

Thème du mois 11/2021: Des expériences gratifiantes pour tous

Permettre à chaque élève de vivre des expériences positives marquées par des réussites personnelles durant le cours d'éducation physique est un grand défi pour les enseignants. Ce document met en lumière l'importance de cette mission et propose divers conseils et approches destinés aux enfants qu'on ne surnomme ni Messi ni Ronaldo.



Les enseignants d'éducation physique le savent: il est parfois difficile, voire presque impossible, de répondre aux besoins des élèves en surpoids ou avec des déficiences motrices. Ils touchent rarement la balle dans les jeux collectifs, atteignent difficilement un mètre au saut en hauteur. Un appui à la barre fixe ou une simple roulade en avant représentent pour eux des obstacles insurmontables. Ces échecs dont leurs camarades sont témoins peuvent sérieusement ternir l'estime de soi.

Selon le dernier rapport sur les enfants et les adolescents «Sport Suisse 2020», seuls deux à trois pour cent d'entre eux n'ont aucun accès au sport. Parmi eux, deux tiers ont vécu, dans le cadre de l'éducation physique à l'école, des expériences mitigées (51%), voire mauvaises (20%) ([Lamprecht et al. 2021:25](#)).

Solutions pour les situations critiques

L'objet central de ce thème est de savoir comment permettre à ces élèves de vivre des moments gratifiants dans les leçons d'éducation physique à l'école. Pour cela, des cas pratiques – pour la plupart connus des enseignants – ont été développés pour couvrir les six domaines de compétences définis dans le plan d'études alémanique (Lehrplan 21).

Les propositions s'articulent autour des cinq sources du concept de soi (voir p. 3) et partagent des conseils qui ont fait leurs preuves dans la pratique, bien que certains puissent sembler étranges, voire dérangeants. Mais c'est justement cette approche non conventionnelle qui permettra à une Sarah en surpoids ou à un Florian plutôt maladroit de retrouver l'envie de gambader à travers la salle de sport.

Bonnes pratiques éprouvées

Les idées d'activité se fondent sur le projet «FunFit» soutenu par Jeunesse+Sport. Mais à la différence du concept originel qui propose aux élèves en difficulté une leçon supplémentaire entre pairs dans un cadre protégé, il s'agit ici d'encourager les enseignants d'éducation physique à intégrer les idées dans le cours obligatoire.

L'auteur de ce thème du mois, créateur et chef de projet «FunFit», partage son expérience pratique d'enseignant d'éducation physique au degré secondaire I. Vous découvrirez notamment une [leçon-type FunFit](#) proposée dans le cadre du sport scolaire facultatif et complétée par des suggestions pour une mise en œuvre dans une leçon à l'école. Cette séquence contient également les feed-back des élèves relevés dans le cadre de l'évaluation du projet.

Thème du mois

[Des expériences gratifiantes pour tous](#) (pdf)

Articles

- [Les enfants veulent être sportifs](#)
- [Les cinq sources du concept de soi](#)

Moyen didactique

- [Liste de contrôle](#)

Pratique

- [Courir, sauter, lancer](#)
- [Se mouvoir aux agrès](#)
- [Interpréter et danser](#)
- [Jouer](#)
- [Glisser, rouler, se déplacer](#)

- Se déplacer dans l'eau

Leçon-type

- «FunFit»: La leçon de sport scolaire facultatif

Source: Rafael Bühlmann, enseignant d'éducation physique, créateur de FunFit, expert J+S Sport scolaire



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO