Zeitschrift: La Croix-Rouge suisse : revue mensuelle des Samaritains suisses : soins des malades et hygiène populaire

Herausgeber: Comité central de la Croix-Rouge

Band: 29 (1921)

Heft: 3

Artikel: Les bases de l'éducation physique populaire

Autor: Messerli, François M.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-682524

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: 03.07.2025

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

entré en fonctions à *La Source*, en 1891, les élèves gardemalades avaient quatre heures de cours théoriques par jour; nous avons condensé tout cela en une heure, et le résultat n'a certainement pas été inférieur, toute modestie à part.

(A suivre.)

Les bases de l'éducation physique populaire

Par le *Dr François M. Messerli*, médecin-chef du Service d'hygiène, Lausanne

Qu'est-ce que l'éducation physique? L'éducation physique est une importante partie de l'hygiène et surtout de la prophylaxie; elle comprend tout l'ensemble des mesures propres à assurer le développement complet et harmonieux de l'être humain, à lui assurer une bonne protection contre tous les dommages extérieurs qui le menacent, contre les maladies et tout particulièrement contre la tuberculose. L'éducation physique crée et maintient l'homme sain de corps et d'esprit.

* * *

L'éducation physique doit intéresser tout le peuple et particulièrement toutes les personnes jouant un rôle social et pédagogique dans notre société; elle doit spécialement être comprise, dirigée et enseignée par les médecins, les parents et le corps enseignant.

Le rôle du médecin. Le plus grand nombre des médecins ne voient pas le rôle important qui leur est dévolu dans l'immense mouvement de renaissance physique auquel nous assistons. L'absence de travaux et de cours universitaires sur cette question, qui est également totalement délaissée dans les congrès médicaux, montre l'indifférence sinon le mépris du corps médical pour l'éducation physique. Pourtant, le médecin trouve tout naturel de diriger et régenter la vie physique du nourrisson, soumise à des règles fixes dues à l'effort des pédiatres. Il ne tient qu'à lui d'établir des règles analogues pour la jeunesse et l'âge mûr; la puériculture doit être complétée par la juvéniculture et l'éducation physique de l'adulte qui en sont la suite logique.

C'est à nos médecins qu'incombe le rôle de diriger la science du mouvement; l'avenir de la race est la plus précieuse, la plus utile et plus belle orientation de la médecine.

L'éducation physique permettra au corps médical de réaliser le proverbe: « Mieux vaut prévenir que guérir ».

La prophylaxie est l'orientation nouvelle des sciences médicales. Le médecin a donc le devoir d'assurer la direction de l'éducation physique de notre jeunesse, comme il doit surveiller son hygiène et l'hygiène de la race. L'éducation physique fait partie, avons-nous déjà dit, de l'hygiène. Le médecin doit donner des conseils, diriger et surveiller les parents, le corps enseignant et les associations sportives.

Le rôle des parents. C'est aux parents qu'incombe le devoir de mettre l'enfant dès sa naissance dans les conditions d'hygiène les meilleures pour lui donner le capital inappréciable de santé et de force dont l'influence se répercutera sur son existence entière. Nous savons que tous les enfants, à un moment ou un autre, surtout pendant les premières années de leur vie, s'infectent de tuberculose. Ceux qui ont résisté dans de bonnes conditions

d'hérédité, de logement, nourriture, grand air, soleil et gymnastique, non seulement résistent à cette infection et ne subissent aucun dommage, mais deviennent plus résistants contre cette affection toute leur vie.

Le rôle des pédagogues. Le pédagogue doit aussi lutter pour l'assainissement et l'amélioration de la race humaine; il doit mettre l'enfant, dont la société lui confie l'instruction, dans les conditions les meilleures pour faciliter sa croissance et son développement corporels. L'enfant a un corps souple et malléable qui ne demande qu'à devenir robuste à condition qu'on lui laisse le mouvement, la liberté d'action physique et qu'il ne soit pas claustré. La pédagogie ne doit pas être une science abstraite, elle doit être vivante, pratique et sociale; elle ne doit pas tendre seulement à créer des générations instruites, mais aussi et surtout des générations saines et fortes.

Le rôle des associations sportives. L'éducation physique de l'école doit être poursuivie et perfectionnée pendant la période post-scolaire. C'est alors que les associations sportives jouent un rôle important pour la santé de notre race en permettant à notre jeunesse, puis aux adultes, de maintenir par l'exercice corporel leur bonne santé physique et morale.

Aucune association sportive, d'éducation physique, athlétisme, football, rowing, etc., ne devrait se fonder sans avoir à sa tête un conseil médical compétent; de même, aucune salle d'éducation physique ne devrait être ouverte sans avoir à sa tête un médecin.

Les devoirs de notre peuple. Toute notre population, des enfants aux aïeux, doit s'adonner à l'éducation physique, sorte de culte de la santé populaire.

Les enfants sous surveillance des parents et pédagogues doivent surtout être soumis à des moyens et exercices corporels éducatifs, complétés par des jeux de libre mouvement, au grand air, au soleil, dans les conditions hygiéniques les meilleures.

Les adultes possèdent un seul moyen pour maintenir leur stade de forme et leur santé, c'est la pratique des exercices utilitaires, de l'athlétisme et des sports en général.

Et lorsque le déclin de la vie se fera sentir, sachons conserver à notre corps sa souplesse et augmenter sa vitalité par la pratique d'exercices simples, de gymnastique de maintien, dernière étape de notre culte de la santé. Notre tâche est de convaincre tout le peuple, de le diriger par la pratique de l'éducation physique et du sport à un complet développement et à l'utilisation des énergies vitales de tous. *(Pro Juventute.)*

Aux collectionneurs et aux amateurs d'affiches

La superbe affiche en couleurs de la souscription nationale pour la Croix-Rouge, dessinée par Courvoisier, a été tirée à un nombre d'exemplaires limité. Quelques exemplaires de cette affiche sont en vente au siège du Comité international de la Croix-Rouge, 1, Promenade du Pin, Genève, aux prix suivants: grand format 5 fr., petit format 3 fr. Le produit de la vente sera versé au fonds de la Croix-Rouge.