plus faibles pourront travailler à atteindre des buts à leur portée sans pour autant freiner les progrès des meilleurs. Au IV^e degré, l'organisation devrait tendre vers l'entraînement individuel, voire vers une certaine option occasionnelle entre quelques disciplines. Ce dernier point nous impose quelques mots au sujet de la matière de travail. Si l'on ose parler d'option pour l'étudiant de nos collèges, il serait regrettable de restreindre le champ d'activité des garçons des II^e et III^e degrés, car partout se retrouve l'occasion de rechercher la performance;

- En athlétisme, évidemment, où les contrôles périodiques des résultats sont si faciles;
- Dans le travail aux agrès, où la performance ne se borne pas à l'exécution d'un mouvement, mais où la recherche de la perfection de la forme dans les enchaînements d'exercices offre une gamme si variée.
- Dans les jeux, il est certainement très éducatif de mêler les bons et les moins doués dans une même équipe, afin d'affiner l'esprit de camaraderie. Cependant, en formant parfois des équipes homogènes opposant les meilleurs aux meilleurs, les faibles aux faibles, le rendement sera bien supérieur dans la direction de la performance collective.
- L'éducation du mouvement elle-même, dans sa conception actuelle, est une occasion de recherche de performance valable qui affinera nos garçons en leur faisant éprouver la joie de maîtriser leur corps dans l'expression d'un beau mouvement parfaitement coordonné.

Si la lutte contre soi-même est à la base de notre travail, l'esprit d'émulation du garçon est trop puissant pour que nous omettions de parler ici de la compétition. Arme à double tranchant, source d'abus évidents et de moments exaltants, elle demande un dosage prudent. Nous estimons qu'au deuxième degré, elle devrait se cantonner dans le cadre des leçons normales, où les enfants auront souvent l'occasion de se mesurer entre eux en des concours de groupes nombreux et variés. Au III^e degré, des rencontres inter-classes peuvent être de précieux stimulants. Mais leur portée éducative serait regrettablement restreinte si elles se limitaient à des compétitions entre sélections de vedettes au lieu de donner même aux élèves les moins doués la possibilité de contribuer au succès de leur classe. Les tournois inter-collèges pour les plus grands donneront aux meilleurs la possibilité de rencontre des adversaires à leur taille. Mais, encore une fois, sachons sauvegarder une saine optique de ces joutes dans l'esprit des élèves en leur faisant comprendre les exagérations déplorables, le chauvinisme ridicule qui dévaluent certain sport moderne.

Lorsqu'un garçon a travaillé pour améliorer ses résultats, il éprouve du plaisir à conserver un témoignage de ses progrès. A cet effet, certaines écoles ont créé leur propre certificat, bien adapté à leurs condi-

tions. Pour ma part, j'estime que la « feuille de performances et mensurations » officielle mise à disposition des écoles par le Département militaire fédéral remplit fort bien son office. Le département de l'instruction publique du Valais l'a rendue obligatoire depuis l'année dernière seulement, mais nous en apprécions déjà la valeur. Elle stimule l'élève en concrétisant ses progrès année après année. Elle sauvegarde l'intégrité du programme en obligeant le maître à préciser les exigences. Elle renseigne les parents, et par là, l'opinion publique sur le travail accompli en classe, contribuant ainsi à faire disparaître certains préjugés contre la gymnastique scolaire. Elle n'est qu'un pauvre thermomètre, bien sûr, incapable de traduire les trésors d'éducation et de santé prodigués par notre enseignement. Et cependant, ses avantages sont si évidents qu'il vaut la peine d'en profiter. Nous en dirons autant du livret d'aptitudes physiques qui en est le prolongement.

Je voudrais en terminant vous illustrer par un fait précis toute l'efficacité, la puissance motrice de la recherche de la performance. Pardonnez-moi de vous citer encore mon canton, je ne puis vous parler que de ce que je connais. Durant de longues années, nous avons constaté combien nos examens d'aptitudes physiques de fin de scolarité, avec leurs exigences modérées, étaient décevants pour les élèves bien doués. Cette formalité ne les intéressait pas, ne les stimulait pas, leur semblait ridicule. Désireux cependant de maintenir l'obligation de s'entraîner dans toutes les branches, nous n'avons pas voulu introduire un barème de points comme dans l'éducation physique post-scolaire. Mais en 1963, nous avons créé un insigne destiné aux garçons qui, tout en satisfaisant aux exigences minimales dans toutes les disciplines, obtenaient de bons résultats dans les plus importantes. Les conditions pour l'obtention de cet insigne ont été fixées comme suit:

course de 80 m en 11"2 — saut de longueur, 4 m 30 — grimper de perche 5 mètres, 5"4 — jet du boulet de 4 kg, 14 m: total d'un jet du bras gauche et d'un du bras droit.

La première année, 186 garçons, soit le 11,5 % des 1700 élèves participant aux épreuves, ont obtenu leur insigne. Mais l'année suivante déjà, le 16,4 % méritaient leur distinction, et de nombreux maîtres nous signalaient avec quelle persévérance, avec quel zèle leurs garçons s'étaient entraînés, même en dehors des heures de classe, pour gagner les centimètres ou les dixièmes de seconde qui leur manquaient.

Sans exagérer l'importance des chiffres, sans vouloir ravalier notre mission d'éducateur au rôle de chasseur de record, nous ne devons pas hésiter à utiliser ces auxiliaires précieux.

Récemment, un journaliste interviewait le grand champion Anquetil sur la rivalité bien connue qui l'oppose à Poulidor, autre grand du cyclisme français. La réponse fut: « Anquetil n'a qu'un concurrent, c'est Anquetil ». Je trouve le mot excellent pour traduire cette lutte de l'homme contre lui-même dont nous venons de nous entretenir. Cette lutte qui épanouit les aptitudes physiques de nos élèves, les virilise, les endure, fortifie leur volonté et leur confiance en eux. Cette lutte qui va ancrer en eux le goût de l'exercice physique, sauvegarde de leur équilibre d'adulte.

(Exposé présenté à la conférence fédérale de gymnastique scolaire.)