

LA GYMNASTIQUE



LES PRÉCURSEURS



Michel Brousse

L'ENTRAÎNEMENT ROMAIN

- L'ENTRAÎNEMENT PHYSIQUE CHEZ LES ROMAINS VISE UNE FORMATION CORPORELLE QUI PRÉPARE L'INDIVIDU AUX DIVERSES ÉPREUVES DES CAMPAGNES ET SURTOUT AU COMBAT
- HOPLITE : LANCE DORIEENNE (2,25 MÈTRES)
- CENTURION : GLAIVE DIT ESPAGNOL (50 CM). ARME D'ESTOC ET DE TAILLE
- L'ESCRIME EST PEU PRATiquÉE CHEZ LES GRECS. ELLE CONSTITUE LE MASSIF PRINCIPAL DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE ROMAINE



LE JEUNE SEIGNEUR

- JUSQUE À SEPT ANS, LE JEUNE SEIGNEUR REÇOIT UNE ÉDUCATION DOMESTIQUE AUPRÈS DES FEMMES DE LA MAISON
- PUIS, L'ENFANT NOBLE APPREND L'ÉQUITATION, L'ESCRIME ET LA CHASSE SOUS LA CONDUITE D'UN SERVITEUR DE CONFIANCE
- L'ESCRIME OU ESCRIME EST UNE FORME DE LUTTE EN ARME
- L'ESCRIME EST À ELLE SEULE UNE PRÉPARATION PHYSIQUE FRUSTRE ET GROSSIÈRE, BIEN MOINS SPÉCIFIQUE ET ARTIFICIELLE QU'ELLE NE LE DEVIENDRA PAR LA SUITE



L'ART ÉQUESTRE

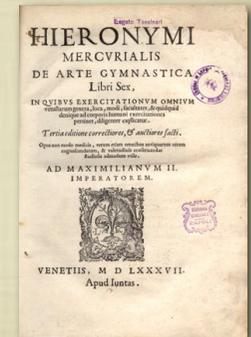
- L'APPARITION DES ARMES À FEU MODIFIE LA GUERRE À CHEVAL
- LE CAVALIER SUPPRIME LA LOURDE ARMURE ET DEVIENT BEAUCOUP PLUS MOBILE
- L'ÉQUITATION S'ORIENTE VERS UN ART DE PARADE OÙ LE CAVALIER FAIT EXÉCUTER DES EXERCICES D'ADRESSE AU CHEVAL



Michel Brousse

RENOUVEAU DE L'EXERCICE

- À LA RENAISSANCE, LES BIENFAITS DE L'EXERCICE PHYSIQUE SUR LE CORPS SONT RECONNUS DANS UNE PERSPECTIVE ÉDUCATIVE ET HYGIÉNIQUE
- LE MODÈLE EST CELUI DE L'ÉDUCATION ANTIQUE QUI MET L'ACCENT SUR
 - LA CULTURE DU CORPS ET
 - L'ÉQUILIBRE DES EXERCICES DU CORPS ET DE L'ESPRIT



NAISSANCE DES ACADÉMIES

- INSPIRÉES D'ITALIE, DES INSTITUTIONS SE CRÉENT POUR INSTRUIRE LA NOBLESSE FRANÇAISE
- L'ACADÉMIE PLUVIALE (1594) ASSOCIE LE MANÈGE À LA SALLE D'ARMES ET OFFRE UNE FORMATION HUMANISTE COMPLÈTE À CELUI QUI VEUT «ENTREPRENDRE LA CONDUITE D'UNE ÉCOLE DE VERTU»

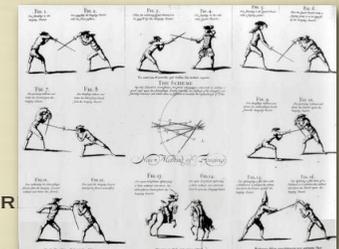


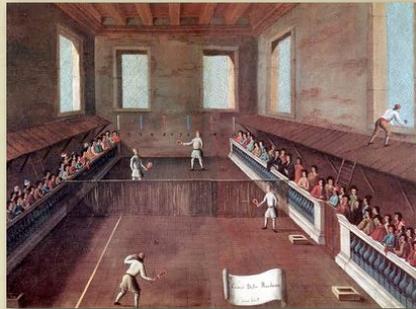
LOUIS XII, CÉLÈBRE ÉLÈVE DE L'ACADÉMIE PLUVINEL



CIVILISATION DES MŒURS

- PROGRESSIVEMENT, DES JEUX PLUS SUBTILS SE DÉVELOPPENT OÙ L'ADRESSE PREND LE PAS SUR LA FORCE (ESCRIME, JEU DE PAUME...)
- LES EXERCICES DU CORPS QUI ÉTAIENT PRINCIPALEMENT UNE PRÉPARATION À LA GUERRE PERDENT DE LEUR CARACTÈRE STRICTEMENT PRATIQUE ET UTILITAIRE
- L'IDÉE DE JEU DÉSINTÉRESSÉ SE DÉVELOPPE





JEAN-JACQUES ROUSSEAU

(1712-1778)

- EMILE OU DE L'ÉDUCATION 19762
- LA NATURE EST LE MEILLEUR GUIDE DE L'ÉDUCATION
- L'ÉDUCATION PHYSIQUE PRÉCÈDE L'ÉDUCATION INTELLECTUELLE CAR LE CORPS EST LE PREMIER INSTRUMENT DE LA CONNAISSANCE
- ELLE SERA NATURELLE ET SPONTANÉE. L'ENFANT DOIT S'EXERCER ET SE MOUVOIR, DÉVELOPPER SES SENS ET SON EFFICACITÉ



Michel Brousse

LE RETOUR À LA NATURE

- LA SOCIÉTÉ A TRANSFORMÉ LA NATURE HUMAINE. ELLE A DÉFORMÉ L'HOMME ET LUI FAIT VIVRE UNE EXISTENCE POUR LAQUELLE IL N'EST PAS FAIT
- LA NATURE PERMET «L'ÉQUILIBRE DU POUVOIR ET DU DÉSIR». ROUSSEAU PROPOSE DE TRANSFORMER LES CONDITIONS ACTUELLES DE VIE EN Y TRANSPORTANT LES DÉTERMINATIONS ESSENTIELLES DE L'ÉTAT DE NATURE
- IL S'AGIT DE REDONNER LE CARACTÈRE NATUREL DES RAPPORTS ENTRE LES HOMMES ET LES CHOSES, ET ENTRE LES HOMMES EUX-MÊMES
- LE RETOUR À L'ÉTAT DE NATURE NE PEUT SE RÉALISER QU'EN PRENANT L'ENFANT LE PLUS TÔT POSSIBLE, AVANT QU'IL NE SUBISSE LES EFFETS DE LA SOCIÉTÉ. LE PRÉCEPTEUR DIRIGE LA CONSCIENCE DE L'ENFANT, ET LE MILIEU PHYSIQUE ET SOCIAL EST ADAPTÉ À CELUI-CI

CITATION

- «POUR APPRENDRE À PENSER, IL FAUT EXERCER NOS MEMBRES, NOS SENS, NOS ORGANES QUI SONT LES INSTRUMENTS DE NOTRE INTELLIGENCE. IL FAUT QUE LE CORPS QUI LES FOURNIT SOIT ROBUSTE ET SAIN.»
- «EXERCEZ LES ENFANTS AUX ATTENTES QU'ILS AURONT À SUPPORTER UN JOUR. ENDURCISSEZ LEURS CORPS AUX INTEMPÉRIES DES SAISONS, DES CLIMATS, DES ÉLÉMENTS, À LA FAIM, À LA SOIF, À LA FATIGUE.»

LA SOCIÉTÉ DE COUR

- LOUIS XIV RÈGNE DE 1661 À 1715
- SES GOÛTS SONT DÉTERMINANTS DANS L'ÉVOLUTION DES PRATIQUES
- D'ABORD ATTIRÉ PAR LE JEU DE PAUME, LE ROI SOLEIL S'INTÉRESSE EN SUITE AU BILLARD (114 JEUX DE PAUME À PARIS EN 1657, 10 EN 1780)
- LES GOÛTS DE LA NOBLESSE VONT VERS
 - LA CHASSE À COURRE (INACCESSIBLE AU VULGAIRE), L'ÉQUITATION, L'ESCRIME, LES JEUX DE SALON



«CE QUI FAIT TANT MÉPRISER AUJOURD'HUI LES EXERCICES EST QU'ILS NE SERVENT NI À ACQUÉRIR DE L'HONNEUR NI À GAGNER DE L'ARGENT»

ABBÉ FLEURY, PRÉCEPTEUR DU PRINCE DE CONTI, TRAITÉ DU CHOIX ET DE LA MÉTHODE DES ÉTUDES, 1675



Michel Brousse

LE XIX^E SIÈCLE



INFLUENCES ÉTRANGÈRES



PESTALOZZI JOHANN-HEINRICH

- JOHANN HEINRICH PESTALOZZI (1746-1827) EST UN DISCIPLE DE JEAN-JACQUES ROUSSEAU
- IL CRÉE EN SUISSE UNE ÉCOLE POUR ENFANTS ABANDONNÉS DANS LA QUELLE IL IMPOSE DES EXERCICES DE GYMNASTIQUE CONFORMES "À L'ORDRE DE LA LIBRE NATURE" (EXERCICES PRÉMILITAIRES D'ORDRE, DE MARCHÉ...)
- IL CONSACRE SA VIE À L'ÉDUCATION EN CRÉANT PLUSIEURS ÉCOLES ET INSTITUTS POUR LES ENFANTS DÉFAVORISÉS



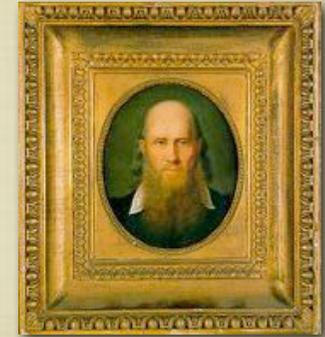
PESTALOZZI JOHANN-HEINRICH

- SA NATURE ANIMALE CONDUIT L'HOMME VERS LE MAL
- «L'HOMME ABANDONNÉ À LUI-MÊME EST NATURELLEMENT PARESSEUX, IGNORANT IMPRÉVOYANT, IRRÉFLÉCHI, LÉGER, CRÉDULE, PEUREUX ET PLEIN DE DÉSIRS SANS BORNE. ET, AVEC CELA, LES DANGERS QUE RENCONTRE SA FAIBLESSE ET LES OBSTACLES QUI S'OPPOSENT À SES DÉSIRS LE RENDENT TORTUEUX, ASTUCIEUX, RUSÉ, MÉFIANT VIOLENT, AUDACIEUX, VINDICATIF ET CRUEL»
- LE BUT DE L'ÉDUCATION EST DE DIRIGER L'HOMME VERS LE BIEN, C'EST À DIRE LUI RÉVÉLER SA NATURE DIVINE ET L'ENTRAÎNER À DOMINER SA NATURE ANIMALE, À L'INTÉRIEUR ET ENTRE CHAQUE COMPOSANTE DE LA NATURE HUMAINE
- TOUTE ÉDUCATION INTÈGRE L'ÉDUCATION PHYSIQUE EST INDISPENSABLE POUR LE CORPS, L'ÉDUCATION MORALE ET L'ÉDUCATION INTELLECTUELLE



JAHN FREIDRICH-LUDWIG

- EN ALLEMAGNE, FREIDRICH LUDWIG JAHN (1778-1852) CRÉE UNE MÉTHODE DE GYMNASTIQUE À VISÉE MILITAIRE ET NATIONALISTE, LE "TURNEN"
- L'ÉDUCATION EST AU SERVICE DE LA MORALE ET DE LA COMMUNAUTÉ ALLEMANDE
- LE STADE DOIT RÉUNIR DES CITOYENS DANS LE BUT D'UNIFIER LA PATRIE
- JAHN EST LE FONDATEUR DE LA GYMNASTIQUE ACTUELLE



Michel Brousse

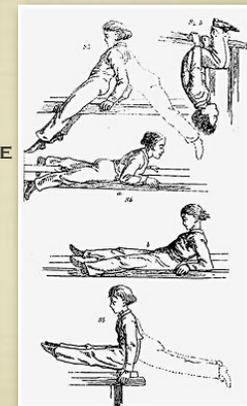
JAHN FREIDRICH-LUDWIG

- "LA GYMNASTIQUE DOIT RÉTABLIR L'ÉQUILIBRE ENTRE LE CORPS ET L'ESPRIT QUE LA CIVILISATION MODERNE A ROMPU"
- LE "TURNEN" EST DÉFINI PAR : LE RÉALISME CORPOREL, LA VIRILITÉ, UNE ÉDUCATION COLLECTIVE REPLAÇANT L'INDIVIDU DANS LA CULTURE DE SON PAYS ET DÉVELOPPANT LA SOLIDARITÉ ET LE SENTIMENT NATIONAL



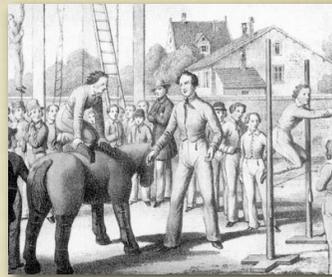
LE «TURNEN»

- 300 SOCIÉTÉS EN 1850, 1934 EN 1865
- MARCHÉ, COURSE, SAUT, ÉQUILIBRES LUTTE, GRIMPER, LANCER, PORTER, BARRE FIXE, BARRES PARALLÈLES (NOMBREUX APPAREILS)
- LIEUX DE PRATIQUE OUVERTS À TOUS, COURS GRATUITS, UNIFORME ET INSIGNES, FORMATIONS D'ENSEMBLE (FÊTES, GRANDS RASSEMBLEMENTS)



LE «TURNEN»

- JAHN EST “L’INVENTEUR” DE LA BARRE-FIXE, DES BARRES PARALLÈLES, DU CHEVAL D’ARÇONS AINSI QUE DES MOUVEMENTS D’ORDRE EXÉCUTÉS EN GROUPE



CITATION

- «CERTES LA GYMNASTIQUE DE JAHN ÉTAIT VIOLENTE, ELLE NE TENAIT PAS ASSEZ COMPTE DE LA SCIENCE ET NÉGLIGEAIT LE DÉVELOPPEMENT HARMONIEUX DU CORPS; ELLE OUBLIAIT LES FAIBLES ET LES DÉBILITÉS, MAIS IL N’EN EST PAS MOINS VRAI QUE JAHN A SU DÉCOUVRIR, À L’ÉPOQUE DES PERRUQUES POWDRÉES ET DE L’HABIT À QUEUE, QUELQUES-UNES DES IDÉES FÉCONDES QUE LES THÉORICIENS D’AUJOURD’HUI ONT REPRISSES OU QU’IL LEUR A FALLU À NOUVEAU DÉCOUVRIR
- IL A COMPRIS QUE LA GYMNASTIQUE ÉTAIT NÉCESSAIRE AU DÉVELOPPEMENT DE L’ENFANT ET À L’ENTRAÎNEMENT DE L’ADULTE, IL A VU QU’ELLE DEVAIT REPLONGER L’HOMME DANS LE SEIN DE LA NATURE, QU’ELLE DEVAIT ÊTRE FONCTION DE LA RACE, DU CLIMAT, DU MILIEU, IL A PRÉVU QUE LE STADE SERAIT UNE ÉCOLE DE LIBERTÉ, DE GAÏTÉ, DE MORALITÉ. “ALERTE, LIBRE, PIEUX ET GAI” TELLE EST LA DEVISE DU GYMNASTE DISAIT-IL.»

REVUE L’ÉDUCATION PHYSIQUE, 1923



Michel Brousse

PROMOTEURS FRANÇAIS

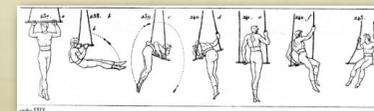


FRANCISCO AMOROS



1740-1848

- NÉ EN ESPAGNE, COLONEL DE L’ARMÉE ESPAGNOLE, NATURALISÉ FRANÇAIS EN 1816. FILS DU MARQUIS DEL SOTILLO (LA NOBLESSE FAMILIALE REMONTE AU XVI^E SIÈCLE)
- INFLUENCÉ PAR LES THÉORIES DE PESTALOZZI, IL DIRIGE L’INSTITUT PESTALOZZI À MADRID
- AMOROS EST LE FONDATEUR DES PREMIÈRES INSTITUTIONS CONSACRÉES À L’ENSEIGNEMENT DE LA GYMNASTIQUE. EN 1820, IL DIRIGE À PARIS LE GYMNASSE NORMAL MILITAIRE ET CIVIL, PREMIER ÉTABLISSEMENT PUBLIC DESTINÉ MILITAIRES ET AUX ENFANTS DES ÉCOLES



FRANCISCO AMOROS

- FRANCISCO AMOROS EST LE FONDATEUR DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE EN FRANCE
- CONVAINCU DE LA VERTU DE L'EXERCICE PHYSIQUE, IL EN DÉFEND L'UTILITARISME (DOCTRINE QUI FAIT DE L'UTILE, DE CE QUI SERT À LA VIE OU AU BONHEUR, LE PRINCIPE DE TOUTES LES VALEURS DANS LE DOMAINE DE LA CONNAISSANCE COMME DANS CELUI DE L'ACTION).
- CE SONT ESSENTIELLEMENT LES BÉNÉFICES SANITAIRES ET HYGIÉNIQUES ET LES PROCÉDÉS MILITAIRES SUSCEPTIBLES D'AMÉLIORER LES QUALITÉS PHYSIQUES DES SOLDATS QUI RETIENNENT L'ATTENTION DES AUTORITÉS



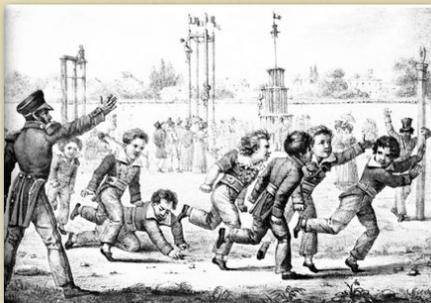
Michel Brousse

FRANCISCO AMOROS

- AMOROS DÉVELOPPE UNE GYMNASTIQUE À ORIENTATION MILITAIRE MAIS DESTINÉE À FORMER UN HOMME COMPLET
- IL CRÉE LA "FEUILLE PHYSIOLOGIQUE" POUR CONTRÔLER LES EFFETS DE L'ENTRAÎNEMENT. C'EST LA PREMIÈRE TENTATIVE D'UNE RELATION THÉORIE-PRACTIQUE CONCERNANT L'ÉVALUATION DE L'EXERCICE PHYSIQUE
- SES IDÉES AURONT UNE INFLUENCE TRÈS IMPORTANTE DANS L'ARMÉE
- AMOROS AFFIRMAIT: «IL FAUT AMUSER LES ÉLÈVES CAR ON NE PEUT PAS ENSEIGNER BIEN UNE CHOSE QUELCONQUE EN ENNUYANT»



CITATION



LE GYMNASÉ NORMAL MILITAIRE ET CIVIL PARIS, 1840

«LA GYMNASTIQUE EST LA SCIENCE RAISONNÉE DE NOS MOUVEMENTS, DE LEURS RAPPORTS AVEC NOS SENS, NOTRE INTELLIGENCE, NOS SENTIMENTS, NOS MŒURS ET LE DÉVELOPPEMENT DE NOS FACULTÉS. LA GYMNASTIQUE COMPREND LA PRATIQUE DE TOUS LES EXERCICES QUI TENDENT À NOUS RENDRE PLUS COURAGEUX, PLUS INTRÉPIDES, PLUS FORTS, PLUS INDUSTRIEUX, PLUS ADROITS, PLUS VÉLOCES, PLUS SOUPLES OU PLUS AGILES.»

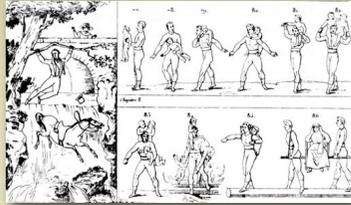


CITATION

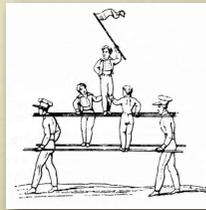
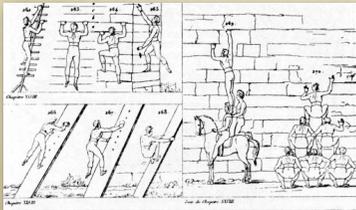


LES EXERCICES ÉLÉMENTAIRES SONT ACCOMPAGNÉS DE CHANTS POUR DÉVELOPPER LA VOIX,
-MARCHER, COURIR SUR TERRAINS ENCOMBRÉS, GLISSER, PATINER, FAIRE DES COURSES LONGUES
-SAUTER EN PROFONDEUR, LARGEUR, LONGUEUR, HAUTEUR DANS TOUTES LES DIRECTIONS À L'AIDE D'UN BÂTON, D'UNE PERCHE, D'UN FUSIL OU D'UNE LANCE
-FAIRE DES ÉQUILIBRES, PASSER SUR DES PIQUETS, DES POUTRES FIXES OU VACILLANTES





- PASSER DES RIVIÈRES OU DES PRÉCIPICES À L'AIDE D'UN TRONC D'ARBRE, D'UNE PERCHE OU D'UN PONT ÉTROIT SANS GARDE-FOU...
- FRANCHIR DES BARRIÈRES, DES MURS, DES FOSSÉS... PORTANT UN FARDEAU, UN MALADE...
- LUTTER DE PLUSIEURS FAÇONS POUR DÉVELOPPER LA FORCE MUSCULAIRE, L'ADRESSE DU CORPS, LA RÉSISTANCE À LA FATIGUE ET TRIOMPHER DE SON ADVERSAIRE... VACILLANTES



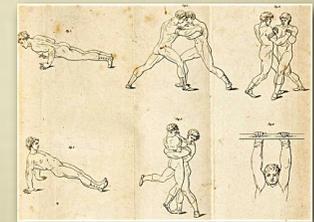
Michel Brousse

CLIAS PHOKION HENRICH

- SUISSE PAR SON PÈRE, FRANÇAIS PAR SA MÈRE
- INSPECTEUR POUR LES ÉCOLES PRIMAIRES DE PARIS
- DEUX IDÉES DIRECTRICES:
 - LA NATURE EST LE MEILLEUR DES MAÎTRES
 - LA GYMNASTIQUE DOIT ÊTRE UTILE DANS LE CONTEXTE DE LA VIE EN SOCIÉTÉ



1782-1854



CLIAS PHOKION HENRICH



LA GYMNASTIQUE DOIT TENDRE AVANT TOUT À L'UTILITÉ DANS LE CONTEXTE PRÉCIS DE LA VIE EN SOCIÉTÉ. PARCE QU'ELLE EST NATURELLE, LA GYMNASTIQUE SERA POUR TOUS LES ÂGES, POUR TOUTES LES CONSTITUTIONS. PARCE QU'ELLE SE VEUT UTILE ET QUE L'ON CONSIDÈRE QUE L'ADULTE DOIT ÊTRE CAPABLE D'ÉCHAPPER À TOUS LES PÉRILS - INCENDIES, ACCIDENTS DE VOYAGE, NAUFRAGES-, ELLE PROPOSERA AU-DELÀ DES EXERCICES ÉLÉMENTAIRES DICTÉS PAR LA NATURE, DES "EXERCICES COMPLIQUÉS" FAISANT APPEL À UN APPAREILLAGE.



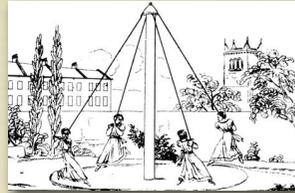
INVENTAIRE DES EXERCICES

- DÉVELOPPEMENT DES PROCÉDÉS DE MARCHÉ
9 PROCÉDÉS ; 14 EXERCICES DE COURSE; 21 MANIÈRES DE SAUTER...
- DÉVELOPPEMENT DES MEMBRES SUPÉRIEURS
MOUVEMENTS VARIÉS; EXERCICES AVEC BÂTON, TRIANGLE...
- ANALYSE DES MOUVEMENTS COMPLIQUÉS
8 MANIÈRES DE MONTER AU MÂT DE COCAGNE, À L'ÉCHELLE DE CORDE; EXERCICES DE LUTTE; JET DE PIERRE; VOLTIGE SUR CHEVAL, TIR SUR CIBLE, NATATION...



LA CALLISTHÉNIE

- CLIAS DÉVELOPPE LA “CALLISTHÉNIE POUR LES JEUNES FILLES”
- IL PRÉVOIT UNE GYMNASTIQUE DE TRAITEMENT DES DÉVIATIONS DE LA COLONNE VERTÉBRALE ET UNE GYMNASTIQUE DE L'ENFANT ET DU NOURRISSON
- LA GYMNASTIQUE DE CLIAS RESTE PROCHE DE CELLE D'AMOROS



EXTRAIT

«CE QUI DISTINGUE LA MÉTHODE DE M. CLIAS, C'EST D'ABORD UNE SIMPLICITÉ DES MOYENS QUI LA REND APPLICABLE MÊME DANS LES ÉCOLES DE VILLAGE. ELLE PRÉSENTE UN SYSTÈME D'EXERCICES GRADUÉS QUI SANS DANGER, SANS APPAREILS DISPENDIEUX ET COMPLIQUÉS, FAVORISENT LE DÉVELOPPEMENT DES ORGANES, ACCROISSENT LES FORCES MUSCULAIRES, DONNENT AUX MEMBRES DE LA SOUPLESSE, AU CORPS UNE CONSTITUTION SAINE ET ROBUSTE. CES EXERCICES PRENNENT L'HOMME À SON ENTRÉE DANS LA VIE ET LE CONDUISENT À L'ÂGE VIRIL. DÉGAGÉS DE TOUTE EXAGÉRATION, ILS CONVIENNENT AUX DEUX SEXES ET À TOUS LES ÂGES.»

RAPPORT DU RECTEUR DE L'ACADÉMIE DE BESANÇON AU
MINISTRE DE L'INSTRUCTION PUBLIQUE, 8 AVRIL 1842



Michel Brousse

TRIAT ANTOINE-HIPPOLYTE

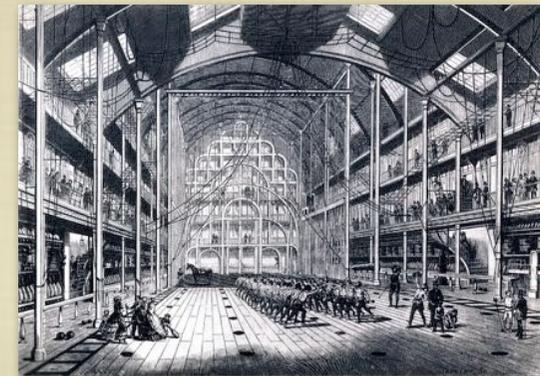
1813-1881



- NÉ À NÎMES, ORPHELIN À L'ÂGE DE 4 ANS, VOLÉ PAR DES BOHÉMIENS PUIS VENDU À DES FORAINS ITALIENS
- TRIAT DEVIENT BANQUISTE (EXERCICES DE FORCE, POSES...)
- OUVRE UN PREMIER GYMNASSE PRIVÉ À BRUXELLES PUIS UN AUTRE À PARIS



LE GYMNASSE TRIAT



“DÉVELOPPER LES FORMES, REMÉDIER AUX INFIRMITÉS LOCALES OU ACCIDENTELLES, RÉTABLIR LA SANTÉ ET L'ENTREtenir, FORTIFIER LES ORGANES, DONNER LA SOUPLESSE ET LA GRÂCE... TELLE EST LA MISSION DU BON GYMNASIARQUE.”



TRIAAT ANTOINE-HIPPOLYTE

- TRIAAT EST UN DES PREMIERS À METTRE EN PLACE UNE GYMNASTIQUE À FINALITÉS NON MILITAIRES
- IL DÉVELOPPE UNE GYMNASTIQUE PRIVÉE
- TRAIT EST UN DES PRÉCURSEURS DE LA GYMNASTIQUE ORTHOPÉDIQUE ET DE L'HYDROTHERAPIE

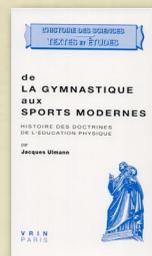
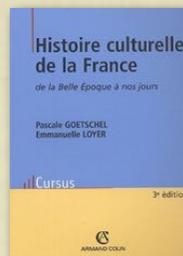


Michel Brousse

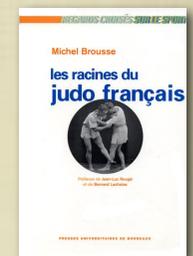
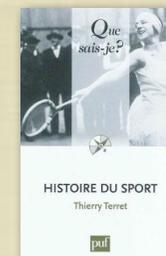
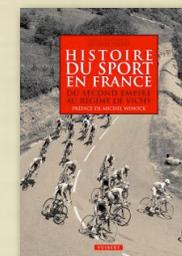
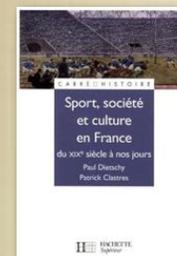
BIBLIOGRAPHIE



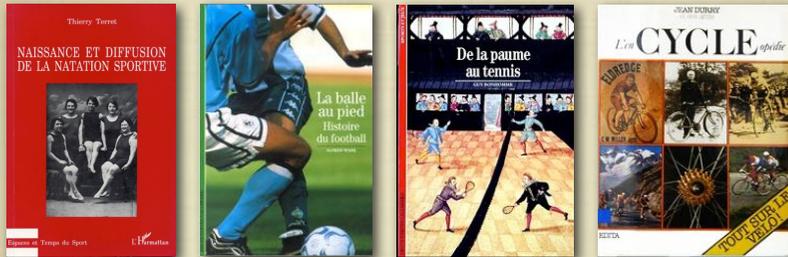
BIBLIOGRAPHIE



BIBLIOGRAPHIE



BIBLIOGRAPHIE



MERCI DE VOTRE ATTENTION



Michel Brousse