

# Ailleurs

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin**

Band (Jahr): **30 (1973)**

Heft 5

PDF erstellt am: **15.09.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Plus d'un million distribué en 1972

Créée en 1971, la fondation «Aide sportive suisse» a distribué près d'un million de francs en 1972. C'est ce qui ressort de la rétrospective et de l'analyse faites dans le cadre d'une conférence de presse tenue à Berne. Des athlètes et des clubs représentant 25 sports différents en ont été les bénéficiaires puisqu'ils se sont vu répartir 977 967 francs au total dont la plus grande partie a été consacrée au financement des camps d'entraînement des sportifs de pointe. A titre de comparaison, 596 420 francs avaient été mis à disposition la première année.

Au total, 1 428 085 fr. 25 ont été récoltés en 1972, année olympique, contre 1 029 413 fr. 30 l'année précédente. Plus d'un tiers de cette somme provient des milieux de l'industrie et du commerce, qui ont manifesté leur intérêt pour le sport

d'élite en contribuant pour la somme de 564 282 francs (1971: 512 375.—). La vente des vignettes a rapporté de son côté 209 083 francs contre 120 225 francs en 1971.

D'autre part, d'importantes sommes ont également été récoltées à la suite d'actions auprès du public entreprises à l'initiative de journaux: c'est ainsi que l'«Action Sapporo» du «Sport» a rapporté 118 770 francs et l'«Action Munich» du «Blick» 221 908 francs. D'autres manifestations, comme la «Nuit du sport», ou la course de gentlemen Zurich-Oerlikon, etc., sont également intervenues pour une part substantielle.

Au cours de cette conférence de presse, M. Alfred Hartman (Bâle), président du conseil de fondation, a attiré l'attention sur le fait que l'«Aide sportive suisse» ne désire pas, à l'avenir, consacrer ses efforts uniquement au sport d'élite. Elle entend bien élargir son champ d'action en apportant un soutien massif à un large travail de prospection.

«La Tribune de Genève»

## Ailleurs

### Les femmes et le sport

Nous utilisons à peine 5 pour cent de notre potentiel physique et intellectuel; nous pouvons décupler nos facultés en prenant pleinement conscience de notre corps.

Avec cette phrase de Moshe Feldenkrais, ex-assistant de Joliot-Curie, actuellement professeur à l'Université de Tel Aviv, vous avez le thème du livre que ce scientifique vient de publier chez Robert Laffont, et dont le titre est: «La Conscience du corps».

A l'en croire, tout au long de ses 285 pages, à travers douze leçons-types, tout ira beaucoup mieux pour chacun de nous, si nous développons notre équilibre physique, celui de notre psychisme s'enchaînant automatiquement.

A l'heure où l'on parle tant retour à la terre — via la tondeuse électrique! — tourisme pédestre et équestre, vacances sportives, on peut espérer qu'il en résultera, pour les pratiquants, quelques-uns de ces bons effets dont parle l'auteur. Pratique trop saisonnière cependant qui ne devient véritablement sérieux atout de santé que si, devenant besoin, elle se change en habitude régulière.

Aujourd'hui, annoncent les statistiques: 15,1 pour cent des Français pratiquent un sport de manière irrégulière, 12,9 pour cent de manière régulière: dont 55,9 pour cent à moins de 18 ans, 22 pour cent à moins de 25 ans et 7,4 pour cent à moins de 40 ans!

On voit la chute!

Les femmes? Ces mêmes statistiques n'en font pas état, mais leur nombre ne doit pas être considérable bien qu'elles soient, elles, parfaitement conscientes de leur corps!

La jeune Française sait très bien que le sport est indispensable à son équilibre, à sa ligne.

Si elle ne fut admise aux Jeux olympiques modernes qu'en 1920 — soit 24 ans après leur rénovation — elle rattrapa vite son retard en s'octroyant ça et là, de nombreuses médailles d'or.

Il faut reconnaître — à notre corps sportif défendant — que les hommes n'étaient pas les seuls responsables de cet ostracisme compétitif. Les femmes, si elles ont les mêmes aptitudes intellectuelles que les hommes, n'ont pas la même force physique. Elles sont, par définition, moins musclées et leur force est inférieure à celle d'un homme. Tout cela est bien normal, puisque ce sont les hormones mâles qui règnent sur la formation des muscles. Elles savent que leur constitution ne leur permet ni les exercices «de force» ni ceux d'endurance.

Elles font par contre merveille dans les activités qui demandent sa souplesse, sens du rythme, rapidité, finesse.

Et il est bien mort ce préjugé selon lequel toute féminité disparaissait sur un terrain de sport... à condition bien sûr de choisir un sport approprié! Une lanceuse de poids ne sera jamais sylphide!

Quel sport pratiquer: Tout commence, écrit Moshe Feldenkrais, par l'harmonisation du mouvement et de la respiration, à partir de là, choisir selon ses goûts, ses aptitudes, et... ses possibilités!

Ces dernières étant, pour la plupart des femmes, le point délicat: il y a les occupations familiales ou professionnelles, les difficultés citadines, etc...

Une bonne habitude est celle qui consiste à consacrer une heure chaque semaine à une séance de culture physique: en salle, club, institut ou gymnase. Cela apporte détente des muscles et de l'esprit.

### La marche

Une tendance: la reprise du tourisme pédestre, la marche étant, comme chacun le sait, mais ne le fait pas, le meilleur des sports.

Marche avec des clubs locaux, avec des amis, avec l'organisation des «Sentiers de Grandes Randonnées».

Respirez bien, gardez la tête haute, veillez à ce que votre colonne vertébrale soit bien droite. Rentez le ventre, bom-

bez le torse, et marchez d'un bon pas. Rythmez votre respiration à votre pas: rapide, souple, régulier. Vous éprouvez une sorte de bien-être, de détente. Vous retrouvez votre tonus.

La marche fait travailler tous les muscles, assouplit et allonge les jambes.

### La natation

Le plus en faveur parce qu'il permet de bronzer plus vite et magnifiquement, ce sport, reste pour beaucoup, une pratique saisonnière.

Cependant, l'apparition des piscines couvertes dans les villes fait que, bientôt, la natation ne sera plus seulement liée au soleil.

Toutes les femmes ne peuvent être des Esther Williams ou des Kiki Caron, mais, toutes bientôt sauront nager puisque la natation devient obligatoire à l'école.

Alors, à l'eau Mesdames!

La natation — brasse, papillon, crawl, dos-crawlé — muscle le corps en l'étirant, en l'allongeant. La natation donne du souffle en éduquant la respiration. C'est une excellente école d'endurance, de volonté et de beauté. Pour bien nager, choisir un maillot d'une pièce en jersey souple, plutôt qu'un deux-pièces, dont le soutien gorge peut gêner la respiration.

### La voile

En 1971, on comptait 80 000 jeunes dans les différentes écoles de voile, alors que les clubs de voile ne comptaient que 70 000 licenciés. Le succès de ce sport grandit chaque année et ne fait pas peur aux femmes, puisqu'elles représentent actuellement un tiers de ces nouveaux marins.

Dès 1928, Virginie Hériot, à bord de son «Aile VI», ce célèbre huit mètres à jauge internationale, avait prouvé que les forces féminines étaient capables de répondre aux difficultés de la navigation à voile: elle obtint une médaille d'or aux Jeux olympiques organisés, cette année-là, à Amsterdam.

Les femmes ont donc de plus en plus le pied marin.

Elles s'enhardissent pour pêcher le mérrou, tenir la barre ou participer à une compétition. Elles apprennent aussi le langage des loups de mer. Elles découvrent rapidement que manipuler un bateau, le mettre à l'eau, le ramener, hisser la voile, est le meilleur des exercices physiques et moraux.

Le yachting développe la maîtrise de soi, l'esprit d'initiative, le sens des responsabilités. Il trempe le caractère. Chaque promenade en bateau est une partie de plaisir et, une véritable séance de gymnastique. Tout le corps travaille: les bras, les abdominaux, les dorsaux et les lombaires.

Et il n'y a rien de tel que le bateau pour obtenir un bronze maximum! Mais ne pas oublier de s'occuper avec le stick solaire. Il protège la peau en l'isolant du vent, des embruns et en filtrant les rayons rendus plus dangereux par la réverbération.

### L'équitation

De nombreux manèges se créent dans toute la France: 50 000 cavaliers font du cheval régulièrement. Le cheval, bien sûr, c'est la plus noble conquête de l'homme, mais il devient plus encore celle de la femme: 40 pour cent des cavaliers sont des hommes, 60 pour cent des femmes!

A la belle époque les femmes montaient en amazone, assises sur le côté gauche du cheval. Cette position inconfortable avait pour inconvénient de déséquilibrer le cheval et les femmes n'ont eu de cesse qu'elles n'aient fait disparaître ce handicap.

Aujourd'hui, les femmes participent à égalité avec les hommes aux épreuves de jumping.

Beaucoup de jeunes femmes viennent donc à l'équitation. Passée la période indispensable de mise en selle et d'école des aides (c'est-à-dire, l'emploi des mains, des jambes, et de l'assiette pour exprimer sa volonté au cheval), le cavalier ou la cavalière se trouve confronté à un problème psychologique que la femme semble plus capable de résoudre que l'homme.

Il s'agit d'établir un «langage», un code d'association, de sensation: telle action (ex-jambe droite à la sangle) doit amener telle manière d'obéissance (ici départ au galop à droite). Or l'instinct d'éducation de la femme est très développé: elle y met plus de douceur, cherchant à «convaincre, et non contraindre», formule que l'on trouvait jadis au fronton des manèges.

L'équitation est, par ailleurs, un excellent exercice physique. A cheval, on apprend vite à avoir de la tenue, de la classe, de la «branche». Excellent pour le maintien, l'équitation donne également beaucoup plus de force aux jambes, de souplesse aux articulations. Le ventre se muscle. Le dos se redresse et le cou est droit comme un I.

#### Le ski d'été

C'est la grande découverte de ces dernières années. Ce sont les champions, qui, soucieux de prolonger leur période d'entraînement, ont donné le départ sur les hautes neiges éternelles.

Et, dans l'éclatant soleil de l'été, c'est le succès.

Mais, à une telle altitude, cela peut être très dangereux. Il est donc indispensable de protéger l'épiderme avec le produit adapté à son type de peau et de prendre soin de renouveler souvent l'application.

Eviter une brûlure est aussi important qu'éviter une fracture: l'une et l'autre compromettent les vacances.

A lui seul, le ski fait travailler les muscles abdominaux, dorsaux, et puis jambes, bras et épaules. Mais, sur les pentes neigeuses, les rayons du soleil brûlent encore plus fort qu'ailleurs, porter des lunettes teintées et, nous ne répéterons jamais assez, protéger très soigneusement la peau.

#### Le tennis

Héritier de la «Longue Paume», le tennis c'est: élégance, fair-play, vivacité de geste et d'esprit, équilibre et maîtrise du corps.

Les femmes le pratiquent depuis plus d'un demi-siècle et le stade Roland Garros, célèbre pour les compétitions internationales qui s'y déroulent chaque année, a été inauguré en mai 1928, à l'occasion d'une rencontre féminine (France-Angleterre).

Suzanne Lenglen que les Londoniens appelaient familièrement la «french girl» et qui chaque année lançait la mode féminine (robe plissée, bandeau dans les cheveux...), fut sans doute la plus prestigieuse championne française; c'est en 1914, qu'à l'âge de 14 ans, elle remporta son premier grand succès en gagnant le championnat du monde de Paris.

Les bienfaits du tennis sont multiples.

Il fait courir, bouger, sauter, il favorise la respiration, active la circulation, fait travailler les muscles des jambes et des bras; il donne joli buste et joli dos et efface ventre et estomac.

Développant l'adresse, ainsi que la rapidité des réflexes, c'est une gymnastique permanente du corps et de l'esprit.

Une à deux heures de tennis hebdomadaires, c'est une excellente assurance santé, forme et beauté...

Et une très sûre manière de «prendre conscience de son corps».

«Le Dauphiné Libéré» Grenoble

### 46 pour cent des Français intéressés par le sport

46 pour cent des Français déclarent s'intéresser au sport et 48 pour cent placent Poulidor en tête de leurs sportifs préférés. Ces chiffres ressortent d'un sondage réalisé par l'IFOP pour le compte du secrétariat d'Etat à la Jeunesse et aux Sports, et dont certains points ont été révélés par M. Joseph Comiti à l'occasion d'un dîner-débat sur le sport.

D'après ce sondage, parmi ces 46 pour cent de Français, 27 pour cent se considèrent comme sportifs et appartiennent à des milieux aisés et ont fait des études poussées, 29 pour cent peuvent citer les noms de 10 sportifs.

En ce qui concerne la préférence des Français à l'égard des sportifs, la liste s'établit comme suit: Poulidor 48 pour cent, Anquetil 28 pour cent, Cerdan père et fils 28 pour cent, Killy 26 pour cent, Jazy 16 pour cent, Colette Besson 14 pour cent, les soeurs Goitschel 13 pour cent, Bouttier 12 pour cent, Beltoise 12 pour cent, Louison Bobet 12 pour cent, Spanghero 12 pour cent, Annie Famose 11 pour cent, Carnus 9 pour cent, Merckx 8 pour cent, Drut 7 pour cent.

Voici les autres questions posées dans ce sondage qui s'est adressé à des personnes allant de 16 à 69 ans:

- Quels sont les loisirs sportifs que vous préférez?  
57 pour cent la marche à pied, 30 pour cent la bicyclette, 15 pour cent le ski, 10 pour cent le tennis, 8 pour cent la moto, 4 pour cent l'alpinisme.
- Quels sont vos sports préférés?  
40 pour cent la natation, 27 pour cent la culture physique.
- Etes-vous pour la participation française aux Jeux Olympiques?  
Oui 89 pour cent, non 8 pour cent, sans opinion 3 pour cent.
- Est-il important que les Français obtiennent des succès aux Jeux?  
Oui 82 pour cent, non 8 pour cent, sans avis 10 pour cent.

- Les équipements sportifs sont-ils en nombre suffisant?  
Non 76 pour cent, oui 16 pour cent, sans opinion 13 pour cent.
- Ces équipements sont-ils utilisés de façon satisfaisante?  
Non 52 pour cent, oui 24 pour cent, sans avis 24 pour cent.
- Souhaitez-vous trouver des équipements sportifs près de votre résidence?  
Oui 78 pour cent, non 15 pour cent.
- Quels sont les équipements sportifs que vous jugez importants?  
86 pour cent sont pour les piscines, 79 pour cent pour les gymnases.
- Souhaitez-vous un stade de plus de 60 000 places?  
Non 42 pour cent, oui 39 pour cent, sans avis 19 pour cent.
- L'absence d'un vélodrome à Paris vous paraît-elle anormale?  
Oui 60 pour cent, non 18 pour cent.
- Etes-vous satisfait de la manière dont vos enfants pratiquent le sport?  
Oui 29 pour cent, non 25 pour cent.
- Etes-vous partisan des études le matin et du sport l'après-midi?  
Oui 57 pour cent, non 34 pour cent.

31 pour cent des personnes interrogées sont pour la pratique totale du sport à l'école, et 24 pour cent pour la pratique dans les clubs.

### 57 pour cent des Français pratiquent le sport pour le plaisir

Le Secrétariat d'Etat à la Jeunesse et aux Sports a complété les révélations faites par M. Joseph Comiti sur un sondage réalisé par l'IFOP sur le sport et les Français. C'est ainsi que ce sondage révèle qu'en dehors de toute compétition 57 pour cent des Français pratiquent le sport pour se distraire et que 41 pour cent font du sport pour «se sentir bien dans leur peau».

Ce sondage porte sur ces autres questions:

- A votre avis pourquoi certains Français ne pratiquent pas de sport?  
Manque de temps 71 pour cent, d'intérêt 36 pour cent, d'argent 22 pour cent.
- 22 pour cent assistent régulièrement ou souvent à des rencontres sportives, 46 pour cent n'y ont jamais assistés.
- En matière de télévision les émissions préférées sont: films 59 pour cent, variétés 42 pour cent, magazines d'actualité 31 pour cent, sports 25 pour cent, 11 pour cent ont déclaré avoir suivi les Jeux à la télévision.
- Les activités de loisirs:  
Sortir avec des amis ou en familles 50 pour cent, regarder la télévision 38 pour cent, faire du sport 33 pour cent.
- Trois Français sur 4 pensent que le nombre des Français faisant du sport augmentera dans l'avenir.
- Dans un choix d'adjectifs, considèrent que le sport est une activité gaie 50 pour cent, amusante 23 pour cent, difficile 19 pour cent, pénible 4 pour cent, énervante 1 pour cent, inutile 1 pour cent.
- Considèrent comme le plus important pour être en bonne santé: bien dormir 72 pour cent, faire du sport 45 pour cent, travailler 31 pour cent, vie sexuelle équilibrée 18 pour cent, avoir beaucoup de loisirs 15 pour cent, bien manger 13 pour cent, bien boire 1 pour cent.
- Amateurisme: 42 pour cent pensent qu'il ne faut pas autoriser les amateurs et les professionnels à participer aux mêmes compétitions, 46 pour cent sont favorables.
- 81 pour cent considèrent que la femme peut pratiquer le sport et 13 pour cent sont opposés.
- Quel est le sport qui fait actuellement le plus pour notre prestige: ski 27 pour cent, rugby 21 pour cent, football 16 pour cent, cyclisme 13 pour cent, voile 5 pour cent, athlétisme 6 pour cent, natation 2 pour cent, basket 1 pour cent.
- Etes-vous pour le sport obligatoire à l'école primaire: 93 pour cent, au lycée 92 pour cent, à l'université 81 pour cent, la maternelle 71 pour cent.
- Quelle est la solution pour augmenter la pratique du sport en France?  
Donner plus de place au sport, à l'école 50 pour cent. Augmenter le budget du Secrétariat d'Etat 32 pour cent. Augmenter les équipements sportifs 31 pour cent. Augmenter le nombre des animateurs 22 pour cent.
- La politique sportive: qui est responsable du sport en France: fédérations 33 pour cent, l'Etat 32 pour cent, le CNOSF 15 pour cent, sans réponse 20 pour cent.
- La politique actuelle du gouvernement favorise-t-elle une élite ou a-t-elle pour objectif la pratique du sport par le plus grand nombre? Favorise une élite 33 pour cent, pratique pour le plus grand nombre 38 pour cent; ne se prononcent pas 29 pour cent.
- Est-ce que d'après vous, on fait assez pour le sport en France? oui 20 pour cent, non 70 pour cent, sans avis 10 pour cent.

«L'Alsace, Mulhouse»