



## La contribution des éducateurs à la promotion des principes olympiques\*

par Ignace Heinrich

En abordant ce thème, il me semble nécessaire de définir ce qu'est l'Olympisme et quels éducateurs peuvent le mieux contribuer à son développement.

L'Olympisme est une position doctrinale et philosophique qui propose à travers l'exercice physique et l'activité de compétition, un moyen de libération en harmonie complète du corps et de l'esprit.

La locution latine Citius, Altius, Fortius : plus vite, plus haut, plus fort, un des leitmotivs des Jeux Olympiques peut être interprétée à double sens.

1. Dans le sens de l'équilibre de l'homme, où l'on cherche l'harmonie, l'eurythmie et l'idéal personnel dans l'intégration sociale.

▲  
*L'auteur, Ignace Heinrich (sur notre document), se classa second du décathlon des Jeux Olympiques à Londres en 1948, et fut champion d'Europe dans cette discipline en 1950. Educateur, il est membre du conseil d'administration du Comité National Olympique et Sportif Français.*

2. Dans le sens de la démesure où tout est mis en œuvre pour la réussite à tout prix, que ce soit dans le domaine sportif; politique (Munich 72, Montréal 76), social et économique.

Au lieu de définir l'éducateur en général, je préfère présenter les problèmes que rencontre chaque enseignant à partir du plus jeune âge. En définissant les besoins des enfants, au fur et à mesure de leur évolution, les éducateurs comprennent plus facilement de quelle manière les principes olympiques peuvent être appliqués.

L'éducation des enfants évolue sous l'influence de l'atmosphère familiale, ensuite de l'école, des amis, des livres, de la télévision et de tout l'environnement. En quelques années, l'enfant doit devenir un être social adapté. Y a-t-il une manière plus complète pour mieux se connaître soi-même que d'apprendre à analyser ses ébats personnels ?

\* Conférence présentée à l'Académie Internationale Olympique le 12 août 1977 à Olympie.

Extrait du bulletin de la Mutuelle Nationale des Sports, numéro 91.

Quelle richesse pour l'éducateur de pouvoir guider l'enfant et l'inciter à une découverte perpétuelle en limitant et en encourageant ses impulsions et ses passions.

Le développement technique de la vie moderne engendre un esprit de vie facile. L'idée de confort devient une exaltation de la loi du moindre effort.

Le machinisme qui tend à ménager l'effort humain jusqu'à l'élémentaire déplacement par la marche, a détruit chez bien des hommes non seulement la joie de l'effort mais sa notion même.

L'être humain ne pourra jamais être assimilé à une machine. Il y aura toujours une métaphysique de la vie qui fera ressortir chez l'homme un côté créateur, une puissance infinie de développement par la pensée et par l'effort. Dans cet ordre, l'Olympisme se présente comme un des remèdes possibles et efficaces contre le machinisme.

Pierre de Coubertin avait prédit la faillite des méthodes éducatives et décelait le virus qui rongeaient l'organisation sociale du monde moderne. L'organisation des Jeux Olympiques a provoqué de beaux enthousiasmes et des réalisations grandioses, mais la recherche de l'eurythmie dans une harmonieuse combinaison de l'effort et de l'art n'a pas trouvé la voie qu'on osait espérer. Ce « printemps » universel de la jeunesse que décrivait avec passion le rénovateur de l'Olympisme n'a pas voulu de cette exaltation de la beauté créée par l'effort.

L'idée de sélection est inévitablement l'un des éléments de l'accès aux Jeux Olympiques. Elle ne diminue en rien l'universalité qu'elle veut favoriser en développant chez tous et au profit de tous les valeurs personnelles et individuelles.

Cela suppose une notion très nette de la hiérarchie des valeurs.

L'Olympisme c'est la prise de conscience de chacun pour faire ce qu'il peut et du mieux qu'il peut. C'est un acte de confiance dans la valeur de l'efficacité. Cette preuve que l'individu donne de sa valeur doit engendrer en lui la sérénité et l'équilibre. L'élève veut souvent devancer le maître, l'enseignement quotidien lui semble trop simple et trop fastidieux, il veut brûler les étapes.

Voyons maintenant à travers l'évolution de l'enfant la contribution des éducateurs que sont les parents, l'instituteur, le professeur d'éducation physique, l'entraîneur, le médecin et le dirigeant.

## L'âge maternel : 4 à 8 ans

L'enfant découvre le jeu et se découvre. Il veut s'affirmer. Il imite et mime les gestes et les positions. Il joue au ballon, saute à la corde, roule à bicyclette.

La disponibilité totale de son corps et de son esprit permet de lui apprendre l'épanouissement. Il ne cherche pas de raisons profondes pour comprendre, mais ses sens et son instinct lui montrent la voie à suivre pour faire comme les adultes. Il désire déjà faire partie du groupe des « grands » (plus âgés) et y être admis.

Jouer à la maîtresse, à papa ou à maman, au soldat, se déguiser ou imiter les gestes sportifs perçus à la télévision sont des activités ludiques journalières.

Ces jeux doivent toujours rester un plaisir et non une obligation.

C'est l'apprentissage de cette liberté qui modèle plus tard l'homme ou la femme. C'est donc aux éducateurs, parents et maîtres de leur apprendre ce sens ludique pour mieux comprendre le monde adulte.

Il existe des manuels de jeux pour l'information mais c'est plutôt par la pratique et des stages que les instituteurs et institutrices devraient parfaire leur formation.

## 8 à 12 ans

C'est l'âge de l'initiation, de l'apprentissage des jeux de compétition avec ses règles élémentaires.

L'enfant veut se comparer aux autres enfants, il veut faire des prouesses, il veut être le plus fort, sauter le plus loin ou le plus haut ; il veut se battre, lutter.

On doit lui apprendre l'apprentissage du geste sportif et surtout la notion du but de ce geste, c'est-à-dire la motivation. C'est le début d'une certaine discipline.

Il découvre l'importance de l'enchaînement et du rythme (d'où l'importance de l'apprentissage de la musique et de la danse).

L'enfant apprend à dominer ses désirs immédiats qui se traduisent par une socialisation avancée. Un état physique ou physiologique déficient est souvent la cause de l'inattention de l'enfant.

Tous ces principes ne sont-ils pas la base de l'école de la vie et de la conception

olympique? Dans ce sens les éducateurs doivent voir clairement la limite, les motivations et les besoins des enfants.

L'émulation accroîtra l'intérêt et l'animation.

## 12 à 16 ans : l'âge ingrat

Le garçon (ou la fille), préadolescent, au corps en pleine mutation, hésite encore entre le désir de devenir adulte et celui de rester enfant. Tout éclate, sa taille augmente. Il prend conscience que la distance qui le sépare de l'adulte s'amenuise. Il veut devenir « lui-même » par ses opinions, son jugement et sa volonté.

Cette affirmation de soi avec ses revendications est agaçante pour son entourage. L'instabilité, le doute et les exigences dans tous les domaines, le rendent mécontent. La maladresse légendaire de l'adolescent et sa timidité viennent sans doute de ce qu'il lui faut s'habituer à une nouvelle façon de percevoir le monde qui l'entoure.

L'attention se fixe sur son propre corps et son développement rapide. Il mesure sa taille et son poids qui sont, pour lui, synonymes de force et de puissance. Conscient de ses défauts physiques et intellectuels, il devient « gauche » et désespère de ne pouvoir être à jamais cet adulte fort dont il rêve.

Aussi la prépuberté est-elle par excellence l'âge du perfectionnement. Le garçon (ou la fille) doit faire de la compétition, tantôt avec ses camarades, tantôt avec des adultes.

Il a acquis un bon maniement du raisonnement et il est capable de comprendre et de vérifier l'exactitude de son attitude.

Il accepte assez facilement les réflexions sur les mauvaises habitudes. Il aspire à bien faire et dans le domaine sportif la justesse de la correction enlève toute revendication à ses critiques et ses discussions. Le désir d'imitation d'un modèle admiré, d'un champion par exemple, est à prendre en considération.

Le garçon (ou la fille) commence à apprendre l'efficacité de la patience et la réussite par la répétition, donc du travail suivi.

Les professeurs d'éducation physique doivent user de la même patience pour supporter sa contestation. Ils doivent faire face à cette attitude de perpétuelle critique et de remise en question. Ils doivent démontrer que la domination du corps et la

maîtrise de soi sont des moyens très concrets pour progresser vers l'objectivité.

La plus grande variété de sports doit être offerte. L'oxygénation est capitale. Pour cette raison, les sports de base comme la course et la natation doivent être enseignés en priorité.

Le développement du souffle et du cœur sont les facteurs les plus importants de la vitalité et de l'équilibre de l'organisme. Ils agissent directement sur le caractère et sur le psychisme.

L'efficacité sera plus ou moins grande suivant les méthodes pédagogiques.

Dans les classes il faut former des groupes homogènes et si possible par affinité. L'encouragement et la confiance qu'accorderont les professeurs aux élèves joueront un rôle aussi efficace sinon plus que l'apprentissage de la technique.

## L'âge adulte

L'âge adulte commence vers 17 ans. L'homme (ou la femme) se manifeste dans ses multiples désirs, dans la réussite sportive comme dans les autres domaines. Il est obligé de faire un choix pour ne pas se disperser. Il se personnalise. Il apprend à se dominer et s'organise en conséquence. L'entraînement devient la base des succès. La maîtrise de soi par un travail de souplesse, le développement du souffle pour acquérir l'infatigabilité (avec toute la science de l'expiration), l'économie dans l'effort, doivent créer une harmonie physiologique.

Toutes les tensions et hypertrophies musculaires doivent être évitées car elles peuvent influencer sur le psychisme et d'une certaine manière intoxiquer l'individu.

Les exagérations d'entraînement ont fait dire que le sport de haute compétition est à la base de l'abrutissement, voire de l'abêtissement. S'il existe des exceptions qui confirment la règle, il faut combattre ces idées toutes faites.

Pourquoi critique-t-on le sportif et non le musicien ou le danseur qui répètent sans trêve le même geste, la même note pour le perfectionnement de leur art ?

A travers la recherche de la vitesse, de son rythme personnel le sportif perfectionne sa technique et acquiert son style. Leur combinaison parfaite crée cette image artistique de la beauté du geste et cette eurythmie de l'individu.

## L'entraîneur

L'entraîneur doit parfaitement connaître toutes ces données. Il faut qu'entre lui et son ou ses athlètes, il y ait une amitié bien ancrée pour que leur complicité devienne parfaite. Pour éduquer les jeunes qui n'ont qu'une parcelle de passe mais qui sont tous dévotés par l'ambition et le désir de se faire une place au soleil, il faut user de beaucoup de psychologie. Le rôle de la volonté est essentiel et primordial.

« On ne peut pas vouloir ce que l'on ne connaît pas ».

Une dose de connaissance à assimiler est indispensable pour arriver au but. Cette connaissance est parallèle à l'effort. La constance, une des bases de l'endurance, est le secret de la confiance en même temps qu'un remède contre le découragement.

L'entraîneur est en contact direct avec les pratiquants. Il crée l'ambiance, il perfectionne, il entraîne, il sélectionne. Il doit posséder cette notion de progrès et savoir le meilleur chemin pour arriver le plus loin sans brûler les étapes.

Il doit être bon organisateur, consciencieux, sociable, entraînant, enthousiaste, cependant calme et assuré, plein d'autorité, parfois même inflexible. Il doit communiquer le sens de l'effort et de la compétition et créer l'émulation.

## Le médecin

La médecine a pris une part importante dans le contrôle de la santé, mais aussi dans la préparation des athlètes. De ce fait, elle a un rôle important à jouer dans l'éducation. La question se pose même : la médecine de sport doit-elle rester dans un rôle traditionnel qui est de soigner et d'amener l'athlète dans sa meilleure forme au moment voulu et dans sa meilleure santé ? Ou bien doit-elle, utilisant les récentes découvertes de la chimie, de la toxicologie, même, rechercher à tout prix la performance considérée comme but suprême de source de progrès ?

Voilà deux thèmes qui s'affrontent.

Le sport est avant tout une école de volonté, une manière d'extérioriser ses qualités physiques et morales. C'est d'autre part une excellente thérapeutique pour lutter contre les méfaits de la vie moderne.

La médecine et les chercheurs ont permis d'améliorer les méthodes d'entraînement et

de les adapter à chacun suivant son sport. Cela permet l'épanouissement de l'athlète dans la plénitude de la possession de ses moyens. C'est la manière saine et naturelle qui garde toute sa valeur pour une confrontation loyale.

Un athlète « trafique » peut battre sur une seule compétition un athlète « hygiénique ». Cette sorcellerie du sport est une tricherie. Ces méthodes scientifiques conduisent, certes, à des résultats brillants, à former des phénomènes, mais ne sont-elles pas dangereuses ?

On peut rétorquer que depuis que le monde existe, il y a eu des champions, car un champion est quelqu'un qui fait quelque chose que les autres ne font pas.

Et quand le champion fait un pas en avant, la masse fera un pas en avant plus tard.

Les problèmes posés par la médecine dans le cadre du sport à l'école et du sport pour tous s'ajoutant à celle du sport de compétition, nécessitent une organisation complète.

Ne faudrait-il pas établir un livret médical sportif, une espèce de passeport du sport pour tout enfant ? Ce livret le suivrait continuellement. Les contrôles médicaux y seraient consignés et des critères précis de plus en plus approfondis garantiraient la santé de l'enfant pour la pratique de la compétition. Ne serait-ce pas une raison pour s'intéresser de plus près à son potentiel physique ?

## Le dirigeant

Le dirigeant est un militant responsable qui doit parfaitement connaître le but de sa mission. Il doit créer une mentalité, une manière de vivre quotidienne. Il s'engage par plaisir, par intérêt, par distraction pour atteindre une certaine notoriété. A quelque poste qu'il soit, le dirigeant a un rôle d'éducateur. Il doit entretenir le goût de l'effort physique, source générale d'équilibre. Son dévouement est un exemple : il doit faire sentir ce « climat de chaleur » que recherchent tous ceux qui ont une même affinité. Son efficacité se manifeste par son enthousiasme à créer cette chaude camaraderie et cette amitié fertile.

Il crée un élan de gratuité qui est l'oxygène sans lequel nous serions asphyxiés. Il doit être le modérateur dans les moments d'exaltation de la victoire. Il doit trouver les mots d'encouragement dans l'amertume de

la défaite. La joie et l'attrait sont les moyens de communication sociale.

## L'arbitre

L'arbitre doit être considéré comme le directeur du jeu et non le censeur. Il a une très grosse responsabilité. C'est de lui que dépendent souvent l'ambiance et le bon déroulement du match. Il doit parfaitement connaître les règles du jeu et les faire appliquer dans leur esprit. Les joueurs sentent instinctivement à qui ils ont affaire aux premières décisions. Un coup de sifflet strident sanctionnant une faute ou une intention de faute dans l'éthique du jeu aura plus d'effet que tout discours. Les joueurs sentent bien cette autorité et la respectent. Pour le bon joueur, c'est un atout supplémentaire, il peut parfaitement exprimer ses qualités et se livrer à fond. Le mauvais joueur se sentant surveillé ne peut pas se servir de ses « ficelles » et doit apprendre à se contrôler.

Suivant l'importance de l'enjeu, les sanctions ou avertissements peuvent être justifiées par une parole appropriée. Même dans la plus grande effervescence l'arbitre doit être capable de ramener le calme par son autorité et sa clairvoyance en suivant de près l'action.

Son impartialité est le garant de la correction et de la bonne tenue des équipes. L'éducation de la foule dans le spectacle sportif, pour le respect du règlement et le respect de l'adversaire, passe en grande partie par l'arbitre.

C'est un apprentissage des valeurs démocratiques.

## Le champion

Accéder au rang de champion, c'est la consécration d'une somme de travail, d'abnégation et même d'ascèse. C'est le fruit d'un long apprentissage pour s'affirmer totalement.

Pour la jeunesse le champion est une idole : il sert d'exemple. Malheureusement, on ne lui pardonne rien. Ses moindres gestes sont exploités et les jeunes qui le voient à la télévision veulent l'imiter. Ses déclarations doivent aller au-delà de la réussite sportive. Il doit pouvoir expliquer toutes les ressourcées auxquelles il a dû faire appel et comment. Il a su vaincre toutes les appréhensions. Sa simplicité influence autant que ses exploits.

Tout au long de sa carrière, il doit être éduqué pour faire face à tous les problèmes de cette responsabilité. Il doit incarner largement et efficacement le vrai sens du sport.

Pour qu'il puisse librement s'affirmer et aller au bout de ses possibilités, son avenir social ne doit pas être hypothéqué.

Le sport de haut niveau penche vers une mauvaise voie. Il échappe de plus en plus aux responsables et aux organismes dirigeants du sport. Des marchands de spectacle et des sponsors essaient de se l'accaparer.

L'égaré de quelques dirigeants nationaux ou internationaux dans les milieux politiques ou financiers met en danger les Jeux Olympiques et trahit l'idéal olympique. Les Jeux Olympiques doivent être la consécration du champion de haut niveau. Sans Jeux Olympiques, on ne parlera plus d'olympisme, car on ne peut vanter la faille d'une œuvre. Pour toutes ces raisons, la probité, la noblesse, l'humanisme, cette finalité de chaque être doit être montrée continuellement dans le sport.

## Le journaliste

Ce rôle incombe en premier lieu au journaliste de la presse, de la radio ou de la télévision. Sa fonction s'arrête-t-elle à l'information ? Et là se pose un grand problème.

Les journalistes ont-ils à éduquer ou seulement à informer les masses ?

Les avis sont très partagés comme nous l'a montré un récent colloque de journalistes. La presse à sensation est plus acharnée à détruire le sport qu'à vanter ses mérites. Dommage que les fondements philosophiques pour maîtriser son corps ne soient pas mieux connus et exploités par eux. Ils jetteraient les bases d'un nouveau style de vie.

L'aspect social et culturel du sport est très peu abordé par les journalistes de la télévision et de la radio. La promotion du sport et de l'éducation physique comme complément essentiel du développement social de l'homme n'est abordée que sur la pointe des pieds.

Le fair play, l'essence même du sport, est une notion délaissée. C'est moins « payant », c'est-à-dire moins attractif que la critique ou la polémique.

Savoir calmer les réactions d'une foule chauvine ou suscitées par un arbitrage manifestement partial semble désuet par rapport à la demande du sensationnel.

Seules les informations ou retransmissions sur le sport national et international sont diffusées comme divertissement.

La télévision fait connaître un peu la technique en mettant l'accent sur la puissance et la vertu de la technique comme seul critère vers le progrès.

Parfois l'initiation de quelques sports retient l'attention, de même que les gens sont encouragés pour pratiquer le sport loisirs dans quelques pays. Donc seul le sport spectacle bénéficie d'une large écoute et retient l'attention des présentateurs. Les sports moins populaires sont dévalorisés.

Peut-être la coopération des responsables du sport avec les journalistes n'est-elle pas suffisante ?

Peut-être l'incompétence dans le domaine technique de l'information fait-elle défaut au sportif ?

Puis-je faire une suggestion à l'AIO ?

Ne pourrait-elle pas organiser un Festival mondial où chaque pays enverrait son meilleur reportage sur la formation ou l'éducation sportive par la TV ? Les meilleurs films pourraient être diffusés par les télévisions mondiales.

Travailler l'adresse, c'est-à-dire l'intelligence du corps, est un remède contre l'ennui et aussi une passion égale à celle de la culture de l'esprit.

Maîtriser sa force physique procure l'exaltation et une sensation de bien-être.

Puissent les éducateurs comprendre cette grandeur et chercher à inculquer la valeur de cette formation !

Puisse le sport donner une certitude à tous les jeunes, victimes de l'inquiétude et qui sont livrés à eux-mêmes, puisse-t-il les aider sur le chemin de l'assurance en leur révélant et en leur ouvrant un horizon très large sur les possibilités de leur perfectionnement moral.

L'Olympisme peut être une espèce d'Eglise morale.

*I.H.*

