

Retrouver l'art gymnique des Grecs afin d'être fort pour être utile et éviter les méfaits de la spécialisation sportive, motive cet officier de marine concepteur d'une méthode d'éducation physique naturelle, l'hébertisme à partir de 1910.

## Georges Hébert

Né le 27 avril 1875 à 7h du matin à Paris 5<sup>e</sup>

Selon acte n°971 – Archives de Paris en ligne – V4 E 3016 – 1875 – vue 6/31

Décédé le 2 août 1957 à Tourgéville Calvados 14



***Le corps est le temple de l'âme et du cerveau***

Les athlètes de l'Antiquité grecque l'inspirent par la grandeur et la grâce de ses exemples. Lieutenant de vaisseau, il observe aussi les activités courantes chez les militaires et les populations locales.

Sa réflexion ainsi nourrie à la fois par l'histoire antique et la réalité contemporaine, l'amène à construire une méthode d'éducation pour un développement harmonieux du corps, qu'il définit comme *le temple de l'âme et du cerveau*.

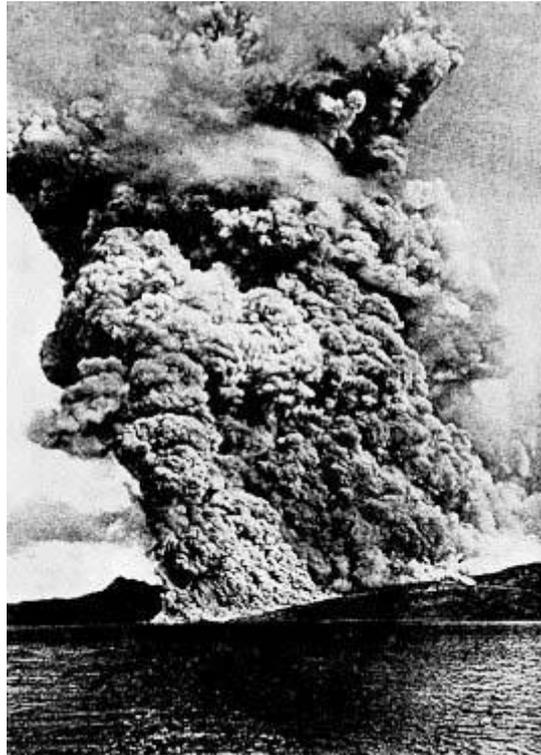
Pour lui, l'individu (homme ou femme) doit être *physiquement fort pour être moralement fort*. Autrement dit : *Un esprit sain dans un corps sain* selon Juvénal poète de l'Antiquité romaine.

### **Une tragédie inoubliable va déclencher sa motivation**

Entré à l'École Navale à 18 ans, - en même temps que **Nicolas Benoît** qui fondera le scoutisme - Georges Hébert devient officier de marine et sillonne les mers sur les derniers grands navires à voile de la Marine nationale.

Le 8 mai 1902, au large de la Martinique, depuis le croiseur d'Estrées en rade de Saint Pierre, il est témoin de l'éruption de la Montagne Pelée qui détruit toute la ville et tue ses 30.000 habitants en quelques minutes. Chargé par son commandant de se rendre sur place, Georges Hébert avec des volontaires est le 1<sup>er</sup> à débarquer sur la plage et assurer ainsi le sauvetage de plus de 700 habitants. Ce drame lui fait comprendre que seuls les êtres au physique fort et au mental fort sont capables de se rendre utiles.

Peu après, il écrira : "*Dès lors ma voie était tracée. Dans notre société pacifique et perversie, peut être par excès de civilisation, il fallait recréer des êtres forts*".



Éruption de la Montagne Pelée en Martinique en 1902.

### ***S'aider soi-même et aider les autres***

Au-delà de l'esthétique corporelle, une visée altruiste anime son entraînement afin de s'aider soi-même et d'aider les autres et développer certaines habiletés : *Être fort pour être utile*. (G. Hébert)

Ainsi naît et se développe sa philosophie, qui embrasse un domaine large bien au-delà de la simple culture physique. Elle est riche de six volets :

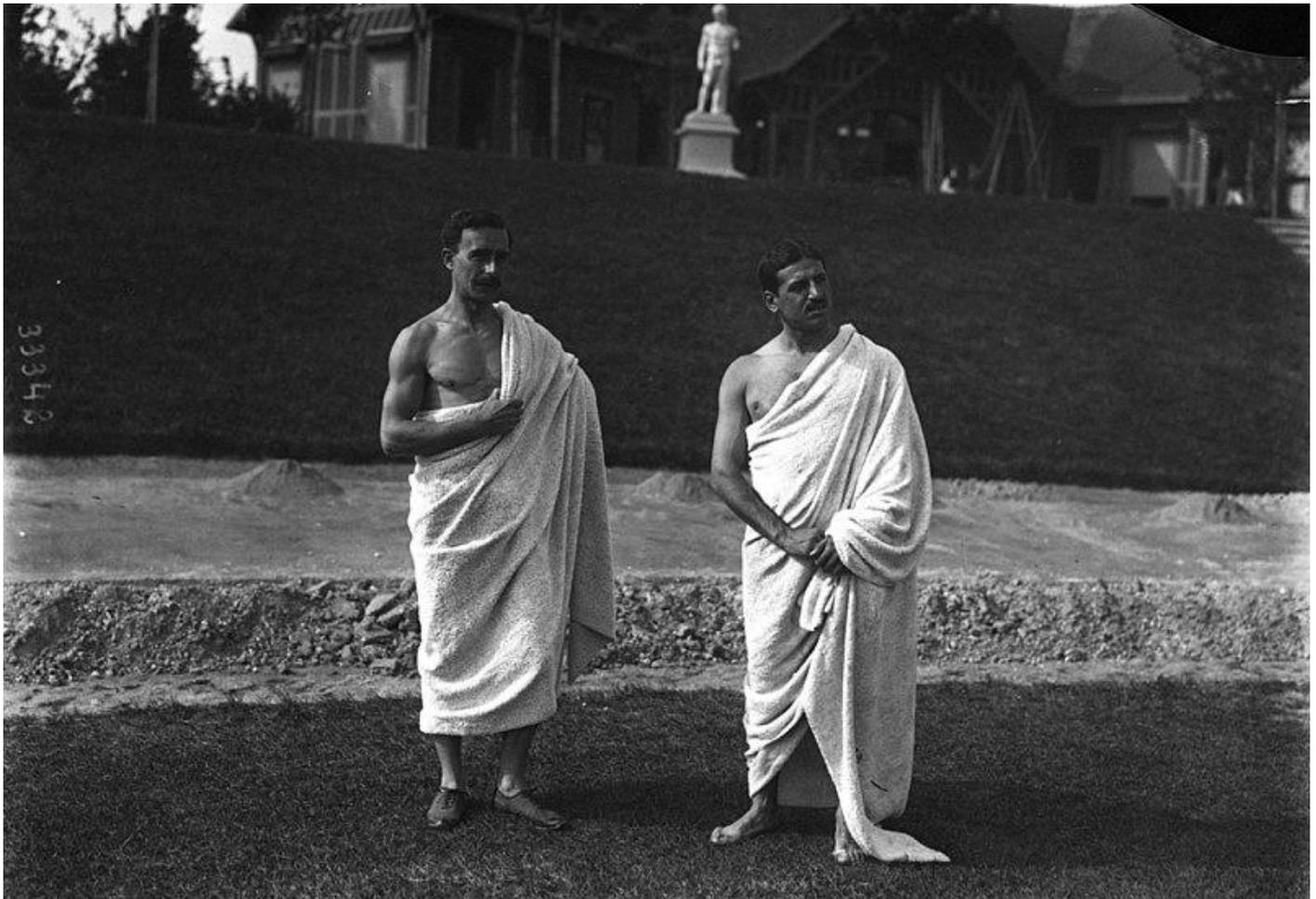
1. Un entraînement physique complet (méthode naturelle)
2. Un apprentissage des métiers manuels courants
3. Une culture mentale et morale
4. Une culture intellectuelle
5. Une culture esthétique
6. Une initiative naturiste

Pour chacune de ces activités, l'entraînement concerne tous les muscles du corps et toutes les habiletés dont l'usage est utile.

Finalement le nom d'hébertisme, répandu chez de nombreuses associations de France et de l'étranger, concerne sa méthode naturelle d'éducation physique. Pendant un temps méthode officielle des écoles françaises, elle est encore pratiquée en France, en Belgique et en Italie.

### **Sa méthode est adoptée par toute la Marine en 1909**

A partir de 1904, la Marine le charge de l'instruction de la gymnastique auprès 1200 hommes de troupe. Proche de Georges **Demenÿ** et de **Coubertin**, il remplace l'enseignement rigide et musculaire par un enseignement plus utilitaire aux résultats probants. Mais le reste de l'armée continue à utiliser la méthode officielle de l'école de Joinville.



**Jean Bouin** et Georges Hébert (à gauche) portant la toge en 1913 au collège d'athlètes de Reims.

Face à l'excellence des résultats, en 1909, la méthode Hébert est adoptée dans toute la Marine qui le nomme en 1910 directeur des exercices physiques.

En 1913, il accepte la direction technique du Collège d'athlètes de Reims. Il s'agit de promouvoir sa méthode dans la préparation de Jeux Olympiques prévus à Berlin en 1916

Après la guerre de 1914-1918 où il a été blessé, il se consacre à l'éducation physique civile et fonde en 1925 à Deauville *la Palestre*, communauté de femmes suivant ses principes.

Parmi son abondante littérature, entre 1907 et 1946, où il décrit sa méthode avec précision, *Le sport contre l'éducation physique* paru en 1925, dénonce les principales dérives de la spécialisation sportive.

Sources documentaires :

<https://fr.wikipedia.org/wiki/H%C3%A9bertisme>

[https://fr.wikipedia.org/wiki/Georges\\_H%C3%A9bert](https://fr.wikipedia.org/wiki/Georges_H%C3%A9bert)

<https://www.hebertisme.net/>

### **Visionnaire au service de l'humain dans son physique et son mental**

Entre Terre, Air et Feu, Georges Hébert marqué par le Taureau, les Gémeaux et le Bélier conjugue magnifiquement les atouts du terrien réaliste avec une combativité endurente et l'art de la pédagogie.

Qui mieux que les Gémeaux possède l'art du mouvement et des gestes organisés qui sont le propre de la gymnastique naturelle de ce pionnier ?

