

Cahier pratique 36: L'école du courage

Les enfants sont curieux et friands de nouvelles expériences. Ils disposent d'étonnantes capacités d'autoévaluation et d'appréciation des risques. Ce cahier pratique présente une méthode d'enseignement axée autour de la promotion de ces qualités et appliquée avec succès depuis plusieurs années.

L'objectif de l'enseignement du mouvement n'est pas de proscrire la moindre prise de risques, ni d'éliminer tous les dangers. Il s'agit d'évaluer et de surmonter des situations délicates.

Apprendre à mesurer les dangers et promouvoir le mouvement et la perception sont le meilleur moyen de prévenir les accidents. Cette approche est la pierre angulaire de l'ouvrage didactique «Courageux, c'est mieux!».



Mieux vaut prévenir

Des mouvements sûrs sont les garants d'un épanouissement sans accident. L'être humain est continuellement confronté à des événements qui nécessitent une analyse des dangers et des décisions rapides et appropriées. Une bonne aisance de mouvement est fortement dépendante des facultés de perception, des capacités de coordination et de la condition physique.

Des études faites par des assureurs-accidents le démontrent: la promotion du mouvement et de la perception, ainsi que la capacité de surmonter des situations à risques réduisent le nombre d'accidents au quotidien. Il faut savoir prendre des risques mesurés pour mieux réagir lorsque ceux-ci s'avèrent plus conséquents. Selon l'adage populaire, ce n'est qu'en tombant que l'on apprend à tomber!

Efficacité prouvée

Ce cahier pratique est une édition remaniée du numéro 5/01. Il invite les enseignants à prendre leur courage à deux mains et les encourage à placer le plaisir du mouvement au coeur de leur enseignement, à mettre sur pied un environnement propice au mouvement et à impliquer les enfants dans le processus de développement du mouvement.

Plus les expériences motrices sont nombreuses et variées entre 5 et 10 ans, plus la sécurité des mouvements est grande à l'adolescence et à l'âge adulte.

Ce cahier est à la fois une aide et une source d'idées pour l'enseignement du mouvement avec les enfants. Il tire son contenu de l'ouvrage «Courageux, c'est mieux», disponible dans le commerce et composé de 80 cartes sur lesquelles figurent explications et illustrations pour chaque exercice.

[Cahier pratique 36: L'école du courage \(pdf\)](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO