



**II^{me} CONGRÈS INTERNATIONAL
DE TECHNIQUE GYMNIQUE
ET SPORTIVE**

ORGANISÉ A LIÈGE
(BELGIQUE) PAR LA

F. S. S.

**LES 16-18 AOUT
1 9 3 9**

A L'OCCASION DE
L'EXPOSITION INTERNATIONALE ET DE LA XVIII^e
FÊTE FÉDÉRALE Socialiste Belge de GYMNASTIQUE
sous le Patronage de la "Commission des Congrès."

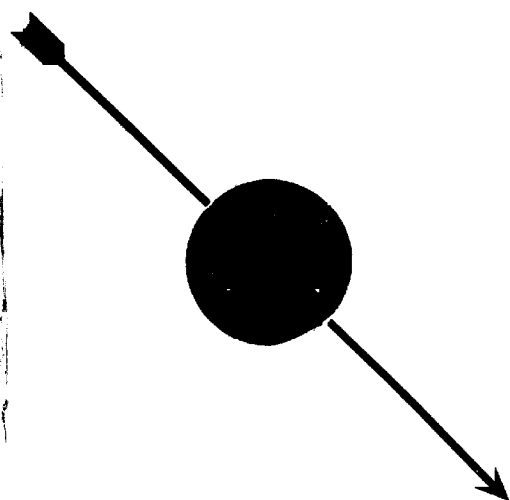
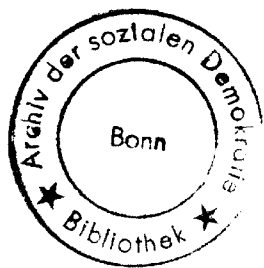
RAPPORT No 5

**Les Exercices
physiques
du Travailleur**

par **J. Devlieger,**
Directeur technique de la
F. S. B. de Gymnastique

0615

A80-10615



**II^{me} CONGRÈS INTERNATIONAL
DE TECHNIQUE GYMNIQUE
ET SPORTIVE**

ORGANISÉ A LIÈGE
(BELGIQUE) PAR LA

F. S. S.

**LES 16-18 AOUT
1 9 3 9**

A L'OCCASION DE
L'EXPOSITION INTERNATIONALE ET DE LA XVIII^e
FÊTE FÉDÉRALE Socialiste Belge de GYMNASTIQUE
sous le Patronage de la "Commission des Congrès.,

RAPPORT No 5

**Les Exercices
physiques
du Travailleur**

par **J. Devlieger,**
Directeur technique de la
F. S. B. de Gymnastique

Il y a dix ans à Liège

SANS minimiser l'importance des premiers résultats obtenus par notre organisation, suite aux efforts qu'avec de nombreux amis nous avons déployés avant le XVI^me Congrès de notre Fédération Socialiste Belge de Gymnastique tenu à Liège, les 28 et 29 septembre 1929, nous pouvons affirmer que celui-ci constitua le véritable point de départ d'une conception fédérale nouvelle, née de notre expérience commune et de nos nombreux contacts avec des dirigeants de Fédérations de Gymnastique et d'Instituts d'Education Physique, tant en Belgique même qu'à l'étranger.

C'est cette conception qui vient de triompher, si simplement et si naturellement, au cours des manifestations inoubliables faisant corps avec notre XVIII^me Fête Fédérale Socialiste Belge de Gymnastique, ces 13-15 août, et desquelles nous tirerons hors pair le « Gala de Gymnastique » au Palais des Fêtes de l'Exposition, le Cortège du 15 août, la « Fête de masse » et la « Parade Sportive ».

Pour le présent exposé, il nous suffira amplement de revenir aux arguments présentés par nous en 1929 ; pour nous, ils fourniront la preuve que pour 90 % nous avions vu juste et que le Congrès, en les approuvant, nous a donné une base sérieuse sur laquelle il nous est aisé de construire.

Que disions-nous en 1929 ?

Reprenons nos propres paroles d'alors en les précisant et nous constaterons avec joie que la *charte* de Liège peut et doit rester longtemps encore le guide de tous nos dirigeants et techniciens.

Voyons ensemble, voulez-vous ?

α) Notre gymnastique sera une gymnastique pour la masse

Chacun doit bien être convaincu qu'il n'y a pas là une affirmation lancée à la légère, pour les besoins de la cause, mais qu'il s'y trouve l'expression d'une conception devant, par la suite, peser sur toute notre action.

Cela ne veut pas dire que nous refuserons, à certains moments, de travailler au développement d'individualités brillantes, mais bien que nous ne songerons à cela qu'en raison des avantages que nous y trouverons pour la poursuite du but que nous nous sommes assignés dans l'intérêt de TOUS.

Nos moniteurs doivent, en tout temps, se pénétrer de cette vérité :

A ne jeter leurs regards que sur les performances individuelles visant l'extraordinaire, on oublie le gros de la troupe qui, finalement découragé, tourne le dos à la société et aux exercices physiques.

Peu de gymnastes sont aptes à jouer les premiers rôles ; appliquons nos efforts à la formation de « chœurs » au sein desquels la masse y trouvera son compte en joie et en santé.

Soignons les individuels s'ils sortent de la masse et apprécions d'autant plus leur valeur s'ils constituent le fruit d'une formation générale portant sur l'ensemble de nos affiliés.

b) La gymnastique du travailleur sera scientifique

Les plus grands hommes de science sont, à certains égards, des empiristes qui ne s'ignorent pas.

Ce qui ne veut pas dire qu'il faut, en éducation physique, tout baser sur l'expérience, le hasard et l'improvisation, *bien au contraire*.

Si nous revenons sur ce sujet, c'est bien plutôt pour avoir l'occasion d'affirmer à nouveau que notre technique n'a pas à s'égarer dans des démonstrations à caractère soi-disant scientifique et qui, mises à nu, apparaissent comme

n'ayant aucune utilité pratique dans notre action journalière.

Heureusement d'ailleurs, la science, la seule qui compte pour nous, est assez clairvoyante que pour se présenter à nous en amie, tolérante, avec le seul et exclusif souci de nous rendre service, de nous aider.

Le mieux est l'ennemi du bien !

Expliquez donc en termes accessibles, à nos moniteurs, que si la structure d'un organe vivant détermine sa fonction, la fonction modifie à son tour cette structure ; donnez-leur des moyens faciles de reconnaître ce qui peut être utile ou nuisible ; formons-les à l'esprit de recherche, de comparaison ; amenons-les à ne rejeter les indications d'aucune expérience, d'où quelle vienne ; qu'ils soient gagnés à la critique positive et admettent qu'ils ne sont pas les seuls à posséder la vérité, et nous verrons alors que tout ira pour le mieux au sein de nos groupes de gymnastique.

Sans paradoxe : ce sera la victoire du véritable entendement scientifique !

Pour le fond, nous nous en sommes expliqués déjà l'an dernier, au cours de notre « Week-End » d'études, si réussi, de Wégimont.

Nous renvoyons particulièrement nos amis au chapitre du syllabus traitant de notre gymnastique de *mouvement*, de la règle fondamentale de la *simplicité naturelle*, de la *loi du rythme* et de la qualité de nos exercices devant conduire aussi à l'*aptitude à l'effort*.

Etre utile ! Voilà ce que le phare de la science doit faire de chacun d'entre nos moniteurs !

Passé ce stade élémentaire, il reste encore suffisamment de place pour de belles choses, mais, craignons d'y perdre notre âme et notre raison d'être !

c) Elle sera souple et joyeuse

Nous disions aussi en 1929 : « Pas de commandement militaire ».

Tous nos amis d'alors ont compris et comprennent encore très bien ce que nous entendions par là.

Il s'agissait, non pas de réprover tout commandement donné par un « citoyen » revêtu d'un uniforme, mais bien d'écarter à jamais une conception du commandement et de la gymnastique destinée à transformer le jeune gymnaste en véritable automate.

Fort heureusement, de ce côté, nous avons obtenu gain de cause et, même à l'armée, tout au moins dans les sphères dirigeantes, on a fait la preuve d'un retour à une plus saine conception.

Notre discipline sera d'autant plus productive qu'elle sera libre et naturelle.

Nous savons qu'il n'est guère commode de diriger les hommes en les considérant comme tels : dès qu'on y parvient cependant, on est armé pour réaliser des choses qu'on ne pourra jamais obtenir d'une discipline à l'emporte-pièce.

L'éducateur qui veut être bon risque souvent d'être une victime ; n'empêche que nous préférons vaincre par la bonté, dussions-nous en supporter les désagréments.

De l'action, du mouvement, de la vie, voilà les éléments qui touchent le cœur de la jeunesse !

Souple et joyeuse, cela veut dire aussi, *éduquer en amusant*.

d) **Elle combattra énergiquement les résultats néfastes des attitudes professionnelles défectueuses**

Sans doute, car, sans cela, serait-elle encore la gymnastique du travailleur ?

Tous nous connaissons assez les effets déprimants, tant pour le physique que pour le moral, du travail à la chaîne, du « tempo » moderne, de la vaine agitation qui nous emporte tous en un tourbillon irrésistible.

Notre gymnastique doit, autant que faire se peut, redresser tout cela et nous rendre un peu de ce *mouvement naturel* qui nous est si utile et dont nous nous laissons trop facilement priver.

Que les *mouvements* de notre gymnastique constituent l'*antidote* à notre civilisation trop « les nerfs en boule ».

Ce qui revient à dire que notre gymnastique doit s'abstenir d'ajouter une *mécanisation* supplémentaire à celle dont nous souffrons déjà.

e) **Elle ne s'opposera pas au sport, elle en constituera la base en le précédant**

Les mots ne doivent pas nous effrayer !

Depuis plus d'un quart de siècle, nous remuons les milieux ouvriers ; nous demandons la création de terrains de jeux, de sports, de bassins de natation et de salles de gymnastique, etc.

Les résultats, de plus en plus conséquents, démontrent que notre propagande a été efficace et productive.

Deux constatations importantes sautent cependant aux yeux :

1° Ayant demandé pour les travailleurs, de l'air, de l'eau et du soleil, nos camarades veulent à présent en faire leur profit ;

2° Cela étant, reconnaissons que, dans de nombreux cas, nous n'avons su adapter notre pratique à une évolution dont nous avons notre part et qui doit grandement nous réjouir.

Quand nous affirmons que notre système de gymnastique doit embrasser, en plus des exercices qui lui sont propres, les jeux, l'athlétisme léger et la natation, nous avons la conviction d'être dans le vrai.

Alors, tous ensemble, il nous reste à en *tirer les conséquences* et à *agir* !

Nous connaissons plusieurs de nos grands clubs qui, ayant expérimenté ce système depuis longtemps, en sont très heureux, et ne demandent qu'à être épaulés, suivis.

La vie de 1939 n'est plus du tout celle de 1904, date de notre fondation...

Il y a les huit heures, les lois sociales, les vacances : on a évolué !

Nous devons revoir notre programme d'action afin qu'il soit conforme aux besoins actuels que

nous avons d'ailleurs prévus. Il nous faut, nous aussi, donner des vacances à nos éléments, ou plutôt voir à les organiser nous-mêmes en établissant un nouveau calendrier de notre activité, de nos fêtes et grandes manifestations.

Ainsi, nous répondrons aux exigences du temps et nous aurons créé une base de plus en plus solide pour, avec le concours de notre gymnastique, permettre aux sports de se développer avec chance de succès.

f) De la compétition

La compétition, base de toute émulation, peut être nécessaire !

Mais, là encore, il faut s'entendre !

Les sports — comme élément d'activité physique — augmentent l'énergie et fortifient la volonté chez l'homme. Le sportif apprend à dominer ses réflexes, à économiser ses forces, à conserver son sang-froid ; il s'habitue à voir le danger de face et à se jouer des difficultés. La grande valeur du sport consiste en ce qu'il n'amène pas seulement l'accroissement des forces physiques, mais également des qualités intellectuelles et morales qui contribuent, avec la santé, à faire l'homme complet.

Le sport est une école précieuse pour la formation du caractère, le développement de l'esprit de collaboration, de confiance dans ses moyens propres et dans ceux de l'équipe.

En ce sens, *et seulement alors*, le sport est nôtre et mérite notre appui !

Cela justifie d'autre part les activités de la gymnastique sportive, dite artistique ou olympique !

Mais n'oublions jamais que :

La Grèce a payé cher l'ivresse qui lui fit défier ses grands athlètes et transformer le peuple en populace !

Rome s'effondra dès que les vices eurent la suprématie et que les masses populaires se nourrissent exclusivement des jeux du cirque, des combats d'animaux et des gladiateurs !

A ces rappels, ajoutons que le sport des temps modernes, *célébrant le fort et négligeant le faible*, avec ses excès et ses déviations multiples, nous apparaît très discutable et devant pour le moins s'appliquer à un sérieux examen de conscience.

Pour nous, la compétition doit mettre chacun en lutte contre soi-même pour la conquête de performances physiques moyennes et honorables.

Notre compétition, même si elle permet à des individuels de sortir du rang, doit faire sienne la pensée qui veut que c'est avant tout le travail sur la masse qui est porteur et créateur de culture.

Le sport doit réunir et non diviser !

Il doit être humain et non générateur de mentalités impérialistes !

Notre compétition doit réunir les hommes pour un travail en commun et, par des combats pacifiques, les conduire vers une nouvelle humanité !

Les exercices physiques du travailleur, avec ou sans compétition, ont à s'inspirer de ce qui précède s'ils veulent conserver la confiance générale et prétendre à une plus grande et méritée extension.

g) Ne soyons pas exclusifs

Méprisables sont les dirigeants sportifs qui, affublés d'ocellères, ne voient et ne vivent que pour les exercices physiques et les sports !

Si la santé physique a son prix inestimable, il faut sans cesse affirmer que la vie comprend d'autres valeurs, notamment les biens du cœur et de l'esprit !

Conducteurs d'hommes, nos dirigeants de groupes et nos moniteurs supportent de très lourdes responsabilités. Prenant l'homme dès sa plus tendre enfance, ils doivent le conduire pendant de longues années et en faire une véritable personnalité.

Or ceci suppose autre chose que des exercices physiques et du sport...

Chacun doit savoir se débrouiller dans la vie : jouer à la vedette sportive en oubliant de se perfectionner dans un métier, n'a rien d'utile pour l'individu en lui-même, pas plus que pour la société.

Chacun doit ouvrir son cerveau et son cœur aux connaissances et aux sensations que peuvent nous procurer la vue d'un tableau et d'une sculpture de maître ; l'écoute d'un chef-d'œuvre musical ; la visite d'un musée ou d'une ville ancienne ; le langage du ruisseau, de la rivière, du fleuve ou de la mer ; la traversée d'un bois et le voisinage de la forêt.

Nous devons les aimer et faire apprécier le beau théâtre, le cinéma instructif, voir amusant, les bibliothèques.

Nous devons former des hommes avec la conscience que, plus tard, les rencontrant dans la vie, nous pourrions passer devant eux, tête haute, n'ayant rien à nous reprocher à leur égard et méritant au contraire un peu de leur reconnaissance.

Faire des hommes, oui, mais des hommes harmonieusement constitués, tant physiquement, que moralement et intellectuellement !

h) Pour les enfants du travailleur

Pour nous, un point reste acquis : les enfants de travailleurs, tout autant et plus encore que les autres, doivent pouvoir bénéficier des bienfaits que procurent les exercices physiques en général et leurs compléments : air, eau et soleil !

La pédagogie infantine se caractérise par des éléments que nous devons avoir toujours présents à l'esprit : amour du changement ; spontanéité ; chez les uns, mépris du danger voisinant avec timidité excessive chez d'autres ; penchant marqué vers les formes jouées, sont autant de facteurs à employer tantôt dans un sens, plus tard dans un autre.

Mais, pédagogues nés, nos moniteurs savent par expérience trouver assez aisément les formules qui conviennent à des tempéraments souvent si différents et exigeant des moyens de

discipline variant presque avec chaque individualité.

On sait que la littérature traitant de la gymnastique infantine devient de plus en plus riche et que nos camarades ne manquent pas d'y avoir recours.

Tout ce que nous avons dit déjà sur les exercices physiques pour les adultes, peut, en général, et après adaptations indispensables, s'appliquer à nos enfants. C'est ainsi que nous approuvons les Finlandais quand ils organisent très tôt la pratique de l'athlétisme léger et de la natation par les enfants en âge d'école. Dans des mains expertes, cela ne peut que réserver profits et richesses en promesses pour l'avenir.

Mettons cependant nos camarades en garde : l'enfant, que nous savons très résistant et apte à fournir parfois des efforts incroyables, ne doit jamais aller trop vite en besogne ; il ne doit pas être considéré comme un adolescent constituant une édition abrégée de l'adulte, mais plutôt à l'égal d'un être délicat en constante évolution.

Si les exercices physiques sont un besoin impérieux pour l'adolescent, que jamais les forces dépensées à ce titre ne soient empruntées à celles qui devaient fournir les éléments utiles d'une croissance naturelle.

Gardons-nous sévèrement d'*accaparer trop complètement l'attention des enfants* et adolescents par l'organisation de compétitions sportives. Trop impressionnables, ces sportifs en herbe, en arrivent inconsciemment mais sûrement à malmener des choses très importantes pour eux, et notamment leurs études.

La sagesse est ici de rigueur : *Si le sport est le langage préféré de la jeunesse, à nous de faire qu'elle n'en parle qu'à bon escient !*

i) Pour la femme

Anatomiquement et physiologiquement, femme et homme sont assez différents que pour justifier des systèmes différents d'éducation.

Certes, la femme peut, avec plus ou moins de succès, pratiquer la plupart des exercices physiques exécutés par les hommes. En général

cependant, les performances féminines seront toujours inférieures à celles que nous retrouvons à l'actif du sexe qu'on dit fort. (Ceci sans méconnaître que la femme est presque toujours plus courageuse que l'homme !).

Pour nous, comme pour beaucoup d'auteurs, la gymnastique féminine ne pose pas tant un problème de quantité que de qualité.

Pour l'homme, combien ?

Pour la femme, comment ?

Pour la femme, comme pour l'homme, les exercices physiques constituent la meilleure fontaine de Jouvence.

Avec Schiller, nous dirons : A l'homme, la force ; à la femme, la grâce, la beauté et le charme naturels !

Pensons à cela en choisissant nos exercices pour la femme et, aux résultats, nous constatons que cela s'arrange très bien avec la *culture de l'énergie vitale* !

j) **Allusion à la musique et à la danse**

Gymnastique, danse et musique sont sœurs depuis l'antiquité.

Le pouvoir de sensibilité est renforcé par l'exercice exécuté en musique. La musique nous place dans un état d'âme qui, par le rythme et l'harmonie nous facilite l'accès aux exécutions sublimes, unissant l'âme, l'esprit et le corps, dans une symphonie toute de sensibilité, de pureté, de beauté et de force.

Nous nous abstiendrons avec soin de laisser croire que tous les exercices de gymnastique doivent s'exécuter avec accompagnement musical, mais nous affirmons que la musique est absolument chez elle dans nos salles de gymnastique.

Par le truchement de la musique, nous avons la conviction que, parlant à l'âme, les mouvements que nous exécuterons seront plus complets, plus vrais ; qu'ils nous feront effectuer un retour aux sources éternelles de la nature.

De la musique à la danse, il n'y a qu'un pas... de danse !

La gymnastique de la fillette, de la jeune fille

et de la femme, *ne se comprend guère sans les exercices dansés.*

Ici encore, il faut de la mesure, beaucoup de mesure !

L'important est de rester naturel et de n'exiger que des exécutions à la portée des éléments qui viennent chez nous.

Soulignons le gros avantage des danses populaires, si simples, si joyeuses, si près de la nature et parlant à l'âme des foules.

S'il nous arrive, par exception, d'imiter un ballet « genre music-hall », que ce soit bien en connaissance de cause et sans jamais nous laisser d'instruire nos petites vedettes occasionnelles sur la grande misère de l'immense majorité des malheureuses qui doivent danser pour vivre !

Nos équipes ne doivent pas se transformer en agences artistiques, déplaçant des numéros chaque semaine, dans toutes les directions... en nous procurant des désagréments de toutes sortes.

De la danse ? Oui ! — Mais exigeons de l'air et de la clarté dans les coulisses !

k) **Adjoindre le médecin au professeur**

Pour épauler notre action et nous aider, nous solliciterons le concours éclairé et fraternel du médecin-sportif.

Nous devons abattre les obstacles qui s'opposent à une action d'ensemble profitable aux uns comme aux autres.

Par un contact constant, au moyen d'un contrôle médical bien conçu — (les exagérations n'ont ici jamais rien produit) — nous montrerons que médecin-sportif et entraîneur physique sont faits pour s'entendre, qu'ils ont tout à gagner en se soutenant mutuellement.

Ainsi, bien des erreurs seront écartées et nos résultats n'en deviendront que meilleurs et plus certains.

La gymnastique du travailleur doit trouver dans le médecin-sportif un guide consciencieux autant que paternel !

l) **Nous placerons le travailleur dans un milieu vraiment socialiste, favorable à sa formation générale**

Faire du socialisme est très rarement faire de la politique !

Pour ce qui nous concerne, l'expérience démontre que nous avons eu raison d'entreprendre notre véritable croisade en faveur de la gymnastique et de ses adjuvants au sein des milieux ouvriers. Ainsi, servir le socialisme se confond avec celui dû à la société.

Qu'on le veuille ou non, chacun se plaît à se rencontrer avec d'autres qui sentent et réagissent comme lui. Le succès de la plupart de nos grands groupes trouve à sa base la parfaite entente et l'amitié qui y règnent entre tous leurs membres.

En cultivant chez nos affiliés l'esprit d'entraide, de dévouement, de solidarité, de communauté, de tolérance, nous obtenons des prestations qu'il est rare de constater dans d'autres milieux.

C'est là notre façon à nous de servir le vrai socialisme : elle doit être la bonne !

Sans oublier que nous sommes les soldats d'une armée qui pousse la société en constante révolution — transformation progressive — vers plus de bien-être et de bonheur pour TOUS !

En intéressant les grandes organisations politiques, syndicales, coopératives, mutualistes et autres qui constituent le P. O. B., aux œuvres d'éducation physique et de sports, nous rendons à la jeunesse un service que l'on ne doit pas sous-évaluer.

Les réalisations obtenues suite à cette action et grâce à la compréhension de quelques-uns d'entre nos plus dévoués représentants au Ministère, à la Chambre comme au Sénat, dans les Conseils provinciaux et communaux, justifient notre existence et nous permettent de répéter que nous faisons ainsi du socialisme le plus pur, dans l'intérêt de la collectivité !

m) **Nos fêtes de masses**

Au Congrès d'Anvers des 15 et 15 novembre 1931, nous traitons de la « Modernisation de nos fêtes d'Education Physique ».

Ces idées, semées à tous les vents, ont été reprises et ne sont pas restées sans influence dans d'autres milieux que le nôtre.

Le succès de notre « Fête Fédérale et de la Parade Sportive y annexée », ces 13-15 août, à Liège-Exposition, nous en apportent la confirmation éclatante, à 8 ans de distance.

Que disions-nous ?

Ceci :

« Au lieu de laisser envahir les terrains par les productions les plus disparates, pourquoi ne pas utiliser la situation pour associer tous nos affiliés à des exécutions collectives et de grand style ?

» L'art des mouvements de masses se développe de plus en plus, pourquoi ne pas l'utiliser en vue de corser et de renouveler complètement l'allure de nos fins de fêtes ? A nos productions gymniques, ajoutons-y tout ce que les arts de la mise en scène, du chant, de la musique et de la peinture peuvent nous apporter ! »

Nous nous plaisons à reprendre ces textes, après ceux du Congrès de Liège 1929 ; ils donnent la preuve de la constance de notre technique et feront, nous l'espérons, réfléchir nos camarades dirigeants de groupes.

Que tous en fassent leur profit avec l'assurance que « Prévoir c'est Gouverner ! »

L'expérience de Liège, venant après l'inoubliable fête du « Palais des Sports » à Anvers, 1937, doit nous inspirer lors de nos réalisations futures !

NOTRE CONCLUSION

Par le rappel des considérations que nous venons de vous énoncer, et que nous aurions pu allonger à l'envi, nous croyons avoir fait œuvre utile :

1° En démontrant nettement que nous étions restés dans la ligne tracée par nos Congrès de Liège 1929 et Anvers 1931 ;

2° Que cette fidélité nous fut profitable ;

3° Que nous possédons les bases d'une bonne politique fédérale et que nos amis, collaborateurs ou successeurs, n'auront qu'à se féliciter de l'expérience que nous plaçons ainsi à leur entière disposition ;

4° Qu'étant dans le bon chemin, il nous fallait poursuivre l'action dans toutes les directions, auprès des parents, comme auprès des grandes organisations et des pouvoirs publics, en vue de pousser à l'élargissement des réalisations déjà obtenues grâce à l'action de notre mouvement, à présent d'utilité publique.

5° Que nous devons à nous-mêmes, et à notre passé, de consacrer tous nos efforts au développement d'un mouvement sportif ouvrier, toujours plus puissant, plus victorieux ; accroché avec vigueur et opiniâtreté aux principes sévères qui nous ont, avec des milliers de camarades, dirigés vers lui !

J. DEVLIEGER.

5227 - EDITIONS B.
26, Place St-Lambert. 1

A80-