



Le sport
avec un 
www.espritsport.com

ECOLE D'EDUCATION PHYSIQUE ET DE SPORT

HISTOIRE

GENEVE : 2008

HISTOIRE DU SPORT

A l'Antiquité, certaines personnes pensaient pouvoir soigner les gens par l'exercice.

Le sport dans l'Antiquité : l'Égypte et la Grèce préolympique (Mycène et Homère) ; la culture grecque et le sport :

Les gens parlent de sport moderne si certains paramètres sont réunis. Ces paramètres font la différence avec le Sport de l'Antiquité.

On parle aujourd'hui de sport si celui-ci n'a pas de lien avec des fêtes religieuses et des jours festifs.

Dans l'Antiquité, seuls les nobles avaient le droit de pratiquer le sport (Gladiators ?).

Des personnes étaient responsables de la surveillance des rôles de certaines autres personnes dans la pratique des sports.

La quantification des résultats et la recherche des records étaient déjà monnaie courante à l'époque. Une certaine divinité était alors donnée à ceux réalisant des performances !

Origines :

*Le mot « sport » provient de l'ancien français **desport**, du verbe **desporter** (s'ébattre). Le mot **desport** apparaît entre le XIIe et XIIIe siècle, pour désigner l'amusement, les jeux, la conversation, le badinage. Chez Rabelais, le verbe **desporter** signifie s'amuser. Au cours du Moyen Age, le mot **desport** est importé d'Angleterre par la chevalerie...*

EGYPTE

Il existait déjà plusieurs pratiques du sport où l'on retrouvait certains paramètres. On y trouvait plusieurs types de Sport :

- *Chez les Pharaons. En pratiquant le sport, il réussissait à garder sa jeunesse et toute sa valeur. Sa divinité était communiquée à son peuple par une image de leur Roi qui arrive à démontrer son adresse et sa valeur par des écrits sur ses exploits (la guerre et la chasse)*

Utilisation du Sport comme outil symbolique.

Les historiens du sport s'intéressent à comparer les faits véridiques et symboliques liés au sport. Faits qui ont été utilisés pour montrer la puissance de ceux qui les ont réalisés. Une différence est donc flagrante entre la réalité et le résultat obtenu.

La natation était à l'époque synonyme d'hygiène et de faculté d'écriture et de lecture.

L'Égypte et la Grèce sont fortement liées de part leur histoire.

Les athlètes et les militaires de l'Antiquité étaient entraînés de manière très poussée et très dure. Selon les recherches, les médecins actuels ont constatés que les performances (sauts, courses à pied, etc.) effectués à l'Antiquité étaient supérieures à celles que l'on peut effectuer aujourd'hui et cela par la morphologie des athlètes (longueur et largeur des os).

GRECE

Les premiers témoignages que nous avons sur les résultats sportifs viennent d'Homère.

Gymnos = gymnase = sans vêtement. Pratique du sport sans vêtements.

A cette époque déjà, les athlètes prenaient part à des compétitions et se voyaient remettre des prix (prix, privilèges, etc.). Certains trouvaient « bêtes » de faire du sport en courant le risque de se blesser ou d'aller voir des athlètes se battre... !

Il ressort que les entraînements servaient et devaient rendre les jeunes plus vigoureux et plus patients par affronter la peur dans les moments difficiles (la guerre ?).

Le sport existait également pour les femmes, mais de manière séparée. Des jeux existaient pour les femmes.

HOMERE

Les historiens sont frappés par l'importance des prix donnés aux athlètes :

1. une captive
2. une jument de 6 ans
3. une bassine

Il y a donc une reconnaissance de la valeur de l'effort.

Le père d'Antiloque n'est pas intéressé par la victoire, mais par les valeurs morales.

Les paris existaient déjà à l'époque de l'Antiquité. On considérait alors le sport comme des exercices.

L'éducation est alors également un facteur important pour la pratique d'un sport et pour la participation à des jeux.

HISTOIRE DU SPORT

Les quatre humeurs et la constitution du corps :

Humeur :

- 1) Elément
- 2) Qualité de l'élément
- 3) Partie du monde
- 4) Vent
- 5) Saison
- 6) Age de la vie
- 7) Signes zodiacaux
- 8) Tempérament
- 9) Prédisposition aux maladies
- 10) Siège

Sang :

- 1) Air
- 2) Humide et chaude
- 3) Midi
- 4) Sirocco
- 5) Printemps
- 6) Enfance puberté
- 7) Gémeaux, Balance, Verseau
- 8) Tempérament sanguin
- 9) Prédisposition aux maladies du sang
- 10) Cœur / foie

Flegme : (*pituite*)

- 1) Eau
- 2) Humide et froid
- 3) Orient
- 4) Levant
- 5) Hiver
- 6) Vieillesse
- 7) Cancer, Scorpion, Poissons
- 8) Tempérament flegmatique
- 9) Prédisposition aux maladies catarrhales
- 10) Cerveau (*pituite*)

Bile jaune :

- 1) Feu
- 2) Sèche et chaude
- 3) Occident
- 4) Ponant
- 5) Été
- 6) Jeunesse
- 7) Bélier, Lion, Sagittaire
- 8) Tempérament bilieux – colérique
- 9) Prédisposition aux maladies bileuses
- 10) Foie (colère)

Bile noire :

- 1) Terre
- 2) Sèche et froide
- 3) Septentrion
- 4) Borée
- 5) Automne
- 6) Décrépitude
- 7) Taureau, Vierge, Capricorne
- 8) Tempérament mélancolique
- 9) Prédisposition aux maladies mélancoliques
- 10) Rate

Le corps est conçu comme une enveloppe dans lequel circule des fluides. Chez les grecs, on ne pensait pas au corps comme un ensemble de tissus et des muscles. L'idée de santé et de maladie était liée à la circulation de quatre humeurs / fluides.

La pensée que l'homme était constitué de fluide a évolué avec le temps, de un fluide (sang) on est passé à deux, puis trois avant d'arriver aux quatre fluides ci-dessus.

L'homme est au centre du Cosmos et est lié avec l'univers ainsi qu'avec les événements de cet univers.

Chaque être humain naît avec une prévalence pour un des quatre facteurs énumérés ci-dessus et aura une tendance à développer les qualités et les maladies liées à ce facteur.

La constitution individuelle est liée à la prévalence du facteur, mais également à l'environnement dans lequel les individus vivent et grandissent. Les personnes vivant en occident, auront plutôt tendance à développer un tempérament de la **bile jaune**, alors que les gens du Nord seront plutôt portés sur la **bile noire**.

Hippocrate :

Dans les maladies on apprend à tirer les signes diagnostiques des considérations suivantes : de la nature humaine en général et de la complexion de chacun en particulier ; de la maladie ; du malade, des prescriptions médicales ; de celui qui prescrit, car cela même peut suggérer des craintes ou de espérances ; de la constitution générale de l'atmosphère et des particularités du ciel et de chaque pays ; des habitudes ; du régime alimentaire ; du genre de vie ; de l'âge ; des discours, et de différences qu'ils offrent ; du silence ; des pensées qui occupent le malade ; du sommeil ; de l'insomnie ; des songes suivant le caractère qu'ils présentent.

Dans le cas d'une prescription d'un exercice par le médecin à son patient, le médecin devra tenir compte du type de personne et de son facteur pour lui proposer un exercice physique.

Dans la mentalité grecque, on peut contribuer à l'équilibre des êtres humains grâce aux facteurs.

RÈGLES D'HYGIÈNE GALÉNIQUE

Les choses naturelles : le corps et ses parties

Les choses qui sont au-delà des choses naturelles : les maladies

Les six choses non naturelles :

- 1) l'air
- 2) se nourrir et boire
- 3) le sommeil et la veille
- 4) le mouvement et le repos
- 5) la réplétion (remplissage du corps) et l'évacuation du corps
- 6) les passions

Des maladies peuvent apparaître si les 6 énumérations ci-dessous ne sont pas bien utilisées, ou déviées (« air pollué », « grosse passions »), ou utile à la résolution de maladie et à la préservation de la santé s'ils sont pratiqués (« le mouvement »).

La gymnastique est selon les grecs une forme de médicament car elle aide à traiter certaines maladies et à maintenir les humains en forme (prévention).

Deux facteurs aident à maintenir les humains en forme : le régime et le mouvement (différents types de promenades).

Selon Hippocrate, il y avait plusieurs manières d'effectuer des promenades, de l'exercice bénéfique à l'exercice extrême et violent. De même que pour les différents types de course.

Différents types d'exercices s'adressaient à différents types de personnes en fonction de leur prédisposition à un facteur ou à un autre.

EXERCICE ET THERAPIE : LISTE D'EXERCICES

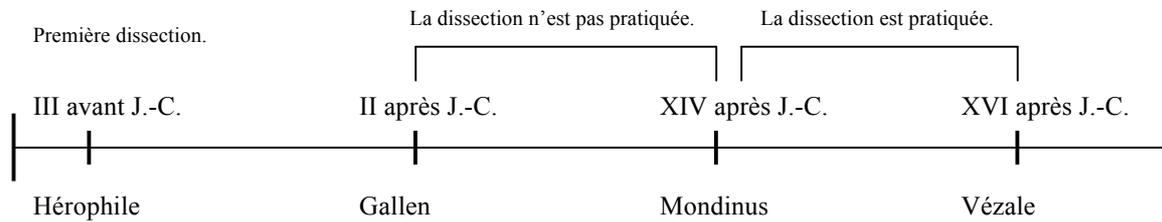
- le coucher
- le repos
- l'abstinence (*viande*)
- le sommeil et la veille
- la conversation
- la déclamation
- la friction et les massages
- la rétention du souffle
- la promenade
- la course
- le mouvement passif
- l'équitation
- l'exercice du cerceau
- la natation
- la lutte
- le combat stimulé
- la gesticulation
- le saut simple et le saut progressif
- le jeu de paume
- le corycus (*pushing ball*)
- le lancer des haltères (*poids*)
- la marche sur un terrain accidenté
- le combat en armes
- le coït

L'utilisation de la voix, par le chant, la déclamation et la lecture aurait permis de vivre en bonne santé... !!!

La lutte était considérée comme un effort réduisant les graisses.

HISTOIRE DU SPORT

ANDREA CARLINO : *L'histoire de l'anatomie entre l'Antiquité et Renaissance*



Hérophile (Egypte) est considéré comme le précurseur de l'anatomie et le premier à avoir fait une dissection.

Galien a écrit des textes fondateurs sur la médecine, surtout deux très importants :

- 1) De Usu Partium
- 2) De Anatomicis Administrationibus

Ce sont des textes qui s'imposent dans la médecine pendant plusieurs siècles et qui permettent la réflexion sur le travail de la médecine.

Il disséquait des animaux (chiens, cochon). Ces écrits étaient basés sur les dissections primaires, faites par Hérophile et celles faites sur les animaux.

Il s'occupait également de soigner les gladiateurs et pouvaient ainsi pratiquer une partie d'anatomie à la vue du corps des gladiateurs blessés.

Mondinus (1316) donne la première description d'un corps humain dans ses textes. Il paraît qu'en 1315, lors de la dissection du corps d'une femme, il retrouvât les données écrites auparavant par Galien.

Dans la dissection faite par plusieurs personnes : (image du livre de Mondinus)

- 1) Une personne lit et donne les instructions (lector)
- 2) Une personne coupe (sector)
- 3) Une personne montre les éléments à découper et découpé (demonstrator)

Le lector est à cette époque, la personne la plus importante.



Vézale, en 1543, dissèque et élabore l'anatomie moderne. Il en écrit un ouvrage intitulé : *De Humani Corporis Fabrica*.

Il se livre également à la dissection d'un corps, mais trouve que le rituel du lecteur, du démonstrateur et du coupeur, est inutile. Il décide de disséquer lui-même et d'écrire ce qu'il voit.



Les secteurs sont maintenant devenus ceux qui passent les outils à Vézale.



Les pratiques religieuses se greffent sur la pratique en respectant certains codent quant à l'utilisation et la récolte des parties du corps disséqué. On peut donc voir une bassine sur l'ensemble des images qui sert de point de récolte des objets de dissection pour finalement les enterrer au même endroit.

Dans la tête des gens, un anatomiste doit pouvoir et savoir disséquer !

Lors de la dissection, tous les nobles étaient convoqués, c'était un moment essentiel et une connaissance « universitaire ».

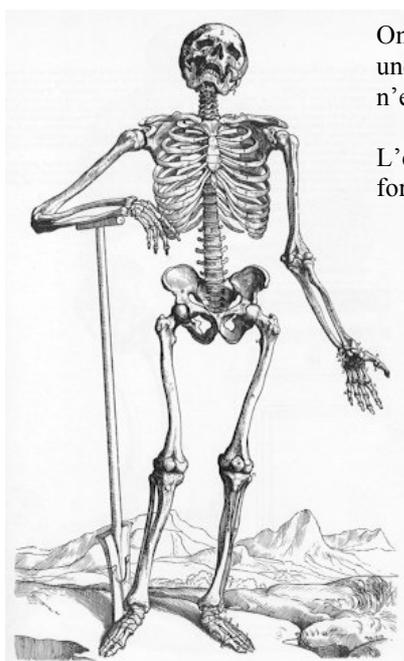
Les individus étaient des condamnés à mort, qui étaient remis par l'église aux anatomistes. Une fois le corps disséqué, il était remis à l'église et bénéficiait de plusieurs messes et cérémonies (~ 25) afin de rendre quelque chose (compenser) au corps de l'individu qui lui avait été pris durant la dissection. Les condamnés à mort disséqués bénéficiaient de cérémonies plus importantes que les condamnés à mort non-disséqués.

Les médecins et les anatomistes devaient se purifier pour les actes qu'ils avaient commis lors de la dissection.

La dissection était une pratique sociale « pas bien considérée », mais l'église, et c'est paradoxal, aide les anatomistes à la pratiquer avec moins de scrupule.

La dissection n'était pas seulement importante pour les anatomistes, mais également pour les artistes qui étaient très impliqués dans la réalisation des ouvrages et des dessins y étant liés.

Les images actuelles sont centrées uniquement sur la partie disséquée et l'esthétisme n'est pas primordial. Ce n'était pas le cas à l'époque où les détails et décorations avaient leur place dans les œuvres réalisées par les artistes. Jusqu'au 19^e siècle, l'iconographie anatomique donnait une large place à la décoration et à l'esthétisme. A partir du 19^e siècle, on parle d'une anatomie pure.



On peut percevoir une décoration et une mise en scène anatomique, ce n'est pas de l'anatomie pure.

L'ensemble des représentations forme un paysage continu.



Michelangelo devait également collaborer avec **Columbus** sur la réalisation d'un livre d'anatomie. Michelangelo fondait son art sur l'anatomie pour le parfaire.

Michelangelo a lui-même participé et effectué plusieurs dissections, dont certaines étaient ouvertes aux artistes.

La conception de l'être humain était faite par habillage du corps humain. Les artistes commençaient donc par représenter le squelette, puis l'habillaient de muscles et de nerfs, pour finir en lui déposant la peau.

Les images de l'époque devaient pouvoir choquer, car selon les auteurs, c'était le seul moyen de s'en rappeler.

Vésale se servait également d'image libertine de l'époque et utilisait une partie de l'image pour décrire une partie du corps (surtout féminin).

On constate toujours l'importance et la prédominance de la décoration sur les images observées. La partie anatomique étant souvent réduit dans l'œuvre.

Les images qui circulaient étaient celles accordant une grande part à la décoration, certains ouvrages démontrant l'anatomie pure n'étaient quant à eux par publiés... !

HISTOIRE DU SPORT

Les Jeux Olympiques :

Il n'y avait pas de cérémonie dans l'Antiquité pour la flamme olympique.

Suite à la fin de la guerre et la reprise des Jeux Olympiques, après la trêve olympique de 1916, Pierre de Coubertin eu l'idée, en 1920, de concevoir un drapeau avec les 5 anneaux qui devaient représenter le respect de la paix et de la liberté, et non les 2 cercles (2 continents) comme auparavant. L'idée de Pierre de Coubertin était de donner un symbole de réunification et de solidarité entre les diverses nations.

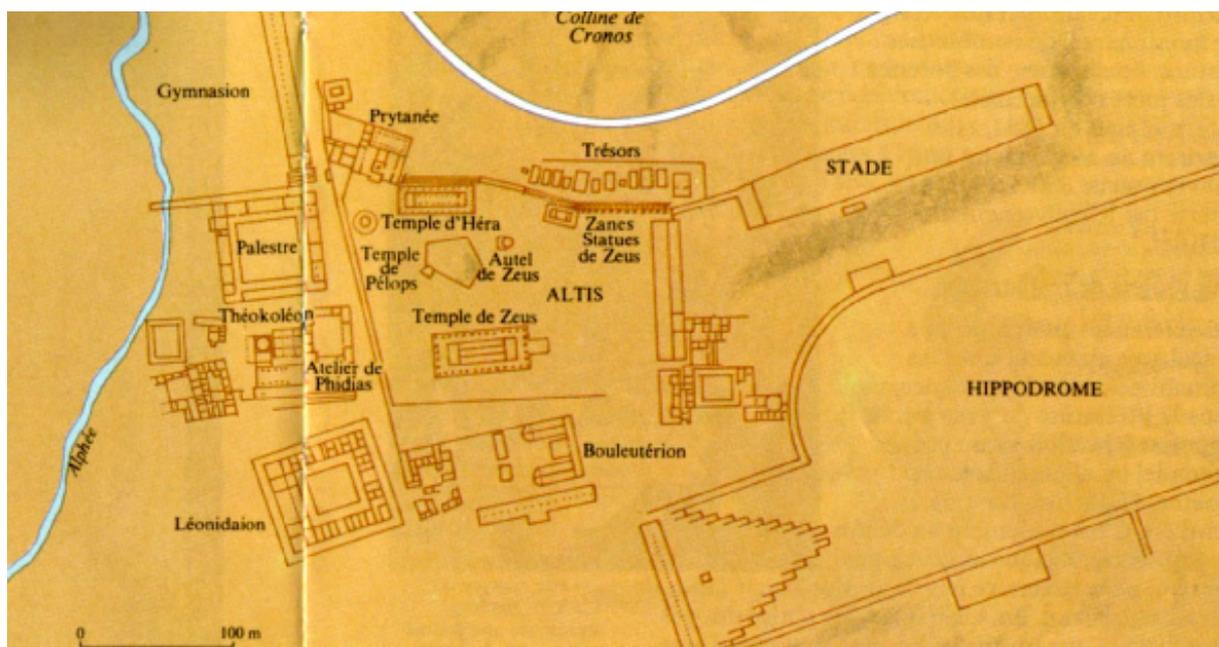
Des prix n'étaient pas donnés dans l'Antiquité, mais des couronnes de lauriers qu'ils pouvaient alors échanger contre des faveurs données par leur Etat. Les prix n'étaient que symbolique lors de la victoire acquise aux Jeux Olympiques : 5 anneaux pour les 5 continents et sur un fond blanc pour le symbole de la Paix.

Les jeux étaient organisés sous forme de circuit, sous formes de 4 jeux :

- 1) Jeux olympiques
- 2) Jeux pythiques
- 3) Jeux isthmiques
- 4) Jeux néméens

A chaque Jeux, des grands préparatifs étaient menés, passant de la restauration des infrastructures propres aux disciplines et à l'accueil des athlètes, de même que l'acheminement des spectateurs.

La bureaucratisation des Jeux (catégorie, âge, règlement) vont suivre au fil des ans (notamment à l'Italica). Certains athlètes gagnent alors leur vie en concourant aux Jeux, ce qui n'était pas le cas auparavant.



HISTOIRE DU SPORT

Les Jeux Olympiques :

Pancrèas : sorte de lutte à terre assez violente (crever les yeux, casser les doigts, etc.)

Le mot gladiateur vient du mot gladium : l'épée.

Il existait différents types de gladiateurs :

- Le rétiaire
- Le secutor
- Le scissor
- Le mirmillon
- Le thrace
- L'hoplomaque

Les combats n'étaient pas faits pour tuer les gladiateurs, car ceux-ci étaient des biens et des esclaves qui coutaient chers.

Un certain rituel, fait avec la main, était accompli lorsque le gladiateur était blessé.

Le Pollice verso est une invention française qui consistait à achever un gladiateur après la décision de la foule.

Etre gladiateur était également une chance pour les combattants de sortir de leur vie de misère et d'esclave. Certains trouvaient alors un goût de liberté dans la vie de gladiateur, car ils avaient leur vie entre leurs mains.

Les gladiateurs devaient prêter serment à leur propriétaire.

Environ 90 % des gladiateurs étaient sains et saufs après leur combat. Les gladiateurs recevaient même de l'argent suite à leur victoire et pouvaient ainsi avoir des privilèges liés à leur gloire.

Des enterrements étaient célébrés pour les gladiateurs morts au combat. Les gladiateurs vivaient ensemble et formaient une véritable famille.

Dans le cas d'un « achèvement » d'un gladiateur au combat, le propriétaire (empereur, noble, etc.) adverse devait participer aux frais liés à la formation du gladiateur.

HISTOIRE DU SPORT

LA MUSICOTHERAPIE :

La tarantelle : Le mouvement, la danse et la musique.

Il faut un équilibre, une mesure entre les extrêmes entre trop d'activités physiques et pas assez.

Il y a certaines pratiques, comme la danse qui sont bonnes pour la santé et certaines qui doivent être considérées comme néfastes.

La tarentule, araignée, pique ses victimes et leur introduit un produit qui leur donne un état de paralysée, mais également d'agitation spontanée. On s'est donc penché sur un remède contre ce « venin ».

Comment expliquer les mouvements coordonnés des animaux ?

Zagreb, une personne piquée par une tarentule, aurait fait 15 km en vélo alors que la paralysie commençait. Le mouvement produit lui aurait permis de « guérir » et d'arriver à Zagreb en parfaite santé.

L'effet de la piqûre dépend de la constitution de la personne. La température augmentant les effets de la piqûre.

Des femmes piquées auraient des préférences à certaines couleurs. De même, lorsqu'un individu était piqué, on appelait un musicien qui jouait plusieurs aires afin de « soigner » le malade. Ces musiciens devenaient alors des spécialistes et savaient exactement en fonction du morceau choisi, de quel mal souffrait le malade... !

Les mélancoliques ont tendance à se suicider. Si les mélancoliques tombaient à nouveau malade, on leur rejouait l'aire qui les « soignait » et c'était reparti pour un tour.

La tarentelle, musique jouée, peut être lente ou rapide.

Les mouvements de la basse se font du bas vers le haut, c'est typique de la dépression... !

HISTOIRE DU SPORT

SPORT ET MÉDECINE À L'ANTIQUITÉ ET AU MOYEN-ÂGE

Jeux du Moyen-âge :

- Les tournois
- Les joutes
- Le jeu de paume
- La choule (ancêtre du football)
- La crosse
- La lutte
- La quintaine

Au Moyen-âge, on ne prenait pas de bain, car l'eau était bénite et que la plupart des maladies venaient de l'eau. La natation était par contre pratiquée pour le bienfait du corps, le plaisir, et la relaxation.

Les femmes portaient un bonnet lors de bain prolongé afin de ne pas être attaquées par le flegme (humeur de l'humidité du corps). La natation se pratiquait en groupe et des personnes (maître nageur) apprenaient aux autres à nager... !

HISTOIRE DU SPORT

L'EDUCATION AU 18^E SIECLE A GENEVE ET LA MEDICALISATION

Au moyen-âge, on n'avait pas d'habits pour les enfants, et l'enfant n'était souvent pas considéré comme un être à part entière, mais comme un jeune adulte, dès qu'il avait quitté sa mère et n'en avait plus besoin (allaitement, toilettes, etc.).

La première école de Genève était le Collège Calvin. Les enfants y allaient depuis leur début de scolarité jusqu'à la fin de celle-ci.

A cette époque, l'écolier a un rythme très important, se consacrant à ses études, aux déplacements et aux divers cultes. Le mode d'enseignement était le plus souvent behavioriste, car les élèves apprenaient les questions et les réponses afin de pouvoir répondre au mieux au professeur.

La majorité des enfants étaient scolarisés dans le Collège Calvin et l'école Saint-Antoine. Les plus riches recevaient une éducation personnalisée à domicile. Pour les enfants abandonnés, ils étaient confiés à l'Hôpital.

Dès l'arrivée de Rousseau, on prête une attention plus importante et particulière aux enfants, mais plus au niveau familial qu'au niveau de la collectivité.

Louis Odier se décrit comme une femme car il a eu la chance d'étudier et n'a donc pas la « chance » de faire de l'activité physique. Le docteur Tissot, de Lausanne, va décrire le syndrome des gens de lettres, qui ont l'estomac comprimé et des maladies du dos à cause des longues heures passées à leur bureau.

Les gens de bonne société deviennent plus efféminés, car ils ne pratiquent pas de sport.

Pestalozzi développe la même méthode d'enseignement que Rousseau, mais il n'a, lui, pas qu'un seul élève (Emile), mais une classe entière. C'est un changement au niveau de l'enseignement, on ne pense plus à ce que l'enfant doit savoir, mais ce que l'on peut faire connaître à l'enfant.

La philanthropie voit le jour au 19^e siècle, « donation » par des bourgeois. Cela advint avec la croissance de la population et il y a donc un besoin pour aider les gens à réaliser des activités ou obtenir à manger.

La philanthropie se distingue de la charité par son lien avec l'église et la confession.

Genève rentre dans la Suisse en 1848, mais des liens sont établis dès 1815.

HISTOIRE DU SPORT

LES JEUX OLYMPIQUES DE 1960 A ROME

Jeux Olympiques qui se passent en pleine guerre froide.

Les deux Allemagne concourent sous le même drapeau et ont comme hymne national les dernières notes de la 9^e symphonie de Beethoven.

Wilma Rudolph, une femme qui n'a pas pu marcher jusqu'à ses 7 ans et cela à cause d'une maladie à la naissance, gagne le 100 mètres, le 200 mètres et la course relais.

Abebe Bikila gagne le marathon en faisant tout le parcours sans chaussures.

Armin Hary, allemand, est le premier et unique vainqueur non-américain des 100 mètres depuis 1928.

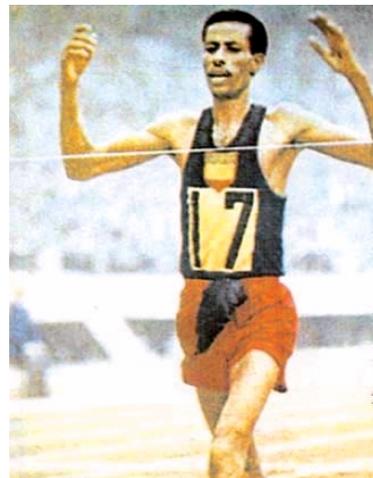
Rafer Johnson, américain, est un des athlètes à avoir participé au décathlon.

Yang Chuan-Kwang était l'élève de Rafer Johnson et ils ont couru le décathlon ensemble.

Jolanda Balas a gagné le saut en hauteur (rouleau ventrale).



Rafer Johnson & Yang Chuan-Kwang



Abebe Bikila

HISTOIRE DU SPORT

SYNTHESE

Le jeune Ménélas, en dépassant Antiloque, apprend l'histoire du Sport et le respect de l'éducation des gens et la pratique sportive dans les Jeux qui vont suivre.

La maladie est une méthode pour remettre les 4 humeurs ensemble et non pas une lésion des tissus.

Les humeurs étaient à ce moment là considérées comme des maladies et une altération du corps.

L'hygiène est également quelque chose de très important pour les individus de cette époque. La médecine grecque utilise l'activité physique comme un remède aux maladies.

776 avant J.-C à 393 après J.-C. sans interruption des Jeux.

Pour Galien, les athlètes représentent la pratique sportive, mais également l'excès et les blessures qui en suivent.

1543, c'est la publication du livre de Vésale « De fabrica humani corporis ».

1569, c'est la naissance de l'utilisation moderne de l'exercice comme un bienfait de la Santé.

Comme le corps est une machine, on peut le développer.

Tissot part des maladies pour arriver aux exercices.



Le sport
avec un



www.espritsport.com

Association ESPRITSPORT

Case postale 113

1218 Grand-Saconnex

info@espritsport.com

www.espritsport.com