



Haute école spécialisée bernoise

**Haute école fédérale  
de sport de Macolin HEFSM**

# Rencontres en mouvement

## Manuel d'enseignement



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSP



## **Intégration sociale par le mouvement et par le sport**

Ce manuel a vu le jour dans le cadre du projet «Rencontres en mouvement – Intégration sociale par le mouvement et par le sport», exécuté conjointement par la Haute école fédérale de sport de Macolin HEFSM et la Swiss Academy for Development SAD entre 2005 et 2007. Des enseignants d'écoles de Berne, de Bienne, de Neuhausen et de Nidau ainsi que des moniteurs de sport de Bienne et de Nidau ont également été associés au projet et à l'élaboration du manuel. Des documents concernant le projet peuvent être obtenus auprès des différents partenaires ou téléchargés aux adresses suivantes:

**[www.baspo.ch](http://www.baspo.ch)**

**[www.sad.ch](http://www.sad.ch)**

# Table des matières

<b>Avant-propos</b> .....	4
<b>Introduction</b> .....	6
<b>Mode d'emploi</b> .....	8
<b>Remarques sur la planification et la réalisation de l'enseignement</b> .....	12
Planification .....	13
Réalisation .....	17
Evaluation .....	19
<b>Instructions pratiques</b> .....	21
«découvrir» .....	22
«essayer» .....	48
«persévérer» .....	64
Collaboration avec les parents .....	69
<b>Offres sportives locales – Sport organisé</b> .....	74
<b>Notes</b> .....	75
<b>Informations et sources</b> .....	76
<b>Impressum</b> .....	79

Afin de faciliter la lisibilité du texte, nous avons choisi d'utiliser le genre masculin, mais il va de soi que toutes les fonctions exprimées – moniteurs, enseignants, migrants, etc. – s'entendent également au féminin.

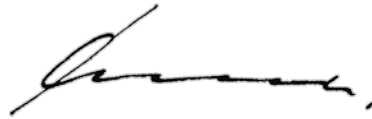
# Avant-propos

Le mouvement c'est la vie. Le mouvement est capital pour notre santé. Grâce au mouvement, nous adoptons de nouvelles positions, changeons de perspective, faisons des découvertes et entrons en contact avec les autres. C'est pourquoi les objectifs que la CDIP a fixés dans sa déclaration du 28 octobre 2005 en matière d'éducation au mouvement et de promotion de l'activité physique à l'école sont vastes: «Ils comprennent le plaisir de bouger, l'acquisition de compétences sociales, d'aptitudes motrices, de la capacité de performance cognitive, d'adresse, et bien d'autres choses encore.» Le sport et l'activité physique «offrent la possibilité d'apprendre à gérer pacifiquement les conflits (en développant et en encourageant l'esprit d'équipe et la sportivité) et sont de nature à faciliter l'intégration des personnes de culture différente.» Vue sous cet angle, la promotion de l'activité physique n'est pas seulement un volet d'une stratégie plus vaste de promotion de la santé, mais une chance pour les élèves d'apprendre, grâce au sport, à résoudre les conflits par des moyens loyaux.

Promouvoir l'activité physique dans le seul cadre de l'école ne suffit pas pour atteindre ces objectifs. L'école a besoin du soutien d'acteurs extrascolaires, à tous les niveaux, et doit s'inscrire dans un réseau. «Conférer les moyens et permettre», «Servir de médiateur», «Action concertée et coordonnée» sont des mots-clés de la Charte d'Ottawa de l'Organisation mondiale de la santé (OMS): chacun doit participer à la promotion de la santé, comprendre son utilité et avoir également accès aux différentes possibilités qui s'offrent à lui. Cela ne signifie nullement que tout le monde doit pratiquer un sport de haut niveau, entrer dans une équipe de football ou fréquenter les salles de fitness. Cependant, la promotion de l'activité physique doit permettre à chacun d'avoir accès à des activités sportives et de prendre conscience de ce qui est bon pour lui et sa santé.

Le présent manuel ne s'entend pas comme un ouvrage didactique, limité au seul usage scolaire: il propose aux enseignants des outils pratiques pour rendre leurs élèves, et notamment ceux que leur entourage familial n'encourage pas, attentifs aux offres de loisirs et de sports extrascolaires existant à proximité de chez eux et les inciter à en profiter. Il contient également des idées sur la manière dont les enseignants peuvent contourner les obstacles – comme les réserves des parents sceptiques ou opposés aux activités physiques en dehors de l'école, ou l'accès (difficile) aux sports qui coûtent cher – et collaborer avec les partenaires extrascolaires, dont font partie les parents.

Nous sommes certains que ce manuel fournira des idées pratiques à tous les enseignants sur la manière d'introduire le «mouvement» dans la vie quotidienne de leurs élèves et de permettre les rencontres.



Hans Ambühl  
Secrétaire général  
Conférence suisse des directeurs  
cantonaux de l'instruction publique  
(CDIP)



Regina Bühlmann  
Chargée des questions de migration  
Conférence suisse des directeurs  
cantonaux de l'instruction publique  
(CDIP)

La société a tout intérêt à ce que nos enfants et nos adolescents apprennent à aménager judicieusement leur temps libre. Leur engagement dans le domaine des loisirs contribue à leur maîtrise de la vie quotidienne et à leur développement personnel. Les enfants peuvent ainsi vivre – avec leurs camarades – des sentiments d’appartenance et de capacité.

Un des loisirs qui réunit, et de loin, le plus grand nombre d’enfants et d’adolescents, c’est le sport. Plus de 25 000 clubs sportifs sont en principe ouverts à tous ceux qui s’y intéressent.

**Jeunesse+Sport**, un instrument de promotion de la Confédération, soutient quelque 500 000 jeunes de 10 à 20 ans qui s’entraînent toutes les semaines sous la houlette de spécialistes dans les clubs sportifs. Le sport et le jeu, il faut le souligner, combinent des aspects physiques, psychiques et sociaux. Et réalisent idéalement la solution préconisée par Pestalozzi de conjuguer la tête, le cœur et la main.

Le manuel d’enseignement propose des voies permettant d’aborder la thématique de l’aménagement des loisirs, dans le cadre de projets ou de la scolarité normale, et d’établir des liens avec les clubs sportifs. D’entente avec les entraîneurs des clubs, les enseignants organisent des séances d’entraînement à l’essai auxquelles les enfants peuvent participer en groupe ou en tandem. Il est important ce faisant que les efforts de promotion des activités physiques soient soutenus par les parents.

Quel est le rapport avec l’intégration sociale des enfants issus des migrations? A l’exception du football et de quelques sports de combat, les jeunes immigrés sont nettement sous-représentés dans les clubs sportifs de Suisse. Cette réalité s’explique notamment par le manque d’information dont souffrent les migrants, mais aussi les clubs sportifs, ou par des blocages et des barrières qu’il s’agit de supprimer. Le présent ouvrage encourage la diffusion de l’information via l’institution scolaire, ouvrant des portes et améliorant l’égalité des chances des enfants issus des migrations.



Walter Mengisen  
Recteur de la Haute école fédérale  
de sport de Macolin HEFSM



Anton Lehmann  
Docent et collaborateur scientifique  
pour les questions d’intégration  
et de prévention  
Haute école fédérale de sport  
de Macolin HEFSM

# Introduction

## Rencontres en mouvement

Le manuel «Rencontres en mouvement» s'entend comme une stimulation et un outil de travail pour le corps enseignant. Il doit les aider à promouvoir l'intégration sociale des enfants et des adolescents issus des migrations grâce à l'activité physique et au sport.

Le titre même du manuel – «Rencontres en mouvement» – exprime son double objectif: inciter les enfants et les adolescents à découvrir ce qu'ils ne connaissent pas, à redécouvrir ce qu'ils connaissent et à surmonter les différences culturelles de manière ludique. Et parallèlement, leur donner accès au mouvement et au sport. Le manuel entend également aiguïser la conscience des enseignants, des parents et des représentants du sport organisé (clubs sportifs, sport scolaire facultatif, écoles de danse ou d'arts martiaux, etc.) aussi bien sur les rencontres interculturelles que sur la promotion de l'activité physique.

Les recommandations contenues dans le manuel sont le fruit des expériences qui ont été réunies dans la collaboration des enseignants de plusieurs écoles de Berne, de Bienne, de Neuhausen et de Nidau et de moniteurs de sport de Bienne et de Nidau, qui ont pris part à l'élaboration du manuel entre 2005 et 2007. Les citations reproduites en italiques dans les différents chapitres illustrent leurs expériences dans ce travail.

## Le mouvement et le sport comme cadre de la rencontre

Les migrations et la diversité culturelle sont présentes dans tous les domaines de notre vie quotidienne. Pour assurer la coexistence pacifique de tous, il faut adopter une attitude constructive face à cette diversité culturelle – à l'école, dans les clubs de sport et dans la vie de tous les jours –, chose qui n'est pas toujours facile. Avec l'augmentation du nombre d'élèves provenant des régions les plus diverses du

monde, l'école se trouve confrontée à d'énormes problèmes de communication. Néanmoins, la diversité culturelle, et notamment la diversité linguistique, régnant dans une classe peut être enrichissante. L'environnement scolaire offre une chance d'agir de manière positive sur les rencontres et les conflits interculturels. Les échanges avec les «étrangers» permettent de discuter des similitudes et des différences et de construire des relations solides. La classe permet de tester la vie en commun dans un cadre protégé; on y enseigne et on y apprend les valeurs et les règles communes ainsi que l'attitude à adopter envers les différences et la diversité.

Le mouvement et le sport peuvent soutenir ces efforts. Grâce au mouvement et au sport, les jeunes conçoivent différentes formes de vie et de coexistence sur un mode ludique et varié. Le sport se caractérise par des rencontres naturelles, qui encouragent la compréhension mutuelle. Et, sans parler du fait que les activités sportives augmentent le bien-être physique et moral, elles ont aussi des effets favorables sur les compétences sociales de chacun. Le sport organisé, tout particulièrement, offre un cadre idéal à l'intégration sociale. Les enfants et les adolescents s'insèrent dans un réseau de relations personnelles et jouissent d'une reconnaissance. La participation régulière à des activités, à des règles du jeu claires et à des processus ritualisés engendrent des formes de comportement et d'attitude qui ont des effets au-delà du sport.

## L'école: une médiatrice

L'activité physique et le sport sont en principe ouverts à tous, indépendamment de l'âge, du milieu social, du sexe, de l'origine ou de la langue maternelle. Diverses études<sup>1</sup> montrent toutefois que les migrants sont sous-représentés aussi bien dans le sport pratiqué à titre personnel que dans le sport organisé. Des valeurs empiriques tirées de différents projets<sup>2</sup> indiquent que les enfants et les adolescents issus des migrations ont difficilement accès au sport organisé. Le manque d'information, aussi



bien côté clubs sportifs que côté migrants, les empêche d'accéder facilement aux possibilités d'activités physiques et sportives. Viennent s'y ajouter les préjugés et le manque de confiance de part et d'autre. Les enfants et les adolescents qui ont besoin de l'approbation de leurs parents sont précisément ceux qui ne pourront pratiquement pas adhérer à un club. Les migrants possèdent peu ou pas de connaissances sur le système sportif suisse et sur les structures et le mode de fonctionnement des clubs sportifs ou ils n'ont pas confiance dans ce système. Et de nombreux clubs sportifs n'ont pas conscience de l'existence de ce groupe cible potentiel.

L'école peut fournir une précieuse contribution en facilitant l'accès des enfants et des adolescents à l'activité physique et au sport. Grâce à elle, un premier pas est fait en direction de l'intégration sociale, au sens large. Les enfants, les adolescents et les clubs sportifs ne sont pas les seuls à profiter de sa médiation, l'enseignement scolaire en est également enrichi.

## Effets

L'«intégration»<sup>3</sup>, c'est la participation de tous à tous les domaines de la société, notamment à l'éducation et aux loisirs, essentiels pour les enfants et les adolescents. Ce manuel fournit des indications sur les moyens d'aménager activement les loisirs des enfants et des adolescents issus des migrations, encourageant la participation et facilitant ainsi l'accès de ce groupe cible au sport organisé. L'organisation des loisirs des enfants suisses est également prise en considération dans la mesure où ces derniers participent de manière déterminante au processus d'intégration.

L'école ne fonctionne pas seulement comme une médiatrice. La réflexion sur la thématique de l'intégration par le mouvement et par le sport a également des effets positifs sur le climat scolaire et sur l'enseignement, et elle encourage l'intégration dans la classe. L'importance de la réflexion menée à l'école, un enseignant du primaire la formule ainsi:

**«L'intégration est, de manière générale, un thème très important dans notre école. Nous avons des enfants avec de gros problèmes, et nous le savons: plus ces enfants sont intégrés dans notre société, plus cela facilite notre travail à l'école. Le thème nous tient donc à cœur. Il est pour ainsi dire vital que nous puissions bien intégrer les enfants.»**

*Enseignant du primaire, école Rosenberg, Neuhausen*

### **L'utilisation de ce manuel a des effets positifs sur de nombreux domaines importants pour l'école:**

- **Appui du processus éducatif:** l'estime de soi et la motivation des élèves à apprendre sont renforcées par le mouvement, et la capacité de performance cognitive est augmentée. Le travail sur la thématique a également des effets positifs sur l'initiative individuelle et sur l'ambiance régnant dans la classe et à l'école.
- **Appui de l'acquisition des langues:** la base non verbale de l'activité physique et du sport ouvre des portes en cas de problèmes de communication (dus p. ex. au manque de compétences linguistiques) et permet d'entrer dans le groupe. Le mouvement et le sport peuvent ensuite être utilisés pour acquérir des compétences linguistiques.
- **Développement des compétences sociales:** le mouvement et le sport permettent de développer la capacité de communiquer, de gérer les conflits, l'esprit de coopération et d'équipe, la solidarité, le respect, l'esprit critique et la loyauté réciproque. Ils renforcent non seulement la sensibilité, mais aussi la confiance en soi.
- **Prévention de la violence:** dans le mouvement et le sport, les enfants et les adolescents peuvent s'exercer à gérer leurs émotions sans violence. Dans le contact direct et l'interaction lors du jeu et de la compétition, les émotions, telles que la joie, la colère, la frustration, l'agressivité, la peur, l'euphorie jouent un rôle important. Elles doivent être vécues et ressenties, sans pour autant être déterminantes. C'est pourquoi les sports individuels comme les sports d'équipe sont régis par des règles négociées et respectées.
- **Encouragement de l'initiative des élèves dans l'aménagement de leurs loisirs:** aborder la thématique des loisirs dans la classe permet aux élèves d'apprendre à connaître une foule d'activités. Leur horizon s'en voit élargi non seulement eu égard aux possibilités d'activités physiques et sportives; ils sont aussi incités à aménager activement leur temps libre.
- **Promotion de la santé:** le mouvement, le jeu et le sport ont des effets positifs sur la santé et les émotions.

# Mode d'emploi

## Structure du manuel

«Rencontres en mouvement» fournit des idées, des recommandations sur la manière d'agir et des matériels pratiques sous la forme d'un manuel et d'un CD<sup>4</sup>. La manière concrète d'agir, la combinaison des activités et le cadre temporel effectif dépendent toutefois des objectifs des enseignants, des niveaux scolaires auxquels le travail s'effectue et de l'environnement de l'école.

Ce chapitre est une sorte de mode d'emploi. La deuxième partie du manuel fournit des indications sur les activités pratiques pendant les différentes phases (planification, réalisation et évaluation des activités) du travail. La troisième partie contient des instructions concrètes sur les activités. Une petite digression à la fin du manuel décrit les modes de fonctionnement et les particularités du sport organisé, afin de favoriser la collaboration entre les enseignants et ce domaine sportif.

Le manuel est composé de plusieurs éléments, parmi lesquels des informations, des fiches de travail pour la préparation et l'enseignement ainsi que des instructions sur les activités pratiques. A des fins de clarté, ces divers éléments sont signalés par différentes couleurs:

- **Informations**

Les sections signalées en violet fournissent des informations, comme ce mode d'emploi, des indications sur la planification et la réalisation de l'enseignement ou des références bibliographiques.

- **Instructions pratiques/Activité 1**

Les sections signalées en jaune consistent dans des instructions sur les différentes étapes du travail et activités.

- **Fiche de travail 1**

Les sections signalées en bleu sont des fiches de travail destinées aux enseignants. Elles sont censées les aider dans la préparation, la planification, la réalisation et l'évaluation des activités.

- **Fiche de travail 4**

Les sections signalées en vert contiennent des devoirs pour les élèves, à faire en classe ou à la maison.

Les fiches de travail peuvent être photocopiées et utilisées directement pendant l'enseignement, ou lors de la préparation et de l'évaluation. Lorsque la situation impose des ajustements ou des modifications, les fiches de travail peuvent être ouvertes sur le CD et remaniées.

## Groupe(s) cible(s)

Le manuel entend à la fois stimuler les enseignants de l'école obligatoire et leur fournir un outil de travail. Mais son véritable groupe cible, ce sont les élèves. Il se focalise en priorité sur les enfants et les adolescents issus des migrations. En effet, l'accès au sport organisé leur est généralement plus difficile qu'aux enfants suisses. Leurs familles ont peu de liens avec le sport organisé et moins de contacts sociaux à l'intérieur de ce réseau. Le sexe féminin est lui aussi sous-représenté dans les clubs, et la tendance est encore renforcée chez les personnes issues des migrations. Les raisons en sont nombreuses: manque d'information, peurs, préjugés de part et d'autre, difficultés financières, mais aussi obstacles structurels, tels que le montant des cotisations d'adhésion, des heures d'entraînement peu pratiques ou encore une promotion insuffisante des disciplines sportives qui attirent le sexe féminin<sup>5</sup>. Les activités recommandées dans le manuel devraient permettre de supprimer quelques-uns de ces obstacles. L'intégration étant un processus qui concerne tous les acteurs de la société, il est important que tous les enfants, les parents, les enseignants et les moniteurs de sport soient impliqués, et pas seulement les migrants:

**«Ce travail n'est pas seulement important pour les enfants issus des migrations, mais aussi pour les enfants suisses. Les clubs sportifs offrent la possibilité de chercher et de trouver des contacts.»**

*Enseignante du primaire,  
Ecole du Marché-Neuf, Bienne*

La participation active des parents est capitale. Il ne suffit généralement pas d'informer, de sensibiliser et de gagner l'enthousiasme des élèves. Etant donné que ce sont les parents qui décident de ce que font leurs enfants pendant leur temps libre, il faut informer les parents, les amener à adhérer et à participer au projet.

## Niveaux scolaires

L'approche se prête à toute la durée de la scolarité obligatoire, c'est-à-dire au travail avec les enfants et les adolescents des degrés primaire et secondaire I. Toutes les activités ne sont pas aussi judicieuses et praticables à tous les niveaux. Certaines d'entre elles sont destinées à certains degrés, d'autres appelées «variantes» étant prévues pour d'autres degrés.

## Disciplines

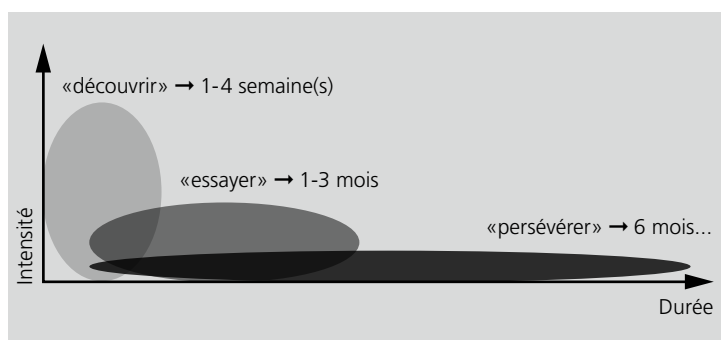
Les activités décrites dans le manuel peuvent être abordées pendant les cours de français, d'éducation physique ainsi que dans le domaine disciplinaire Science de l'Homme et de la Société.

La thématique de «Rencontres en mouvement» peut être reliée, dans l'enseignement, aux contenus qui figurent déjà dans le plan d'études (éducation physique ou autre). Il n'en résulte pas beaucoup de travail supplémentaire pour l'enseignant, ni de perte de temps pour la matière enseignée. Il est déterminant, dans le choix des activités, de considérer la situation, la manière d'agir sur elle et le groupe cible.

## Etapes du processus

Une voie qui permet de faciliter l'accès des enfants et des adolescents au sport organisé, et qui a fait ses preuves, consiste à procéder par étapes. Pour éviter que les enfants et les adolescents ne soient débordés ou qu'ils aient une réaction défensive, on ne les jette pas à l'eau comme ça, mais on leur présente progressivement les possibilités des clubs. L'approche se fait en trois temps ou étapes:

### «découvrir – essayer – persévérer»



Les activités proposées dans la troisième partie du manuel, et qui concernent les trois étapes, sont orientées aussi bien sur la réflexion théorique dans l'enseignement scolaire que sur des exercices pratiques et des essais pendant les cours d'éducation physique ou à l'extérieur de l'école.

**«découvrir»** – La première étape consiste à sensibiliser les élèves, pendant les cours, à l'organisation active de leurs loisirs. Il s'agit de les informer sur l'initiative qu'ils doivent prendre personnellement pour aménager leurs loisirs et sur les possibilités qui s'offrent localement à eux. La réflexion sur la question, en classe, leur permet de se familiariser avec les différentes activités et à prendre conscience de la conception de leurs loisirs par rapport à celle des autres. Les enseignants découvrent pour leur part d'autres aspects de leurs élèves.

Parallèlement, les cours d'éducation physique et les activités exercées en dehors des heures de cours (p. ex. excursions ou journées de projet) offrent l'occasion de présenter concrètement différentes disciplines sportives et formes de mouvement pouvant être pratiquées localement. Les élèves reçoivent un aperçu des différentes possibilités, sont motivés et incités à essayer quelque chose de nouveau. La mise en

relation de l'information et des activités pratiques permet de réduire les complexes et les préjugés et suscite l'enthousiasme des élèves; elle a aussi des effets positifs sur l'initiative personnelle des élèves et l'ambiance régnant à l'école.

**«Je n'aurais pas imaginé que les élèves se donneraient autant. Ils ont d'eux-mêmes pris l'initiative et totalement adhéré à ce que les autres leurs présentaient. J'ai été fasciné de voir combien ils étaient motivés. Et combien ils participent à une thématique qui dépasse le cadre de l'école.»**

***Enseignant du primaire, école Rosenberg, Neuhausen***

**«essayer»** – Dans un second temps, les élèves s'essaient aux offres sportives locales. Cette étape est indispensable pour pouvoir véritablement ouvrir l'accès au sport organisé. Les élèves ne doivent pas se limiter à essayer les offres des clubs. Les activités faciles d'accès, telles que le sport scolaire facultatif, les cours limités dans le temps ou les passeports-vacances présentent moins d'obstacles parce qu'elles ne sont pas contraignantes et se déroulent souvent dans le cadre habituel de l'école. Les obstacles peuvent être surmontés à l'aide d'offres à l'essai, de visites de moniteurs de sport à l'école, d'un système de parrainage ou de tandem et de manifestations familiales.

**«persévérer»** – Au terme des deux premières étapes, les élèves ont essayé des activités, ça leur a plu, mais il n'est pas encore évident qu'ils vont «persévérer». Il est important, pour la durabilité de la médiation, que des «évaluations» soient faites en classe ou des entretiens aient lieu avec les élèves. Ces évaluations permettent de déceler les éventuels problèmes posés par les activités des clubs et de les résoudre.



## Cadre temporel

Le temps que réclame l'intégration sociale par le mouvement et par le sport peut varier considérablement. On peut envisager un travail limité dans le temps, de type projet. Pareils projets peuvent durer quelques jours ou semaines (p. ex. à la période entre vacances d'été et vacances d'automne) ou s'étaler sur un trimestre, un semestre ou une année scolaire. La thématique peut également s'inscrire dans une stratégie à long terme et de grande ampleur, comme une «stratégie d'intégration», ancrée dans la charte de l'école, le plan d'étude et l'enseignement quotidien. Plus la thématique a des bases larges – au sein de l'école, voire de la commune –, plus le travail sera long et plus son effet sera durable.

Une réflexion intensive et de courte durée peut susciter beaucoup d'enthousiasme, mais l'expérience montre que cet enthousiasme retombe au bout de quelque temps. Pour l'éviter, on peut prévoir du temps pour le traitement ultérieur de la thématique. Quelque soit la durée du travail consacré à la question, il est important pour la prise de conscience des élèves que des liens clairs soient établis entre les différentes activités et leur vie quotidienne. Pour encourager la durabilité, le travail devrait être documenté de plusieurs manières (texte, photos, poster, film).

La réflexion théorique sur la thématique, centrale dans l'étape «découvrir», doit être menée de manière intensive, mais limitée dans le temps.

Les activités, comme la production d'affiches ou de présentations, doivent être exécutées dans un cadre compréhensible pour les enfants et les adolescents, afin d'éviter toute lassitude. La réflexion théorique sert de base de travail et sensibilise les enfants et les adolescents. L'enthousiasme et la motivation nécessaires pour qu'ils passent à l'action ne peuvent toutefois être éveillés que par des expériences pratiques. Les activités pratiques, intervenant surtout dans l'étape «essayer», ne doivent pas elles non plus être trop intensives, c'est-à-dire exécutées dans un laps de temps trop court, mais plutôt étalées dans le temps. On évite ainsi que les élèves soient débordés par une masse de possibilités, ne se rappellent finalement plus de chacune d'entre elles et ne soient plus capables de choisir.

Les recommandations concernant le cadre temporel sont illustrées dans le graphique sur les trois étapes.

## Obstacles

### Manque d'informations et de confiance

Comme nous l'avons dit en introduction, la sous-représentation des migrants dans le sport organisé s'explique surtout par le manque d'informations dont souffrent aussi bien les migrants que les représentants du sport organisé. Peuvent s'y ajouter des peurs, des préjugés et un manque de confiance, de part et d'autre. Pour les plus jeunes, et notamment les filles, tributaires de l'autorisation de leurs parents, l'adhésion à un club est quasiment impossible. D'un côté, les parents ne sont pas informés sur les offres extrascolaires ou ils n'ont pas confiance en elles. De l'autre, bien des clubs sportifs n'ont pas conscience de l'existence du groupe cible que sont les migrants, ou leurs membres ont des préjugés.

Le manque d'informations peut en partie être comblé par le travail basé sur ce manuel. Il est plus difficile de réduire les peurs et les préjugés et de créer une base de confiance. L'école peut jouer un rôle de médiatrice entre les migrants et le sport organisé. Elle permet les rencontres entre élèves, parents et moniteurs de sport extérieurs à l'école dans un cadre familial. Pour préserver ou instaurer la confiance des parents dans l'école, il faut les informer sur toutes les activités et si possible les y associer. Cette opération permet

de cerner plus rapidement les peurs, les préjugés ou les problèmes financiers et de les aborder directement.

### Structures du sport organisé

L'absence de conscience ou une conscience marquée par les peurs et les préjugés ne sont pas les seuls obstacles. Les structures des clubs (horaire des entraînements, cotisation des membres, composition du comité, etc.) peuvent également en rendre l'accès difficile. Adapter ces structures aux besoins de nouveaux membres, c'est-à-dire les «ouvrir» en termes structurels, ne va pas de soi. Si certains clubs s'intéressent à l'arrivée de nouveaux membres et s'efforcent de s'ouvrir, d'autres ont une attitude inverse. Les activités ou disciplines sportives moins connues – ou celles qui luttent contre des adhésions en baisse – se montrent généralement plus ouvertes envers de nouveaux membres. Ils sont donc prêts à participer aux activités.

### Ressources financières

Les cotisations de membre ou le coût des équipements sont souvent un obstacle. La sous-représentation de certaines catégories dans les clubs illustre donc fréquemment un phénomène social. La question des coûts engendrés par les activités proposées dans le manuel doit être abordée ouvertement. S'ils représentent un problème pour les parents, il faut chercher ensemble une solution. Le matériel d'équipement peut par exemple être acheté meilleur marché dans une bourse d'échange ou emprunté à l'intérieur de la classe ou du club. En cas de problème de financement des cotisations, il est possible de s'adresser au club concerné. Quelques clubs disposent d'un fonds spécial pour ces situations ou proposent des rabais. Les communes scolaires offrent des possibilités de soutien, par exemple pour la participation à des camps de ski ou autres. L'important est que le problème soit abordé et qu'une solution soit recherchée.

# Remarques sur la planification et la réalisation de l'enseignement

Ce chapitre fournit des indications pour préparer la thématique et la mettre en œuvre pendant l'enseignement. Les instructions et les fiches de travail sur la planification, la réalisation et l'évaluation sont autant d'instruments pratiques destinés à faciliter le travail.





## Planification

La phase de planification sert à clarifier la situation qui doit être modifiée grâce aux activités concrètes dans l'enseignement. L'aide à la planification (fiche de travail 1) et le calendrier (fiche de travail 2) servent à consigner et à refléter les aspects suivants: motivation à travailler sur la thématique, groupe cible, environnement, objectifs, ressources et cadre temporel. Selon la situation, ces points peuvent être complétés par d'autres thèmes.

- Obtenir un aperçu de la situation à modifier
- Faciliter le choix d'activités concrètes pour l'enseignement
- Préparer la mise en œuvre de la thématique dans l'enseignement

Fiches de travail 1 et 2

Aide à la planification et calendrier: 1 à 2 heure(s)

### Motivation

Il faut au départ expliquer les raisons pour lesquelles le thème de «l'intégration par le sport» est abordé. Formuler et établir les intentions et les attentes le concernant. Les enseignants doivent réfléchir à la situation qu'ils veulent changer et à la manière de le faire ainsi qu'aux effets que leur travail devrait avoir. Ils peuvent décider du groupe cible, des activités appropriées, du cadre temporel, etc.

### Groupe cible

La situation, les besoins et l'environnement du groupe cible influent sur les activités concrètes. C'est pourquoi il est important de se poser des questions sur le groupe cible avant de passer à la mise en œuvre. Les aspects suivants peuvent jouer un rôle: Proportion des élèves issus des migrations, proportion des garçons et des filles, loisirs des élèves, atmosphère, attitude et contacts entre les élèves et entre les différentes classes, résultats scolaires, motivation, conditions familiales, situation du logement, santé.

### Description

### Objectifs

### Matériel et sources

### Durée

### Remarques

---

## Environnement

L'enseignement ne peut généralement être configuré en toute autonomie. Plusieurs facteurs influent sur le travail pratique. Lorsque ces facteurs sont connus à l'avance, il est possible de tirer parti des influx positifs et d'atténuer les influx négatifs. Les facteurs importants sont les suivants:

Atmosphère entre collègues et communication au sein de l'école, collaboration entre les enseignants, intérêt et engagement de la direction de l'école dans de nouveaux thèmes, infrastructure existante (espaces et matériel dans et autour du bâtiment scolaire, offres d'activités physiques facultatives à l'école, etc.), contacts avec la commune, l'autorité scolaire, le service des sports, offres d'activités physiques et infrastructures dans la région.

## Objectifs

Une fois connus la motivation, le groupe cible et l'environnement, il est important de réfléchir aux objectifs à atteindre. Si les objectifs sont définis avec précision et réalisme, il est possible de choisir des activités adaptées et de prévoir la marche à suivre. Plus les objectifs sont formulés de manière claire et concrète (p. ex. «Les élèves connaissent l'offre sportive locale» ou «Tous les élèves ont essayé au moins une fois une activité, un cinquième d'entre eux ont persévéré sur une plus longue période»), plus il est possible d'évaluer pendant ou après la mise en œuvre s'ils ont été atteints ou non. Et d'éviter les déceptions dues à des objectifs irréalistes.

## Ressources

Une des tâches de la phase de planification consiste à clarifier les ressources humaines, temporelles et financières dont on dispose. En principe, on peut et il faut intégrer les activités recommandées ici dans l'enseignement normal ou les inscrire dans des manifestations spéciales, dans le cadre du fonctionnement scolaire. Si la possibilité d'obtenir un soutien financier et/ou humain supplémentaire existe, du côté de la direction de l'école, de la commune ou sous la forme d'une collaboration d'un autre enseignant ou moniteur de sport extérieur, cela permet de réduire le temps investi par chaque participant et/ou d'augmenter la dimension des activités. Toutes les expériences faites précédemment dans la promotion de l'intégration et du mouvement constituent des ressources importantes.

## Cadre temporel

Un calendrier clair facilite la réalisation des différentes activités. Une mise en œuvre trop compacte comporte le risque de submerger les élèves d'informations, les empêchant de percevoir correctement les différentes activités. A l'inverse, si la mise en œuvre est trop étalée dans le temps, la thématique se disperse, et les élèves perdent le fil. Lorsque plusieurs acteurs participent au travail, un calendrier assure la clarté et permet d'éviter les malentendus.

Le calendrier ne s'entend pas comme une consigne stricte. La flexibilité est importante pendant la phase de réalisation, elle permet de répondre aux besoins spécifiques et aux changements. Un calendrier devrait également être établi dans la perspective de la mise en œuvre de certaines activités. Selon le semestre (la saison), le choix des disciplines sportives à envisager est limité.

## Remarques

## Fiche de travail 1: Aide à la planification

Motivation:

---

---

---

---

Groupe cible:

---

---

---

---

Environnement:

---

---

---

---

Objectifs:

---

---

---

---

Ressources:

---

---

---

---

---

## Fiche de travail 2: Calendrier

<b>Phase «découvrir»</b>	Mois: _____	<b>Semaine(s) – N°:</b>				
Activités:						
<b>Phase «essayer»</b>	Mois: _____	<b>Semaine(s) – N°:</b>				
Activités:						
<b>Phase «persévérer»</b>	Mois: _____	<b>Semaine(s) – N°:</b>				
Activités:						



## Réalisation

Les documents de planification (fiches de travail 1 et 2) sont des outils de référence pour l'enseignement. Contrôlés régulièrement, ils permettent de réfléchir au bon déroulement des opérations et, si nécessaire, de procéder à des modifications. Lorsque plusieurs personnes collaborent au travail, des séances sont nécessaires. Dans la phase de réalisation, il est également utile de documenter régulièrement les activités. Un journal mensuel ou hebdomadaire systématique (fiche de travail 3) permet de fixer les principales impressions. Il facilite l'évaluation et, le cas échéant, la répétition du travail avec une autre classe.

- Piloter les activités
- S'orienter et avoir une vue d'ensemble du déroulement des opérations
- Documenter les principales impressions, succès et écueils en vue de la suite ou d'une répétition

Fiches de travail 1, 2 et 3

Selon la durée et l'ampleur de la mise en œuvre et la forme de la collaboration:  
15 minutes – 1 heure par semaine ou par mois.

### Collaboration avec d'autres enseignants

La collaboration avec d'autres enseignants ne présente pas seulement un intérêt du point de vue de la division du travail. En soi, elle augmente le caractère contraignant, c'est-à-dire la probabilité que les activités prévues soient réellement exécutées. La coordination et le réseautage à l'intérieur du corps enseignant sont utiles à la durabilité de la thématique à l'école. Lorsqu'une telle collaboration voit le jour, toutes les parties devraient se réunir à intervalles réguliers pour discuter des activités déjà exécutées et prévues. Pour que la communication soit claire, il faut fixer les domaines de compétence et de responsabilité de chaque participant.

### Combinaison de la théorie et de la pratique

Dans le travail sur la thématique de l'intégration par le mouvement et par le sport, il est capital de veiller à ce que l'enseignement théorique s'accompagne de nombreux exercices pratiques, visites, essais et autres. Les expériences concrètes, surtout, sont sources d'enthousiasme et de mobilisation.

Comme nous l'avons déjà dit, la réflexion théorique devrait être intensive, mais de courte durée, tandis que les activités pratiques devraient être réparties sur une longue période.

## Description

### Objectifs

### Matériel et sources

### Durée

### Remarques

---

**Adhésion des parents**

Il est capital d'associer les parents dès le départ. Le sport organisé se pratique pendant le temps libre des élèves, et les parents y jouent un rôle décisif. Comme l'illustre cette citation d'une enseignante d'école primaire de Bienne, l'adhésion des parents est très importante. C'est pourquoi il faut les informer très vite des activités, mais aussi les convaincre de leur contenu.

**Remarques**

***«La collaboration avec les parents a été totalement inexistante. Elle aurait pourtant été nécessaire pour 2 à 3 enfants. Ceux qui se sont inscrits sont soutenus par leurs parents. Pour les autres, c'est difficile.»***

***Enseignante du primaire, Ecole du Marché-Neuf,  
Bienne***

En ce qui concerne la collaboration avec les parents, il faut impérativement voir si le recours à un médiateur interculturel ou la traduction des principaux documents d'information sont nécessaires. Cela peut éviter des malentendus et le rejet de la responsabilité sur la «traduction» des enfants.

**Documentation de la réalisation**

Lorsque les activités ne sont pas seulement documentées par écrit, mais aussi par des moyens visuels (photo, film, dessins, etc.), les expériences sont consignées de manière à permettre de répéter les activités avec une autre classe, mais surtout, elles restent en mémoire bien plus longtemps. Elles peuvent également être exposées ou présentées; et d'autres peuvent à leur tour y participer.

---

## Evaluation

L'évaluation des activités est importante pour l'assurance de la qualité. On entend par évaluation la réunion systématique des données, leur exploitation et leur interprétation.

L'évaluation fournit des informations sur la qualité des prestations et a pour objectif de les optimiser. Elle permet aussi d'apprécier l'effet des activités exécutées. Il s'agit de noter les points forts et les points faibles, les écueils et les succès, et de tirer des conclusions en vue d'une éventuelle poursuite ou répétition du travail avec une autre classe.

A côté des séances d'évaluation avec les élèves et/ou les autres enseignants impliqués et d'autres formes d'évaluation (activités 15, 16 et 17), il vaut la peine de consigner régulièrement les observations faites pendant la réalisation sur le déroulement des activités. Un journal mensuel ou hebdomadaire (fiche de travail 3) se prête tout à fait au recensement des principales impressions. Durant les semaines de projet, un tel journal peut être tenu quotidiennement.

- Apprécier les objectifs atteints et les effets
- Réunir des informations en vue de la poursuite ou de la répétition du travail
- Documenter les principales impressions, les succès et les écueils en vue de la poursuite ou de la répétition du travail

- Fiche de travail 3
- Activités 15, 16 et 17
- Le dossier thématique «Qualité à l'école», qui peut être consulté sous [www.educa.ch](http://www.educa.ch), porte sur la définition, l'évaluation et le contrôle de la qualité dans tous les domaines scolaires et sur des projets pilotes sur le sujet.

- Journal: 15 minutes par semaine ou par mois
- Séances d'évaluation: 1-2 heure(s)

- Aucune évaluation coûteuse n'est nécessaire: une série de discussions avec les élèves ou les autres enseignants impliqués fournit des informations sur les objectifs atteints et sur les expériences positives ou négatives.
- Lorsque plusieurs enseignants collaborent, l'évaluation est d'autant plus importante. La réflexion commune permet d'apprécier la collaboration. Les tensions éventuelles peuvent être abordées et, si possible, éliminées.

### Description

### Objectifs

### Matériel et sources

### Durée

### Remarques

### Fiche de travail 3: Journal

<b>Activité:</b>		<b>Période:</b>	
Personnes impliquées:			
Description de l'activité:			
Objectif(s):			
Atteint: oui/non:			
Temps et matériel réclamés:			
Observations/Succès/Écueils/ Conclusions:			
Conséquences pour une réalisation future:			

# Instructions pratiques



La troisième partie du manuel présente des activités concrètes ainsi que les points importants qu'il faut prendre en compte en les exécutant. Les propositions suivent, nous l'avons dit plus haut, un cheminement progressif: **«découvrir – essayer – persévérer»**. Elles sont complétées, dans la section **«Collaboration avec les parents»**, par des activités concernant les trois étapes. Nous commençons par expliquer brièvement l'objectif de chaque étape et de chacune des activités. Nous donnons ensuite des instructions pour chaque activité. Toutes les activités sont spécifiées par rapport à un niveau scolaire. Sous le point «Variantes», nous proposons des applications plus faciles ou plus difficiles permettant d'adapter l'activité à un autre niveau scolaire, une autre situation ou un autre objectif.

Les élèves des niveaux inférieurs (1<sup>re</sup> à 3<sup>e</sup>), par exemple, possèdent encore peu d'expériences en matière de sport organisé. Il s'agit donc de leur faire connaître et d'essayer les différentes possibilités qui s'offrent à eux. Il est utile de procéder à une réflexion théorique pendant l'enseignement, mais d'une manière aussi ludique que possible. Pour que les enfants puissent participer régulièrement à une offre sportive, il est indispensable d'associer leurs parents.

Les élèves de 4<sup>e</sup> à 6<sup>e</sup> sont déjà plus à même d'aménager leurs loisirs selon leurs idées et leurs envies, chose qui se répercute sur leur sens de l'initiative. Le soutien des parents n'en reste pas moins important. Beaucoup d'enfants ont déjà fait des expériences sportives et sont très ouverts et réceptifs à la nouveauté et à l'inconnu. La réflexion sur les thèmes des loisirs, de l'activité physique et du sport peut être menée et configurée de plusieurs manières pendant les cours.

Dans les classes de 7<sup>e</sup> à 9<sup>e</sup>, la plupart des adolescents ont déjà fait quelques expériences de sport organisé et leurs idées et conception des loisirs sont plus établies. Le noyau de la réflexion se déplace: il s'agit moins de découvrir et d'essayer que de cibler la réflexion sur l'aménagement personnel de ses loisirs et l'organisation de la vie quotidienne.

Les parents doivent certes être informés, mais ils sont moins partie prenante.

Les autres sections du chapitre «Instructions pratiques» concernent le matériel et les sources nécessaires à la réalisation des activités, la durée approximative de l'activité et des remarques sur les aspects qui méritent d'être considérés spécialement. Plusieurs activités sont proposées à chaque étape. Certaines d'entre elles se complètent et ne peuvent donc être séparées des autres. D'autres sont plutôt des variantes pouvant être retenues à titre de substitution à tous les niveaux scolaires.

Nous recommandons de procéder à une sélection dans chacune des trois étapes du manuel. Une enseignante qui a réalisé une activité dans chaque étape décrit ainsi ses expériences:

***«La classe a fait preuve de beaucoup d'enthousiasme et de motivation au moment de réaliser et de présenter l'affiche et le thème des loisirs a suscité un vif intérêt chez les élèves. Des choses incroyablement intéressantes sont apparues. L'atmosphère était très bonne, les élèves curieux et ouverts. Les entraînements à l'essai ont reçu un écho positif et fait l'objet de comptes rendus très vivants le jour suivant. L'envie de s'inscrire dans un club a augmenté. L'évaluation du projet sportif à la fin de la semaine a eu pour effet de souder la classe, car les élèves ont fait des expériences personnelles positives avec leurs camarades de classe en dehors de l'école.»***

***Enseignante du primaire, Ecole du Marché-Neuf,  
Bienne***



## «découvrir»

### Thématiser, informer et sensibiliser

Il s'agit essentiellement d'encourager les enfants, pendant l'enseignement, à aménager activement leurs loisirs et de leur donner accès au sport organisé. Le thème des «loisirs» fait généralement partie intégrante de l'enseignement scolaire et peut être abordé notamment pendant les cours de français ou dans le domaine disciplinaire Science de l'Homme et de la Société ou encore dans les cours d'éducation physique.

Les élèves reçoivent un aperçu des différentes possibilités qui leur sont offertes et prennent conscience de leurs propres loisirs. Enseignants et élèves apprennent à se connaître sous un angle nouveau, leur horizon s'élargit et leur conscience s'éveille.

Cette étape est surtout importante pour les enfants les plus jeunes. Ils possèdent encore peu d'expérience en matière de sport organisé. Les enfants et les adolescents plus âgés ont déjà pris contact avec le sport organisé, sont déjà membres d'un club. Dans leur cas, il s'agit d'une part d'élargir leur horizon, d'autre part de leur enseigner à organiser leurs loisirs, à structurer leur vie quotidienne, de les préparer à leur entrée dans la vie professionnelle.

*«Au tout début, les enfants étaient euphoriques. Quand ils ont présenté leurs hobbies, les autres ont dit: «Oh, j'aimerais aussi!» Ça a été une bonne expérience pour les enfants. Je pense que ça leur apporte beaucoup de pouvoir aller essayer une activité dans un club via leurs camarades.»*

*Enseignant du primaire, école Rosenberg, Neuhausen*

### Susciter l'enthousiasme, faire l'expérience concrète des offres sportives locales

Parallèlement à la réflexion théorique sur le thème des loisirs, de l'activité physique et du sport, les élèves font l'expérience concrète de différents sports aussi bien dans le cadre de l'enseignement normal que lors d'activités qui dépassent ce cadre. Il s'agit de faire essayer des sports qui peuvent être pratiqués à l'échelle locale. Un bon moyen de présenter différentes formes de mouvement, de jeu et de sport consiste à organiser des «journées de projet» (excursions ou journées thématiques spéciales), si possible dans un cadre extrascolaire. Ces journées permettent d'approfondir des pôles d'intérêt, de créer un environnement positif pour des expériences communes et de susciter l'enthousiasme. L'intérêt qui s'ensuit est important pour aborder la phase suivante, celle consistant à «essayer». Un jour de projet a également l'avantage de souder la classe.

*«Je referais tout de suite une semaine verte. C'est ce qui a le plus apporté. Vraiment: l'expérimentation, l'exemplarité. Quand on parle longtemps et à plusieurs reprises d'une question, ça devient une torture. Il faudrait pouvoir retourner la chose: moins d'informations, sortir et bouger davantage.»*

*Enseignante de classe de développement, école Tscharnegut, Berne*



## Activité 1: Réflexion sur la notion de loisirs: à quoi ressemblent mes/nos loisirs?

Pour lancer la réflexion des enfants sur leurs propres loisirs et ceux des autres, on commence par discuter de la notion de «loisirs». Que signifie le mot loisirs pour chacun, quelles activités recouvre-t-il?

Au tableau, les enfants dressent une liste des différents domaines des loisirs, comme l'activité physique et le sport, la lecture, la famille, le jeu, l'ordinateur, la télévision, le bricolage, la musique, la nature, les amis, etc.

Chaque enfant écrit ses propres activités sur un bout de papier et l'accroche dans le domaine correspondant. Les mêmes activités peuvent figurer sous plusieurs domaines. Ensuite, les enfants regardent et évaluent le résultat. S'ils ne sont pas du même avis ou ne savent pas dans quel domaine classer leurs activités, toute la classe en discute et cherche une solution. Les enfants dressent ensuite une liste des loisirs les plus populaires dans la classe.

- Entrer dans la thématique
- Réfléchir sur la notion de loisirs
- Faire connaissance

Classes de 2<sup>e</sup> à 6<sup>e</sup>

- 1<sup>er</sup>: les enseignants ont déjà préparé les bouts de papier sur lesquels figurent les activités, ou les élèves les rédigent et les accrochent ensemble.
- 7<sup>e</sup>-9<sup>e</sup>: les élèves discutent de la notion de «sport». Ils expliquent ce qu'ils entendent par là, et ce qui entre à leurs yeux dans la définition. Puis ils dressent une liste des disciplines sportives qu'ils devraient pouvoir essayer dans le cadre du cours d'éducation physique.

1 leçon

Il faut veiller à introduire la notion de «loisirs» de manière aussi large que possible. Les activités sportives ne sont pas prioritaires à ce stade. Pour permettre une vraie réflexion, il faut en outre aborder les activités «judicieuses» et «non judicieuses» aussi bien aux yeux des élèves que des enseignants.

### Description

### Objectifs

### Niveaux scolaires

### Variantes

### Durée

### Remarques



## Activité 2: Journal des loisirs: comment est-ce que j'organise mon temps libre?

Les élèves notent comment ils organisent et passent leur temps libre. Ils mettent spécialement en avant leurs activités sportives. Les élèves tiennent pendant une semaine leur «journal des loisirs». Ils suivent une grille (fiche de travail 4) ou écrivent dans un cahier.

La formule choisie dépend de l'âge et du niveau scolaire. Le journal peut être tenu le jour suivant à l'école, ou en tant que devoir à la maison. Il peut l'être séparément par chaque enfant ou par toute la classe. Si les enfants les plus «faibles» rencontrent des problèmes, le journal peut faire l'objet d'un travail en équipe. L'idée est que les élèves prennent conscience de ce qu'ils font pendant leur temps libre. Au terme du travail, toute la classe discute des journaux. Le travail peut aussi servir d'exercice d'orthographe ou de vocabulaire pendant le cours de français.

- Eveiller la conscience des élèves et établir un lien avec leurs propres loisirs
- Découvrir les loisirs des élèves

### Description

### Objectifs

Classes de 4<sup>e</sup> à 9<sup>e</sup>

### Niveaux scolaires

- Les élèves consignent dans leur journal non seulement leurs loisirs, mais encore toutes leurs activités de la semaine (fiches de travail 5, 6). Il s'agit pour eux d'apprendre à planifier leurs obligations envers l'école et la famille, leurs devoirs, leurs rendez-vous et leur temps libre.
- Les élèves rédigent une composition sur leurs loisirs. Pour leur faciliter la tâche, on peut leur donner des consignes (fiche de travail 7).

### Variantes

Pendant 1-2 semaine(s) en tant que devoir à la maison et/ou tous les jours en cours à raison de 10 minutes par leçon

### Durée

- Journal des loisirs (fiche de travail 4)
- Programme de la semaine (fiches de travail 5 et 6)
- Composition sur le thème des loisirs (fiche de travail 7)

### Matériel et sources

## Fiche de travail 4: Le journal de mes loisirs

Nom: \_\_\_\_\_ Prénom: \_\_\_\_\_

	Matin	Midi	Après-midi	Soir
Dimanche				
Samedi				
Vendredi				
Jeudi				
Mercredi				
Mardi				
Lundi				



## Fiche de travail 5: Ma semaine

Pendant une semaine courante de ta vie, tu as une foule de devoirs à faire et d'obligations à remplir: devoirs pour l'école, «petites corvées» à la maison, peut-être même recherche de place d'apprentissage, etc. Tu as aussi besoin de temps pour voir tes amis, pour pratiquer tes hobbies et pour te reposer de toutes ces activités. Pour ne pas perdre le fil, tu peux planifier ta semaine à l'aide de la fiche de travail 6.

Ta semaine est faite d'activités que tu peux classer dans quatre catégories: «obligations à heure fixe», «obligations à heure variable», «loisirs à heure fixe», et enfin «temps libre».

Inscris toutes tes activités sur la fiche de travail et classe-les dans les différentes catégories. Tu peux te servir de différentes couleurs (rouge pour les «obligations à heure fixe», bleu pour les «obligations à heure variable», vert pour les «loisirs à heure fixe», le «temps libre» reste vide, c'est-à-dire blanc).

Commence par les obligations qui ont lieu à heure fixe, comme ton emploi du temps à l'école et les corvées à la maison. Ensuite, tu peux noter les loisirs que tu pratiques à heure fixe, comme ton entraînement sportif, ton cours de musique ou ta répétition de théâtre. Peut-être que tu as aussi un petit boulot pour gagner de l'argent, il entre aussi dans cette catégorie. Tu peux ensuite passer aux loisirs à heure variable et à ton véritable temps libre. Parmi les obligations dont l'heure peut varier, il y a sûrement tes devoirs scolaires et des petites corvées à la maison. Tout ce qui reste en blanc, c'est du temps libre pour les imprévus.

Essaie maintenant de signaler les moments où tu bouges ou pratiques un sport.

A toi de voir comment tu réparties dans la semaine les obligations à heure variable et le temps libre pour les imprévus. Un conseil: prévois tous les jours assez de temps pour les devoirs scolaires. Si tu remarques que ton planning n'est pas bon, tu peux modifier ton programme de la semaine.

### Quelques indications utiles

- As-tu noté toutes tes obligations à heure fixe et tes loisirs dans ton programme de la semaine? As-tu également pris en compte le temps dont tu as besoin pour aller et venir d'un endroit à l'autre?
- Il est bon de prévoir tous les jours deux périodes de temps libre pour les imprévus.
- Il n'est pas recommandé de concentrer toutes les obligations à heure fixe le même jour. De même pour le temps libre. Tache de répartir les activités régulièrement: elles ne te pèseront pas et tu auras davantage d'énergie.

### Devoir

### Remarques

## Fiche de travail 6: Programme de la semaine (école, autres obligations, temps libre)

Nom: \_\_\_\_\_ Prénom: \_\_\_\_\_

Heure	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Matin							
Midi							
Après-midi							
Soir							

Légende: temps libre (vide/blanc), obligations à heure fixe (rouge), loisirs à heure fixe (vert), obligations à heure variable (bleu)



## Fiche de travail 7: Composition sur le thème «Mes loisirs»

Décris dans une composition ce que tu entends par «loisirs». Qu'est-ce qui fait partie des loisirs à tes yeux? Les loisirs sont-ils toujours amusants? Les obligations, comme débarrasser la table et faire la vaisselle après manger, en font-elles partie?

Raconte ensuite ce que tu fais pendant ton temps libre et ce que tu aimerais faire. Si ça peut t'aider, pense aux personnes qui partagent tes loisirs ou à l'endroit où tu les passes:

- seul
- avec mes amis
- avec ma famille
- à la maison
- à l'école
- à l'extérieur

Tu devrais répondre aux trois questions suivantes:

- Qu'est-ce que signifie le mot «loisirs» à mes yeux?
- Qu'est-ce que je fais pendant mes loisirs?
- Qu'est-ce que j'aimerais faire pendant mes loisirs?

Pour mieux te rappeler de ce que tu fais, consulte ton journal des loisirs.

**Devoir**

**Questions**

**Remarques**



### Activité 3: Sondage sur les activités du sport organisé

Pour entrer dans la thématique, on peut commencer par réaliser un sondage par oral sur les activités que les élèves pratiquent dans le sport organisé et leurs intérêts. Les enseignants peuvent ainsi glaner des informations qui leur seront utiles pour sélectionner et aménager les activités à venir.

- Entrer dans la thématique
- Avoir un aperçu des expériences des élèves dans le domaine du sport organisé

Classes de 1<sup>re</sup> à 9<sup>e</sup>

Au lieu de réaliser un sondage par oral, les élèves peuvent remplir un petit questionnaire ou illustrer leurs expériences par des dessins. Ils doivent impérativement les commenter. L'évaluation du questionnaire doit également faire l'objet d'une discussion.

1-2 leçon(s)

- Fiche de travail 8
- Fichier Excel «Situation dans la classe», dans lequel les élèves peuvent saisir directement leurs activités (figurant sur le CD)
- Papier, crayons de couleur

#### Description

#### Objectifs

#### Niveaux scolaires

#### Variantes

#### Durée

#### Matériel et sources

## Fiche de travail 8: Aperçu des loisirs des élèves

	Nom et prénom		Club et discipline sportive		Envie d'essayer quelque chose (de nouveau)		
	Nom du club	Discipline sportive	Activité 1	Activité 2	Activité 3		
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							

## Activité 4: Affiche sur les loisirs

Les élèves conçoivent, pendant l'enseignement et comme devoir à la maison, une affiche illustrant leurs loisirs, l'accent étant mis sur l'activité physique et le sport.

### Description

Les élèves les plus jeunes doivent recevoir davantage d'indications, oralement ou par écrit, au sujet de l'affiche (fiche de travail 9). Ils ont un devoir à faire à la maison: réunir du matériel, avec l'aide de ces instructions. Puis ils fabriquent une affiche pendant l'enseignement. Les affiches sont ensuite présentées à la classe. L'enseignant pose des questions et incite les autres élèves à en poser eux aussi.

Pendant la présentation, l'enseignant doit absolument indiquer clairement (p. ex. au tableau) qui a fait quoi, où, quand et avec qui. Ces informations pourront être retravaillées par la suite.

Les affiches peuvent finalement être placardées aux murs de la classe ou du couloir (activité 16).

- Concevoir et présenter ses propres activités et expériences
- Elargir son horizon

### Objectifs

Classes de 1<sup>re</sup> à 6<sup>e</sup>

### Niveaux scolaires

- 1<sup>re</sup>-4<sup>e</sup>: l'enseignant présente également une affiche. Les élèves ont ainsi une idée de ce qu'on attend d'eux.
- 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup>: pour se préparer, les élèves se réunissent par deux et se présentent mutuellement leur affiche. Lors de la présentation, chacun d'entre eux présente non pas son affiche, mais celle de son camarade.
- L'affiche n'illustre pas ses propres loisirs, mais une discipline sportive donnée. Le travail peut être fait seul, à deux ou en groupe.
- Lorsque plusieurs classes traitent la thématique et qu'une collaboration existe, les classes peuvent se présenter mutuellement leurs affiches.

### Variantes

- Préparation: devoir à la maison
- Conception de l'affiche: 1-2 double(s) leçon(s), si nécessaire devoirs à la maison
- Présentation: 1 double leçon

### Durée

- Fiche de travail 9
- Papier d'emballage ou papier à dessin au format A3
- Feutres, crayons de couleurs, peinture, etc.
- Colle liquide, colle en bâton
- Matériel tiré de journaux, d'Internet, photos, dessins, etc.

### Matériel et sources



- La réflexion sur la thématique implique que les élèves aient une idée des notions de «loisirs» ou de «sport». Il est donc recommandé d'en discuter préalablement en classe (activité 1).
- Tous les élèves ne pratiquent pas de sport: les loisirs qui n'ont rien à voir avec l'activité physique et le sport doivent également avoir leur place.
- La forme de la présentation dépend de la capacité des élèves à s'exposer. L'enseignant évalue l'indépendance avec laquelle les enfants peuvent présenter leur portrait (activité 5, fiches de travail 10, 11).
- Pour assurer que l'ensemble soit varié, il est conseillé de se faire une idée du contenu et de la forme des présentations. On évite ainsi qu'il y ait 5 présentations identiques sur le football.

#### Remarques



## Activité 5: Présentation d'un loisir

Les élèves ont comme devoir de préparer une présentation destinée à «vendre» leur loisir préféré (activité physique ou sport) à leurs camarades, c'est-à-dire à le rendre particulièrement tentant (fiche de travail 10).

La présentation est préparée en classe et/ou à la maison. Selon le degré d'autonomie et la créativité de la classe, il faut lui donner plus ou moins de consignes. La présentation donne un aperçu du loisir de l'élève à ses camarades et les incite peut-être à l'accompagner et à essayer le sport/l'activité en question. La présentation consiste dans une conception visuelle à l'aide du tableau, d'une affiche, du rétroprojecteur, de matériel ou d'équipement sportif. Les élèves peuvent même apporter ou distribuer du matériel d'information.

Pendant la présentation, l'enseignant doit absolument indiquer clairement (p. ex. au tableau) qui a fait quoi, où, quand et avec qui.

- Concevoir ses propres expériences et les présenter
- Eveiller l'intérêt pour d'autres activités et inciter les autres à essayer
- Elargir son horizon

### Description

### Objectifs

Classes de 4<sup>e</sup> à 9<sup>e</sup>

### Niveaux scolaires

- Cette activité peut être combinée avec l'activité 4.
- Chez les élèves les plus âgés (7<sup>e</sup>-9<sup>e</sup>), l'envie de «vendre» ses loisirs ou seulement de les présenter peut être faible. On peut envisager comme travail de substitution un exposé «sérieux». Pour en savoir plus, voir fiche de travail 11.
- Si plusieurs élèves pratiquent le même sport, les présentations peuvent faire l'objet d'un travail en groupe. Cela permet d'éviter les répétitions et d'encourager le travail d'équipe. Si plusieurs classes collaborent, les exposés peuvent être présentés à l'ensemble des élèves.
- Les élèves constituent de petits groupes et se rendent mutuellement visite pendant les loisirs. Ils présentent ensuite ces visites à la classe.

### Variantes

- Préparation: devoir à la maison
- Conception et rédaction de la présentation: pendant une semaine, en classe (1-2 leçon(s) au début de la semaine, 1-2 dans la deuxième moitié de la semaine) ou comme devoir à faire à la maison.
- Présentation: selon la taille de la classe, 1-2 double(s) leçon(s)

### Durée

- Fiches de travail 10 et 11
- Matériel tiré de journaux, d'Internet, photos personnelles, dessins, matériel de sport, tenues, vêtements, brochures d'information.

### Matériel et sources



- La réflexion sur la thématique implique que les élèves aient une idée des notions de «loisirs» ou de «sport». Il est donc recommandé d'en discuter préalablement en classe (activité 1).
- Tous les élèves ne pratiquent pas de sport: les loisirs qui n'ont rien à voir avec l'activité physique et le sport doivent également avoir leur place.
- La forme de la présentation dépend de la capacité des élèves à s'exposer. L'enseignant évalue l'indépendance avec laquelle les enfants peuvent présenter leur portrait.
- Pour assurer que l'ensemble soit varié, il est conseillé de se faire une idée du contenu et de la forme des présentations. On évite ainsi qu'il y ait 5 présentations identiques sur le football.

#### Remarques

## Fiche de travail 10: Qui est de la partie...?!

Présente à tes camarades l'activité que tu aimes le plus pratiquer pendant tes loisirs. Si possible, une activité physique ou sportive.

### Description

Imagine que ton entraîneur, ton chef de groupe, ton moniteur ou ton professeur t'a chargé de faire de la publicité pour votre activité. Le meilleur moyen de convaincre tes camarades de classe est de leur proposer de t'accompagner et de prendre part à ton activité. C'est parti!

Ces questions peuvent t'aider à préparer ta présentation:

- Quelle activité pratiques-tu et où?  
(nom de l'activité, nom du club)
- Que faites-vous pendant les entraînements ou autres événements?  
(jeux, exercices, compétitions, tournois, excursions, camps, etc.)  
Peux-tu faire une démonstration?
- De quel matériel et de quels vêtements as-tu besoin pour pratiquer cette activité?  
Peux-tu apporter et montrer quelque chose?
- A quelle fréquence pratiques-tu cette activité?
- Où se passe l'entraînement? Où vous retrouvez-vous?
- Qui dirige l'entraînement ou l'activité?  
(un homme, une femme, un jeune?)

### Questions

Il s'agit d'informer tes camarades de manière si divertissante qu'ils auront peut-être envie de t'accompagner.

### Objectifs

5-10 minutes

### Durée

Tu peux te servir du tableau et du rétroprojecteur. Amène le matériel (sportif) ou les vêtements dont tu as besoin. Tu peux chanter, danser ou montrer une technique particulière.

### Matériel

Peut-être avez-vous aussi des feuilles d'information que tu peux distribuer à tes camarades?

## Fiche de travail 11: J'aimerais vous présenter...!

Présente à tes camarades l'activité que tu aimes le plus pratiquer pendant tes loisirs. Si possible, une activité physique ou sportive. L'idée est que tes camarades soient bien informés à la fin de ta présentation.

### Description

Ces questions peuvent t'aider à préparer ta présentation:

- Quelle activité pratiques-tu et où? Décris-la.
- Comment cette activité est-elle née?
- L'activité est-elle répandue en Suisse? Et dans le monde?
- Comment cette activité est-elle organisée?
- Que faites-vous pendant les entraînements ou autres événements? (jeux, exercices, compétitions, tournois, excursions, camps, etc.)
- De quel matériel et de quels vêtements as-tu besoin pour pratiquer cette activité?
- A quelle fréquence pratiques-tu cette activité?
- Où se passe l'entraînement? Où vous retrouvez-vous?
- Qui dirige l'entraînement ou l'activité? (un homme, une femme, un jeune?)
- Y a-t-il des anecdotes, des histoires drôles ou intéressantes que tu peux raconter au sujet de cette activité?
- Quelle est la taille du groupe dans lequel tu t'entraînes? Combien de personnes du même âge participent-elles?

### Questions

L'idée est que tes camarades aient un bon aperçu des différents aspects de ton activité physique ou sportive préférée.

### Objectifs

5-10 minutes

### Durée

Tu peux te servir du tableau et du rétroprojecteur. Amène le matériel (sportif) ou les vêtements dont tu as besoin.

### Matériel

Peut-être avez-vous aussi des feuilles d'information que tu peux distribuer à tes camarades?

## Activité 6: Où et quoi

Pendant ou après les présentations (activités 4 et 5), les enfants «localisent» les différentes activités de loisirs. Les salles de gymnastique, les halles de sport, les places et les terrains de jeu où les élèves s'entraînent sont signalés sur un plan de la commune ou de la région.

- S'orienter dans les environs
- Apprendre à connaître les différentes localités
- Se préparer à aller à un entraînement à l'essai (activité 12)

Classes de 4<sup>e</sup> à 6<sup>e</sup>

Après avoir repéré les activités sur un plan, il est possible de faire une petite promenade dans la commune pour découvrir les lieux signalés sur la carte. Les élèves apprennent ainsi à connaître les environs. Ils savent s'orienter dans la commune et où les activités se déroulent (durée: de 2 heures à une journée).

Pendant les activités 4 et 5

Plan de la commune ou de la ville

Dans certaines communes, il existe des plans indiquant les salles de gymnastique, les halles de sport, les places et les terrains de jeu, etc. Le service des sports de la ville de Bienne, par exemple, propose une brochure («Sport à la carte») contenant un plan de la ville avec toutes les installations sportives et les offres correspondantes.

La brochure peut être obtenue auprès du service des sports ou téléchargée sur Internet ([www.biel-bienne.ch/ww/fr/pub/loisirs/sport/societes\\_et\\_associations.cfm](http://www.biel-bienne.ch/ww/fr/pub/loisirs/sport/societes_et_associations.cfm)).

Faute de brochure, il est facile de fabriquer soi-même une carte à l'aide d'un plan.

### Description

### Objectifs

### Niveaux scolaires

### Variantes

### Durée

### Matériel et sources

### Remarques



## Activité 7: Essayer de nouveaux sports à l'école

Les élèves essaient de nouvelles activités physiques ou sportives locales dans le cadre du cours d'éducation physique. La classe ou l'enseignant opère une sélection parmi les loisirs et les jeux, les activités physiques et les disciplines sportives dont la liste a été dressée auparavant (activités 1-6), qui est présentée plus en détail pendant le cours d'éducation physique. L'enseignant peut aussi compléter la sélection selon son jugement. L'accent peut être mis par exemple sur des disciplines sportives méconnues, mais elles doivent pouvoir être pratiquées localement.

- Elargir son horizon
- Apprendre à connaître concrètement les possibilités sportives locales pendant les cours d'éducation physique

Classes de 1<sup>re</sup> à 9<sup>e</sup>

Lorsque l'enseignant ne peut présenter lui-même une activité, il peut demander à un spécialiste extérieur de le faire (activité 8).

Par sport: 2-3 leçons

- Il existe de nombreux outils didactiques sur la plupart des disciplines sportives, qui permettent de préparer le cours. Autre solution, bien documentée et bien présentée, les cahiers pratiques de mobile, la revue d'éducation physique et de sport de l'Office fédéral du sport OFSPO. Pour connaître les thématiques et les disciplines sportives traitées par ces cahiers, consulter [www.mobile-sport.ch](http://www.mobile-sport.ch). C'est également à cette adresse qu'ils peuvent être commandés.
- Jeunesse+Sport (J+S) est en train de produire des «clips» sur les disciplines sportives reconnues par J+S. Les séquences filmées présentent un sport en une minute. Elles exposent leurs caractéristiques et montrent ce qu'il faut pour le pratiquer. Les clips sont visibles sous [www.ciao.ch](http://www.ciao.ch), thème Santé, rubrique Sport et mouvement. Les 70 disciplines sportives J+S seront disponibles en ligne d'ici la fin 2009. Le site propose également des informations intéressantes sur les thèmes de l'activité physique, du sport et de l'alimentation.

### Description

### Objectifs

### Niveaux scolaires

### Variantes

### Durée

### Matériel et sources



- Il s'agit de présenter aux enfants et aux adolescents des activités qu'ils pourront pratiquer par la suite. C'est-à-dire des activités accessibles localement au groupe d'âges considéré. Pour éviter toute déception, il vaut la peine de vérifier au préalable si les adhésions sont limitées et quel est le montant des cotisations.
- Il est bon de procéder à une sélection aussi large que possible afin d'attirer le maximum d'élèves aux intérêts les plus divers et d'élargir leur horizon.
- Certaines activités ne peuvent être pratiquées à l'école sans formation spéciale (p. ex. l'escalade ou le grand trampoline). Le recours à un spécialiste (activité 8) est nécessaire dans ces cas.

#### Remarques



## Activité 8: Introduction à des activités physiques et sportives par des spécialistes extérieurs

Pendant le cours d'éducation physique, les élèves sont initiés par des spécialistes à des activités physiques et sportives qu'ils peuvent pratiquer dans la région où ils habitent. A la différence de l'activité 7, ce sont des moniteurs de sport extérieurs à l'école qui sont invités à venir y présenter leur activité. De nombreux clubs souhaitent faire connaître leur discipline sportive aux enfants et aux adolescents et susciter des vocations (activité 12).

Une autre possibilité consiste à profiter des offres d'initiation que proposent les fédérations sportives ou clubs de sport, comme le projet sCOOL de la Fédération suisse de course d'orientation.

### Description

- Susciter l'enthousiasme
- Faire connaître concrètement les possibilités sportives locales pendant le cours d'éducation physique, grâce à l'intervention d'experts (extérieurs).
- Supprimer les obstacles empêchant les enfants d'essayer un sport

### Objectifs

Classes de 1<sup>re</sup> à 9<sup>e</sup>

### Niveaux scolaires

Pareille initiation peut être impossible à réaliser à l'école, ou inadéquate, comme dans le cas du tennis. Mais certains organisateurs ou clubs sportifs sont prêts à offrir une introduction chez eux, gratuitement ou à des conditions très intéressantes. Il suffit souvent de leur poser la question. Les endroits entrant en ligne de compte sont les suivants: piscine, halle d'escalade, patinoire, centre de squash, parc-aventure, lieux où se pratiquent les sports aquatiques (canoë, voile, aviron).

### Variantes

Par discipline sportive ou offre sportive:  
2-3 leçons

### Durée

- Fiche de travail 15
- Pour trouver des spécialistes prêts à donner une leçon à l'essai, sans trop de frais, il est bon de poser la question là où un contact personnel existe déjà, via l'enseignant, les élèves ou les parents. Les activités 3-6 et 20 permettent de constituer un bon ensemble d'activités physiques et sportives. Les parents et amis sportifs, mais aussi les entraîneurs des élèves, sont généralement prêts à offrir leurs services. Les activités ou disciplines sportives moins connues, ou celles qui voient fondre leurs effectifs, ont tout intérêt à recruter de nouveaux membres et sont souvent davantage prêtes à proposer une initiation gratuite.
- Si la liste des activités physiques ou des disciplines sportives est trop limitée, on peut et doit la compléter par d'autres et contacter des moniteurs. Les renseignements les concernant figurent dans les listes ou brochures sur les offres sportives locales, certes de qualité différente selon les régions. En l'absence de service des sports, on peut appeler l'administration communale, qui sait généralement quelle autorité, direction ou division s'occupe des clubs et possède leurs coordonnées.
- J+S est en train de mettre sur pieds une banque de données nationale sur les clubs sportifs. Tous les clubs que J+S soutient y figureront, avec leurs principales caractéristiques, parmi lesquelles les informations nécessaires pour les contacter. L'accès à la banque est le suivant: **www.ciao.ch**, thème Santé, rubrique Sport et mouvement.
- Certaines fédérations sportives disposent d'un programme spécial pour les écoles. Comme la journée sCOOL de la Fédération suisse de course d'orientation. Pour plus d'informations et pour s'inscrire, voir: **www.scool.ch**, rubrique sCOOL 2007\*.

## Matériel et sources

- Il s'agit de présenter aux enfants et aux adolescents des activités qu'ils pourront pratiquer par la suite. C'est-à-dire des activités accessibles localement au groupe d'âges considéré. Pour éviter toute déception, il vaut la peine de vérifier au préalable si les adhésions sont limitées et quel est le montant des cotisations.
- Il est bon de procéder à une sélection aussi large que possible afin d'attirer le maximum d'élèves aux intérêts les plus divers et d'élargir leur horizon.

## Remarques



## Activité 9: Journée de projet sur le thème des activités physiques et sportives

La journée de projet constitue un très bon signal de départ pour la réflexion sur les activités physiques et sportives. On entend par «journée de projet» une manifestation spéciale, une journée consacrée à la découverte et à l'expérimentation concrète et intensive de différentes formes d'activités physiques et sportives.

Pour que l'effet de signal opère, il est recommandé de demander à une personne extérieure de présenter les contenus et d'organiser la manifestation dans un cadre inhabituel pour les enfants. L'utilisation d'infrastructures sportives spéciales permet en outre aux élèves d'apprendre à connaître des activités ou des sports qu'ils ne peuvent pratiquer à l'école. Il peut s'agir des installations sportives de la commune ou de la ville la plus proche ou encore d'un centre sportif régional. L'idéal est de profiter de l'occasion pour présenter plusieurs activités, si possible par petits groupes (env. 10-12 élèves). L'objectif de la journée de projet n'est pas l'immersion dans une ou plusieurs discipline(s) sportive(s). Il est d'éveiller l'intérêt et l'enthousiasme des élèves. La phase de l'approfondissement pourra avoir lieu par la suite, à l'école ou dans les clubs.

La fiche de travail 12 propose un exemple de journée de projet qui a eu lieu pendant l'élaboration du manuel.

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eveiller l'intérêt et l'enthousiasme</li> <li>• Découvrir quelque chose de nouveau</li> <li>• Démarrer un essai et la réflexion approfondie sur les activités sportives</li> </ul>	<b>Objectifs</b>
Classes de 1 <sup>re</sup> à 9 <sup>e</sup>	<b>Niveaux scolaires</b>
La journée de projet peut servir à approfondir les connaissances déjà disponibles sur une discipline sportive ou une activité physique. Mais cela présuppose que la réflexion a déjà eu lieu et que toute la classe en a décidé ainsi.	<b>Variantes</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Temps de préparation: de 2 heures à 2 jours selon la forme de la journée de projet</li> <li>• Exécution: 1 jour</li> <li>• Travail complémentaire dans le cas d'une collaboration avec une personne extérieure ou plusieurs classes: 1 heure</li> </ul>	<b>Durée</b>



- Fiche de travail 12
- Infrastructure: il est recommandé de ne pas utiliser les équipements scolaires, mais des installations extérieures. Les centres sportifs régionaux ou nationaux sont faciles à trouver sur Internet. Le matériel est généralement disponible sur place. Mais il faut voir à quelles conditions ces installations et ce matériel peuvent être utilisés.
- Indépendamment des compétences de l'enseignant dans différents sports, il est bon de recourir à un spécialiste extérieur. La médiation proposée par une personne inconnue a généralement un effet positif sur les élèves. La nouveauté et l'inconnu que cette personne incarne suscite l'intérêt et déclenche l'enthousiasme.
- L'exécution d'une journée de projet a généralement un coût. Pour le limiter au minimum, il est possible d'organiser la journée en lieu et place d'une course d'école. Mais les frais peuvent également être couverts par une course permettant de récolter des fonds.
- Il est profitable d'organiser la journée de projet avec d'autres classes. Cela permet de partager le travail et les coûts. Le mélange des groupes découvrant à tour de rôle les différentes activités favorise les échanges entre les classes.

---

#### Matériel et sources

---

#### Remarques

## Fiche de travail 12: Exemple d'une journée de projet

Cette journée de projet s'est déroulée pendant l'élaboration du manuel. Elle a réuni deux 4e et une 6e de l'école Rosenberg de Neuhausen. Les enseignants ont profité de la journée pour lancer la réflexion sur le thème de l'intégration sociale par le mouvement et par le sport.

### Motif

A l'occasion de cette journée, il a été possible d'utiliser les installations de l'Office fédéral du sport à Macolin. Les trois classes ont quitté Neuhausen le matin avec leurs enseignants. Après avoir été accueillis, les élèves ont été répartis en petits groupes mélangeant les classes, accompagnés par une personne tout au long de la journée.

### Déroulement

La matinée a été organisée selon le principe des stations. A tour de rôle, les groupes ont pu essayer quatre activités différentes: grand trampoline, baseball, escalade et tennis de table. 45 minutes étaient mises à leur disposition à chaque station. Des spécialistes de l'Office fédéral du sport OFSPO se sont chargés des explications, assistés par les enseignants.

Après le pique-nique commun, le programme de l'après-midi a consisté dans une course d'orientation. Les enfants se sont regroupés par groupes de 3 à 5 élèves. Le jeu était centré, naturellement, sur les postes. Mais les enfants ont également eu un devoir à résoudre en groupe. Ils devaient donc s'organiser et travailler ensemble. Après l'annonce du classement et les adieux des collaborateurs de Macolin, les classes ont pris le chemin du retour.

La journée a bien démarré: elle a éveillé l'intérêt des enfants pour différentes formes d'activité physique. Tous se sont montrés enthousiastes, même si la journée a été très fatigante avec ses trajets aller et retour et son programme dense. Un des enseignants a résumé l'expérience comme suit:

### Evaluation

***«Les enfants, et les enseignants, ont été absolument enthousiasmés par la journée d'hier et par le programme qui nous a été proposé.»***

***Enseignant du primaire, école Rosenberg,  
Neuhausen***

Les enseignants ont pu mettre à profit pendant leurs cours la dynamique lancée par la journée de projet et ils l'ont étendue à d'autres activités.



## Activité 10: Camp/semaine verte sur le thème des activités physiques et sportives

Le camp ou la semaine verte est un moyen de consacrer une réflexion intensive sur les activités physiques et sportives.

### Description

La semaine peut se dérouler à différents stades de la réflexion sur la thématique. Au début, elle permet de susciter la motivation, l'intérêt et l'enthousiasme nécessaires par la suite. Une semaine centrée sur les activités physiques et sportives ne signifie pas que le travail doit être de nature exclusivement pratique. Le lien avec la réflexion théorique est tout à fait possible (activités 2, 4 et 5). Mais les activités pratiques doivent être prépondérantes. Selon le moment où la semaine a lieu, les accents et les objectifs sont différents (voir les variantes).

- Susciter la motivation, l'intérêt et l'enthousiasme
- Elargir l'horizon

### Objectifs

Classes de 4<sup>e</sup> à 9<sup>e</sup>

### Niveaux scolaires

- La semaine se déroule pendant le travail sur la thématique. La réflexion a déjà été lancée par des activités préalables. Une semaine intensive peut donc être conçue selon les intérêts des élèves et, selon le niveau scolaire, planifiée, préparée et réalisée avec leur participation.
- La semaine se déroule au terme du travail sur la thématique. Les élèves peuvent être associés au choix des contenus et à la conception de la semaine. L'objectif est de concevoir et de vivre un véritable couronnement de la phase de réalisation.

### Variantes

- Temps de préparation: 1-2 jour(s) selon les contenus et la forme
- Réalisation: 1 semaine
- Evaluation: 1-2 heure(s) selon le nombre des participants

### Durée



- Selon le choix des contenus et les objectifs de la semaine, le site du camp sera choisi dans un centre sportif possédant l'infrastructure spécifique et le matériel adéquat.  
Si les contenus ne réclament pas d'infrastructure spécifique, l'éventail des possibilités est plus large. Peut-être faut-il alors organiser soi-même le matériel.
- Outils didactiques sur les différents sports et activités physiques.
- Jeunesse+Sport (J+S) est en train de produire des «clips» sur les disciplines sportives reconnues par J+S. Les séquences filmées présentent un sport en une minute. Elles exposent leurs caractéristiques et montrent ce qu'il faut pour le pratiquer. Les clips sont visibles sous [www.ciao.ch](http://www.ciao.ch), thème Santé, rubrique Sport et mouvement. Les 70 disciplines sportives J+S seront disponibles en ligne d'ici la fin 2009. Le site propose également des informations intéressantes sur les thèmes de l'activité physique, du sport et de l'alimentation.
- Le recours à des spécialistes extérieurs assure une médiation optimale et une bonne initiation à la discipline sportive choisie. Il permet aussi aux élèves de vivre quelque chose de particulier dont ils se souviendront.
- Il est bon de réaliser cette activité avec plusieurs classes. Si le travail est bien réparti et la collaboration fonctionne bien, les enseignants ont moins à faire et l'organisation est plus simple. Cela encourage en outre les échanges entre les élèves des différentes classes.
- Il est important, pour la durabilité de l'effet, d'évaluer et de retravailler la semaine en classe (activités 15 et 16).

---

#### Matériel et sources

---

#### Remarques



## «essayer»

### **Supprimer les barrières psychologiques, nouer des contacts avec les clubs de sport**

Une fois la première étape terminée, il s'agit de mettre à profit la dynamique et l'intérêt des élèves et de les amener à essayer les possibilités proposées par le sport organisé. Pour avoir accès aux offres sportives locales, les élèves intéressés doivent absolument participer à un entraînement à l'essai. C'est là le dernier pas à franchir pour exploiter réellement la plate-forme que le sport organisé offre à l'intégration. Pour que ces entraînements à l'essai se déroulent avec succès, il est important de discuter préalablement avec les moniteurs de sport. Et utile de chercher un partenariat, des contacts personnels et l'accès aux clubs via des personnes clés (p. ex. un enfant ou un parent déjà membre d'un club).

*La plupart des enfants et des adolescents – et surtout ceux qui ne sont pas en Suisse depuis longtemps et rencontrent des difficultés linguistiques – n'osent pas faire le pas vers un groupe qu'ils ne connaissent pas. Les élèves eux-mêmes peuvent s'entraider et supprimer ensemble les barrières psychologiques.*

Se rendre dans un club à deux ou en petit groupe est bien plus facile que seul. Les enfants qui pratiquent déjà un sport dans un club peuvent faire office «d'ouvriers»: ils peuvent beaucoup faciliter à leurs camarades l'entrée dans le club en les emmenant à l'entraînement.

## Activité 11: Mettre sur pied un système de parrainage et constituer des tandems

Pendant les cours, l'enseignant initie la création de tandems et la recherche de parrains pour faciliter le contact et l'accès aux offres du sport organisé.

### Description

Un tandem relie à une équipe les élèves qui s'intéressent à une discipline sportive donnée, facilitant le premier pas consistant à essayer quelque chose de nouveau. Ces élèves font l'essai ensemble.

Dans le système de parrainage, ce sont les élèves déjà membres d'un club qui accompagnent les élèves intéressés et ouvrent la porte aux «nouveaux».

Partant des activités 3-6, qui donnent un aperçu des offres, il est possible de chercher des parrains et d'organiser des tandems.

Les élèves conviennent pendant les cours de quand et où ils se retrouvent pour se rendre ensemble au lieu d'entraînement et comment ils rentreront ensuite à la maison. Selon l'âge des enfants, une personne doit les accompagner au club qu'ils ne connaissent pas encore (enseignant, parent ou autre).

- Faciliter l'accès à l'entraînement, réduire les obstacles
- Encourager l'esprit de classe et le sens des responsabilités
- Encourager l'acceptation et l'identification avec les activités par l'association active des élèves

### Objectifs

Classes de 5<sup>e</sup> à 9<sup>e</sup>

### Niveaux scolaires

- Lorsque plusieurs enseignants d'une même école collaborent, il est possible de chercher et de former des parrains et des tandems au-delà des classes.
- Les systèmes de parrainage ou de tandems sont également possibles chez les élèves les plus jeunes (classes de 1<sup>er</sup> à 4<sup>e</sup>), mais ils ont beaucoup besoin d'aide et de soutien dans l'organisation. Il est généralement recommandé qu'un adulte les accompagne. Les rendez-vous et les visites doivent être discutés pendant les cours. Les enfants doivent savoir précisément quand et où quel entraînement a lieu, et combien de temps il leur faut pour le trajet. Ils doivent noter tous ces renseignements dans leur agenda scolaire. Les enseignants devraient informer les parents des rendez-vous et demander aux enfants s'ils y sont allés.

### Variantes

- Constitution de tandems et recherche de parrains: 1 leçon
- Visite d'un entraînement: temps libre des élèves
- Discussion des visites: dans la semaine qui suit, tous ensemble, 1-2 leçon(s)

### Durée



- 
- Renseignements réunis pendant les activités 3-5 au sujet des horaires d'entraînement et des lieux
  - Listes ou brochures d'informations sur les activités sportives choisies
  - Matériel d'information des clubs
  - Agenda scolaire
  - Lettre d'information aux parents

#### **Matériel et sources**

- 
- Cette activité présuppose qu'une autre activité a déjà été réalisée au stade « découvrir ».
  - Les parrains doivent être prêts à assumer une certaine responsabilité pour les autres élèves. Ils doivent informer le groupe sur l'équipement nécessaire, accompagner les enfants qu'ils parrainent du lieu convenu au lieu d'entraînement, leur en expliquer le déroulement et s'occuper d'eux avant et après l'entraînement.
  - Il est important de discuter ensuite en classe des expériences faites par les enfants. Pour plus d'informations concernant l'évaluation de l'entraînement fait à l'essai, voir activité 15.

#### **Remarques**



## Activité 12: Essayer des activités physiques et sportives locales

Pour vraiment franchir le pas vers une activité physique ou sportive organisée, les élèves intéressés doivent pouvoir faire l'expérience d'un entraînement normal. Une visite à l'essai, sans engagement, facilite considérablement la prise de connaissance et l'accès.

Les activités ayant précédé sont une préparation de cet essai. L'intérêt et l'enthousiasme sont là: les élèves sont maintenant motivés pour faire personnellement l'expérience d'un sport organisé.

La forme que prendra cet entraînement à l'essai dépend du niveau scolaire, des conditions régnant dans la classe et des objectifs de l'enseignant. Les variantes proposent trois manières de procéder. Elles sont décrites en détail dans les fiches de travail 14, 15 et 16.

Pour que les entraînements à l'essai puissent avoir lieu dans le cadre de l'enseignement, il faut en informer les parents et, si possible, les y associer. Une organisation et une information claires peuvent s'avérer utiles. La fiche de travail 13 aide à consigner les principaux renseignements sur l'entraînement. Une attention particulière doit être accordée au trajet pour se rendre sur place et pour rentrer après l'entraînement. Ce tableau est un aide-mémoire pour les enfants et il peut être fourni aux parents à titre d'information. Les expériences faites par les élèves et leurs impressions sont ensuite discutées en classe (activité 15).

- Permettre des expériences concrètes en matière de sport organisé
- Elargir l'horizon

Classes de 1<sup>re</sup> à 9<sup>e</sup>

- **Entraînement à l'essai organisé par l'enseignant:** c'est l'enseignant qui choisit les sports que les enfants essaieront et qui prend contact avec les moniteurs de sport. Les élèves reçoivent une liste récapitulative à partir de laquelle ils font leur choix. Mais ils essaient au moins une activité. Si plusieurs classes et enseignants participent à l'opération, il est bon de procéder ensemble à l'organisation. Le travail de chacun diminue d'autant et l'éventail des disciplines sportives représentées augmente. Pour plus de détails, voir la fiche de travail 14.

### Description

### Objectifs

### Niveaux scolaires

### Variantes

- **Essai dans le cadre de l'enseignement scolaire:** l'entraînement à l'essai peut aussi avoir lieu à l'école. Dans ce cas, le choix est également opéré par l'enseignant, la prise de contact se fait par lui. De nombreux clubs sont intéressés et prêts à présenter leurs activités à l'école. En ce qui concerne les enfants les plus jeunes, le premier contact avec le moniteur de sport est plus facile s'il a lieu dans le cadre familial de l'école. Lors de sa visite, il est possible d'organiser pour certains élèves un entraînement à l'essai qui aura lieu ultérieurement. Dans ce cas aussi, l'organisation commune de plusieurs enseignants est recommandée. Pour plus de détails, voir la fiche de travail 15 (voir aussi activité 8).
- **Essai organisé par les élèves eux-mêmes:** les élèves ont comme devoir de faire un entraînement à l'essai. Ils doivent s'en occuper seuls, c'est-à-dire organiser eux-mêmes la prise de contact et la visite, aller à l'entraînement et raconter leurs expériences. Ils peuvent le faire seuls, à deux ou en groupe. Pour plus de détails, voir la fiche de travail 16 et les instructions de la fiche de travail 17 à l'intention des élèves.

#### Variantes

- Temps de préparation: 2-6 heures selon la manière de procéder et le nombre des activités choisies
- Essai: un devoir à la maison par entraînement à l'essai
- Discussion de l'entraînement à l'essai: 1-2 leçon(s)

#### Durée

- Fiches de travail 13-17
- Pour opérer un choix adéquat parmi les activités sportives locales, on peut tirer parti des expériences faites dans le cadre des activités 3 à 5, 8, 11 et 20. En complément, les contacts personnels des enseignants sont utiles.
- Si ce choix est trop limité, d'autres organisations sportives peuvent être contactées. Les renseignements correspondants figurent sur les listes et dans les brochures concernant les activités sportives locales. Celles-ci sont plus ou moins disponibles et complètes selon les régions. En l'absence de service des sports, il est possible de téléphoner à l'administration communale: elle sait généralement quelle autorité, direction ou division s'occupe des clubs et quelles sont les personnes à contacter.
- **www.ciao.ch**, thème Santé, rubrique Sport et mouvement – Baromètre des sports, clips sur les différentes disciplines sportives et informations de contact sur les activités locales. A partir d'un sondage réalisé sur les intérêts et orientations personnels, le baromètre propose quelques disciplines sportives entrant en ligne de compte. Celles-ci sont présentées par des textes (description) et des images sonorisées (clips), à quoi viennent s'ajouter les informations nécessaires au contact des organisations locales.

#### Matériel et sources

- Pour sélectionner les disciplines sportives, il faut donner la priorité aux activités existant dans la région, destinées au grand public et qui proposent des entraînements pour le groupe d'âge concerné.
- Il peut s'agir de sport d'équipe ou de sport individuel. L'important est de voir comment l'entraînement est encadré et pratiqué. Les enfants et les adolescents sont intégrés dans un groupe, ils interagissent, apprennent et expérimentent ensemble des choses nouvelles. Ils peuvent observer les autres, sont eux-mêmes observés et reçoivent des feedback.

#### Remarques

- 
- Lorsque les élèves essaient plusieurs activités, il faut prévoir suffisamment de temps pour cette étape. Les essais effectués à des intervalles trop courts sont déconseillés en raison de la capacité d'assimilation des élèves.
  - Les offres faciles d'accès, telles que le sport scolaire facultatif, les passeports-vacances ou les cours spéciaux, limités dans le temps, se prêtent particulièrement à une initiation au sport organisé. Ces offres présentent des seuils d'accès plus bas étant donné qu'elles sont structurées de manière informelle, moins contraignantes et destinées aux enfants et aux adolescents qui ont peu d'expérience de l'entraînement sportif. Elles ont également lieu, le plus souvent, dans un cadre familial, proche de l'école.
  - Dans le choix des activités, il faut aussi veiller à ne pas seulement considérer les disciplines sportives qui attirent traditionnellement les garçons, mais aussi celles qui séduisent les filles.
  - La prise de contact idéale avec les moniteurs de sport se fait par l'intermédiaire d'élèves déjà actifs ou d'autres contacts personnels. La plupart d'entre eux travaillant bénévolement dans les clubs, ils sont joignables téléphoniquement en dehors des heures de bureau (le midi, le soir).
  - Lorsque l'enseignant ne connaît pas les activités, il devrait assister au préalable à un entraînement. Il pourra ainsi observer les compétences pédagogiques et sociales des moniteurs de sport et l'atmosphère régnant pendant l'entraînement. Le comportement du moniteur vis-à-vis des enfants et en cas de conflit, la structure de l'entraînement, les explications données (accent sur les expériences communes, les échanges, changement entre les groupes/adversaires) aident à choisir et préviennent les mauvaises expériences.
  - Lorsque le financement de l'adhésion ou des frais d'équipement posent problème, il faut chercher une solution. Il existe plusieurs moyens de trouver du matériel sportif bon marché, d'occasion. Le matériel d'autres élèves, du club ou provenant de bourses d'échange ou de vente est souvent peu coûteux, voire gratuit. Il est également possible de trouver une solution pour les cotisations: certains clubs disposent d'un fonds spécial ou de rabais.
  - Il est recommandé d'évaluer l'entraînement *a posteriori* à tous les niveaux scolaires (activité 15). Cela permet de digérer les expériences positives et négatives. Interroger régulièrement les élèves les aide à «persévérer». Les expériences peuvent être transmises à d'autres et l'intérêt reste vif.
  - Les enfants peuvent être incités à faire d'autres essais. Dès la 4<sup>e</sup>/5<sup>e</sup>, après un bon départ, ils sont suffisamment autonomes pour s'organiser eux-mêmes et essayer d'autres activités.
  - Au sujet du sport organisé, voir aussi la section intitulée «Activités sportives locales – Sport organisé», à la fin du manuel.

## Remarques

## Fiche de travail 13: Outil d'organisation des essais

Semaine du ____ au ____						
Entraînement (heure, lieu et moniteur):						
Coordonnées:						
Accompagnateur:						
Apporter:						
Elèves:						
Lundi Date:						
Mardi Date:						
Mercredi Date:						
Jeudi Date:						
Vendredi Date:						
Samedi Date:						

## Fiche de travail 14: Entraînement à l'essai organisé par l'enseignant

Tous les élèves essaient au moins un entraînement normal d'un club de sport ou une autre activité physique. C'est l'enseignant qui opère la sélection des activités entrant en ligne de compte et qui prend contact avec les moniteurs de sport. Les élèves reçoivent une liste récapitulative leur permettant de faire leur choix. La séance d'essai est organisée en groupe ou accompagnée par un adulte (indispensable pour les niveaux scolaires inférieurs) ou se fait dans le cadre d'un système de tandem ou de parrainage (activité 11). Il faut également organiser les trajets aller et retour et l'accompagnement du groupe. Si possible, en associant les parents.

Les enseignants fixent la période (2-3 semaines) pendant laquelle l'essai doit avoir lieu. Les moniteurs de sport concernés sont contactés pour voir si un entraînement à l'essai est possible et combien d'élèves peuvent y participer. Ces informations et toutes celles qui sont nécessaires à l'entraînement sont consignées sur la fiche de travail 13 (quand, où, qu'apporter, coordonnées des moniteurs, etc.). La sélection des activités est discutée pendant les cours, les élèves choisissent au moins une activité et sont inscrits sur la fiche de travail 13. Ce papier sert d'aide-mémoire aux enfants et peut être fourni aux parents à titre d'information.

Après l'essai, les élèves échangent leurs impressions et leurs expériences en classe pour pouvoir les digérer. Le jour suivant, ils rendent compte de leur visite. Un quart d'heure par leçon et par jour suffit. Les comptes rendus écrits ou les dessins se prêtent également bien à l'évaluation de l'entraînement à l'essai (activité 15).

### Description

- Tous les élèves font la découverte d'une activité physique ou d'une discipline sportive, d'un moniteur de sport ou d'un groupe d'entraînement à l'occasion d'un entraînement normal
- Un premier contact a lieu avec le sport organisé
- Les obstacles s'opposant à une activité personnelle sont réduits

### Objectifs

Classes de 1<sup>re</sup> à 9<sup>e</sup> (et spécialement 4<sup>e</sup> – 6<sup>e</sup> et 1<sup>re</sup> – 3<sup>e</sup> dans un second temps)

### Niveaux scolaires

- Préparation: une fois qu'on a pris contact avec les moniteurs de sport, il est facile de se mettre d'accord avec eux. Le temps réclamé par un premier contact varie quant à lui selon la possibilité de joindre les moniteurs de sport. Il faut escompter 10-30 minutes par contact.
- Organisation pendant les cours: 1-2 leçon(s).
- Essai: visite à l'essai comme devoir à faire à la maison
- Discussion de l'essai: 1-2 leçon(s)

### Durée

- Fiche de travail 13
- Pour opérer un choix adéquat parmi les activités sportives locales, on peut tirer parti des expériences faites dans le cadre des activités 3-5, 8, 11 et 20. En complément, les contacts personnels des enseignants sont utiles.
- Si ce choix est trop limité, d'autres organisations sportives peuvent être contactées. Les renseignements correspondants figurent sur les listes et dans les brochures concernant les activités sportives locales. Celles-ci sont plus ou moins disponibles et complètes selon les régions. En l'absence de service des sports, il est possible de téléphoner à l'administration communale: elle sait généralement quelle autorité, direction ou division s'occupe des clubs et quelles sont les personnes à contacter.

### Matériel et sources

- 
- Les offres faciles d'accès, telles que le sport scolaire facultatif, les passeports-vacances ou les cours spéciaux, limités dans le temps, se prêtent particulièrement à une initiation au sport organisé. Ces offres présentent des seuils d'accès plus bas étant donné qu'elles sont structurées de manière informelle, moins contraignantes et destinées aux enfants et aux adolescents qui ont peu d'expérience de l'entraînement sportif. Elles ont également lieu, le plus souvent, dans un cadre familial, proche de l'école.
  - Avant les essais, les enseignants devraient prendre contact avec les moniteurs concernés pour qu'ils puissent se préparer à la visite. Si celle-ci se fait en groupe, ils doivent demander au moniteur combien d'élèves peuvent prendre part à l'entraînement. Et se renseigner sur les possibilités et les frais d'adhésion.
  - Pour plus de détails, voir l'activité 12.
- 

#### **Remarques**

## Fiche de travail 15: Essai dans le cadre de l'enseignement scolaire

Au lieu de participer à l'essai à l'entraînement régulier d'un club, les élèves découvrent des moniteurs sportifs extérieurs pendant les cours d'éducation physique. Ceux-ci sont invités à venir à l'école pour y présenter leur activité dans un cadre familier pour les élèves. A la fin de l'heure, il peut demander si les élèves ont envie de participer à un entraînement. L'évaluation de ces heures de présentation a lieu immédiatement après la leçon (activité 15).

### Description

- Faciliter la participation à un entraînement régulier
- Permettre un contact entre les élèves et les moniteurs de sport
- Capter l'intérêt des élèves
- Découvrir et vivre quelque chose de nouveau

### Objectifs

Classes de 1<sup>re</sup> à 9<sup>e</sup> (et spécialement de 1<sup>re</sup> à 3<sup>e</sup>)

### Niveaux scolaires

- Préparation: une fois qu'on a pris contact avec les moniteurs de sport, il est facile de se mettre d'accord avec eux. Le temps réclamé par un premier contact varie quant à lui selon la possibilité de joindre les moniteurs de sport. Il faut escompter 10-30 minutes par contact.
- Visite des moniteurs: 1-2 leçon(s) par visite
- Evaluation: 15 minutes après la leçon

### Durée

- Pour opérer un choix adéquat parmi les activités sportives locales, on peut tirer parti des expériences faites dans le cadre des activités 3-5, 8, 11 et 20. En complément, les contacts personnels des enseignants sont utiles.
- Si ce choix est trop limité, d'autres organisations sportives peuvent être contactées. Les renseignements correspondants figurent sur les listes et dans les brochures concernant les activités sportives locales. Celles-ci sont plus ou moins disponibles et complètes selon les régions. En l'absence de service des sports, il est possible de téléphoner à l'administration communale: elle sait généralement quelle autorité, direction ou division s'occupe des clubs et quelles sont les personnes à contacter.

### Matériel et sources

- La visite de moniteurs de sport extérieurs est une chance. Nombre d'entre eux se prêtent volontiers au jeu. L'organisation n'est pas toujours simple parce qu'un grand nombre de moniteurs de sport exercent leur fonction à titre bénévole et sont difficiles à joindre pendant la journée. Pour qu'une visite se concrétise, il faut que l'école fasse preuve de souplesse (échange d'heures de cours dans la salle de sport).
- Si la visite d'un moniteur de sport à l'école s'avère impossible (heure pendant la journée ou matériel/infrastructure non disponibles), elle peut se faire pendant l'enseignement obligatoire, c'est-à-dire en tant que leçon impliquant toute la classe, le soir et/ou en dehors de l'école.
- Si l'essai a lieu à l'école, il est bon de réunir plusieurs classes (2-3). L'organisation de la visite peut alors être partagée entre les enseignants et plusieurs classes peuvent en profiter.
- Si plusieurs moniteurs viennent présenter leur activité, il faut prévoir suffisamment de temps pour chaque étape. Un programme trop dense est contraire à la capacité d'assimilation des élèves.
- Pour plus de détails, voir l'activité 12.

### Remarques

## Fiche de travail 16: Essai organisé par les élèves eux-mêmes

Tous les élèves choisissent une discipline sportive parmi celles qui ont été sélectionnées à partir des possibilités locales et vont participer à un entraînement ou à un cours à l'essai. Ils peuvent le faire seul, à deux ou en groupe.

Dans cette variante, les élèves organisent leur essai de manière aussi indépendante que possible. Pour se préparer, ils discutent en classe des principales étapes:

- **Choix de la discipline sportive ou de l'activité physique:** la première chose à faire, c'est de choisir une discipline sportive ou une activité. Les élèves peuvent se servir des brochures disponibles sur les activités locales et/ou d'une liste d'activités dressée au préalable pendant les cours (activités 3-5, 8 et 20).
- **Organisation pendant les cours:** les élèves discutent ensuite entre eux s'ils veulent faire l'essai seuls ou ensemble. Le résultat de la discussion est consigné sur la fiche de travail 13.
- **Préparation de la prise de contact:** les élèves préparent enfin la prise de contact (devoir à faire à la maison). Ils peuvent discuter de la fiche de travail 17 et la remplir ensemble. Cette fiche est censée les aider. Les points à discuter et à noter sont les suivants:
  - **Nom et numéro de téléphone de la personne à contacter:** qui est la personne à contacter pour l'entraînement choisi, quand et où peut-on la joindre (lieu de travail, domicile, pendant l'entraînement).
  - **Motif de la demande:** pour faciliter l'entrée en matière, il est utile que les élèves notent le motif de la demande sur la fiche de travail.
  - **Dates de la visite:** si l'essai doit avoir lieu pendant un certain intervalle de temps, les élèves peuvent noter les dates et les jours des entraînements entrant en ligne de compte.
  - **Questions à régler:** lorsqu'une visite à l'essai est possible (un ou plusieurs élèves), il faut décider quand et où l'entraînement doit avoir lieu (début et fin de l'entraînement au même endroit?), le temps qu'il dure, l'équipement nécessaire (vêtements, chaussures, matériel), la possibilité d'emprunter le matériel spécial et s'il y a encore d'autres choses à observer.
  - **Questions individuelles:** annotations individuelles.
  - **Fin de l'entretien:** avant de dire au revoir, il est bon de récapituler toutes les questions importantes.
- **Organisation de la visite:** l'organisation est un devoir hebdomadaire (on n'arrive pas toujours à joindre les moniteurs de sport immédiatement). Dès que tout est réglé, les informations sont notées sur la fiche de travail 13 (outil d'organisation des essais). Cette fiche permet à l'enseignant d'avoir un aperçu de la situation et peut être donnée aux élèves et à leurs parents à titre d'information.

- Organiser un entraînement à l'essai de manière autonome
- Découvrir une nouvelle discipline sportive/une nouvelle activité
- Encourager l'autonomie des élèves

Classes de 5<sup>e</sup> à 9<sup>e</sup>

### Description

### Objectifs

### Niveaux scolaires

- 
- Préparation des enseignants: si les activités 3-5, 8 ou 20 ont été réalisées préalablement, il est possible de reprendre la sélection des activités locales; si non, il faut 1-2 heure(s) pour inventorier et sélectionner les activités locales appropriées
  - Préparation pendant les cours: 1-2 leçon(s)
  - Essai: 1 devoir hebdomadaire pour l'organisation, concrétisation de la visite pendant 2-4 semaines
  - Evaluation: soit le jour suivant chaque visite pendant 10 minutes d'une leçon, soit 1-2 leçon(s) pour tous les essais

#### Durée

- 
- Fiches de travail 13 et 17
  - Informations réunies pendant les activités réalisées préalablement (3-5, 8 et 20) au sujet des activités physiques et sportives locales
  - **www.ciao.ch**, thème Santé, rubrique Sport et mouvement – Baromètre des sports, clips sur les différentes disciplines sportives et informations de contact sur les activités locales. A partir d'un sondage réalisé sur les intérêts et orientations personnels, le baromètre propose quelques disciplines sportives entrant en ligne de compte. Celles-ci sont présentées par des textes (description) et des images sonorisées (clips), à quoi viennent s'ajouter les informations nécessaires au contact des organisations locales.

#### Matériel et sources

- 
- Les offres faciles d'accès, tels que le sport facultatif à l'école, les passeports-vacances ou les cours spéciaux, limités dans le temps, se prêtent particulièrement à une initiation au sport organisé. Ces offres présentent des seuils d'accès plus bas étant donné qu'elles sont structurées de manière informelle, moins contraignantes et destinées aux enfants et aux adolescents qui ont peu d'expérience de l'entraînement sportif. Elles ont également lieu, le plus souvent, dans un cadre familial, proche de l'école.
  - Les élèves doivent impérativement prendre contact avec les moniteurs de sport avant leur visite, pour qu'ils puissent s'y préparer. Lorsque plusieurs élèves s'intéressent à une activité, il faut voir combien d'entre eux peuvent assister à l'entraînement. Il faut également vérifier que cette activité peut accueillir de nouveaux adhérents et quel est le montant des cotisations.
  - Pour plus de détails, voir l'activité 12.

#### Remarques

## Fiche de travail 17: Organisation d'une visite à l'essai

Toi et tes camarades vous apprêtez à participer à l'essai à différents entraînements sportifs ou activités physiques. Tu as déjà décidé quel sport tu aimerais essayer et si tu souhaites y aller seul, avec un camarade ou en groupe.

Tu dois maintenant prendre contact avec le moniteur responsable, annoncer ta visite à l'essai, voir quand et où l'entraînement a lieu, et si tu dois apporter quelque chose de spécial. Cette fiche de travail t'aide à préparer l'entretien avec le moniteur et à te rappeler des principaux points. Tu peux t'en servir pour faire des annotations. Réfléchis et note avant l'entretien le motif de ta demande.

Une fois que tu as toutes les informations nécessaires, tu es bien préparé pour ta visite.

### Description

Nom: \_\_\_\_\_ Numéro de tél.: \_\_\_\_\_

### Moniteur

### Motif de la demande

Semaine 1: Lu \_\_\_\_\_ Ma \_\_\_\_\_ Me \_\_\_\_\_ Je \_\_\_\_\_ Ve \_\_\_\_\_ Sa \_\_\_\_\_

### Date de la visite

Note les dates des jours de la semaine concernés

Semaine 2: Lu \_\_\_\_\_ Ma \_\_\_\_\_ Me \_\_\_\_\_ Je \_\_\_\_\_ Ve \_\_\_\_\_ Sa \_\_\_\_\_

Lieu de l'entraînement:

### Informations sur l'entraînement

Début: \_\_\_\_\_ Fin: \_\_\_\_\_

Horaire: de: \_\_\_\_\_ à: \_\_\_\_\_

Matériel:  Chaussures de sport: pour l'intérieur ou l'extérieur  
 Vêtements: survêtement, shorts, imperméable, autre  
 Casse-croûte ou boissons

### Aspects individuels

### Fin de l'entretien

## Activité 13: Echanges entre élèves, parents et moniteurs de sport

A l'école, une matinée ou une soirée est organisée pour les élèves, leur famille et les moniteurs de sport contactés pour l'entraînement à l'essai. Elle doit permettre aux familles et aux moniteurs de sport d'entrer en contact dans le cadre familial de l'école. Et établir une base de confiance entre les moniteurs de sport, les élèves et leurs parents, supprimer les barrières psychologiques et réduire les peurs. Les moniteurs de sport peuvent aussi prendre conscience des besoins des parents et des élèves et éventuellement des obstacles qui les empêchent d'accéder à un sport.

Cette rencontre est surtout indiquée quand d'autres activités de loisirs, physiques et sportives ont été pratiquées au préalable et que les parents en ont été informés (activités 1-12). Elle permet alors d'informer les parents et de les associer au travail.

La manifestation permet d'instaurer non seulement des rapports de confiance; elle offre aussi l'occasion de fixer la date de la première visite à l'essai ou de discuter des conditions d'adhésion au club.

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Permettre les contacts</li> <li>• Instaurer la confiance</li> <li>• Organiser des visites à l'essai</li> </ul>	<b>Objectifs</b>
Classes de 1 <sup>re</sup> à 9 <sup>e</sup>	<b>Niveaux scolaires</b>
Lorsque plusieurs classes et enseignants sont concernés, il est particulièrement indiqué d'organiser une telle rencontre. Le travail d'organisation en est moins grand et l'éventail des disciplines sportives envisagées plus large.	<b>Variantes</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Préparation: 2 heures</li> <li>• Réalisation: env. ½ journée ou une soirée</li> </ul>	<b>Durée</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contacts, listes, tableaux des activités physiques et sportives locales réunis lors des précédentes activités (3-5, 8, 11, 12 et 20)</li> <li>• Brochures officielles existant sur les activités sportives locales</li> <li>• Matériel d'information des clubs de sport</li> <li>• Infrastructure: aula, salle de sport</li> <li>• Matériel de documentation des activités déjà pratiquées: affiches, photos, film, etc.</li> <li>• Eventuellement boissons et petites choses à grignoter</li> </ul>	<b>Matériel et sources</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les moniteurs de sport apportent si possible du matériel d'information imprimé sur leur sport et sur les entraînements proposés.</li> <li>• Au sujet des activités possibles et de la prise de contact avec les moniteurs de sport, voir l'activité 12.</li> </ul>	<b>Remarques</b>



## Activité 14: Fête scolaire, culturelle ou de quartier avec la participation de moniteurs de sport

Plusieurs moniteurs de sport dirigeant des activités dans la région/le quartier sont invités à une fête scolaire, culturelle ou de quartier. Avec eux, les enseignants créent une sorte de «programme d'encadrement» pour les élèves.

### Description

Parallèlement, les élèves peuvent vivre concrètement les différents aspects d'une discipline sportive ou d'une activité physique. Les parents, généralement présents, peuvent regarder leurs enfants et les moniteurs de sport. La fête permet ainsi le contact entre les moniteurs et les parents des élèves. Elle instaure la confiance, supprime les barrières psychologiques et réduit les peurs.

Pour que tous les enfants puissent essayer toutes les activités, celles-ci se déroulent successivement. Un horaire clair ne peut qu'être utile à tous les participants. 60 minutes devraient être consacrées à chaque discipline sportive/activité. Les clubs devraient absolument apporter du matériel d'information sur leurs activités, à distribuer ou à placer en libre service.

- Permettre les contacts
- Instaurer la confiance entre les parents et les moniteurs de sport
- Permettre de vivre concrètement les activités proposées dans le quartier

### Objectifs

Classes de 1<sup>re</sup> à 9<sup>e</sup>

### Niveaux scolaires

- Organiser une journée sportive associant les moniteurs de sport extérieurs à l'école et les parents. Les moniteurs sont invités à participer à une journée polysportive. Les parents sont priés de soutenir les enseignants dans l'organisation et, si possible, dans la réalisation de la journée. (Le temps nécessaire à la planification et à la préparation dépend beaucoup de la conception de la journée, du rôle joué par les moniteurs et leurs activités. Travail supplémentaire dû à l'association de moniteurs de sport extérieurs: 2-4 heures)

### Variantes

- Travail supplémentaire dû au programme d'encadrement dans le cadre d'une fête scolaire, culturelle ou de quartier: 2-4 heures

### Durée

- 
- Contacts, listes, tableaux des activités physiques et sportives locales réunis lors des précédentes activités (3-5, 8, 11, 12 et 20)
  - Salle de gymnastique, terrain et matériel de sport
  - Matériel d'information des clubs de sport
  - Matériel de documentation des activités déjà pratiquées: affiches, photos, film, etc.

#### **Matériel et sources**

- 
- Au sujet des activités possibles et de la prise de contact avec les moniteurs de sport, voir l'activité 12.
  - Pour que le programme des moniteurs de sport ne se transforme pas en garde d'enfants, il est important de communiquer clairement l'idée qui est à la base de la manifestation. Les élèves doivent apprendre à connaître les activités des clubs et se montrer entreprenants. Les moniteurs de sport doivent aussi avoir la possibilité d'apporter du matériel d'information et de parler avec les parents.
  - Une fête scolaire offre l'occasion d'exposer les images, photos et/ou affiches réalisées dans le cadre des activités préalables pour les montrer aux parents et aux autres élèves (activité 16). Dans le même temps, les moniteurs de sport peuvent eux aussi présenter leur matériel d'information.

#### **Remarques**

## «persévérer»

Dans les deux étapes «découvrir» et «essayer», la motivation et l'enthousiasme des élèves sont nettement perceptibles aussi bien lors de la réflexion sur la thématique des loisirs que de l'expérimentation personnelle des activités physiques et sportives pendant les cours ou encore de l'entraînement à l'essai d'un sport organisé. Un échange d'expériences régulier, pendant les cours, renforce cette motivation.

Généralement, cette euphorie initiale diminue au fil du temps et les problèmes les plus divers commencent à surgir. Si on ne s'y attaque pas activement, les élèves ont tôt fait de ne plus pouvoir ou vouloir participer aux entraînements.

Beaucoup d'enfants bénéficient du soutien de leurs parents en cas de difficultés, sont poussés à persévérer et à ne pas jeter l'éponge trop vite. Mais ce soutien manque parfois, quand les parents ne sont pas eux-mêmes les obstacles.

L'évaluation des expériences des élèves et des activités qui encouragent la durabilité joue un rôle important dès les deux premières étapes, mais elle prend tout son poids dans la troisième étape (voir les remarques faites au sujet de l'évaluation). Dans l'étape «persévérer», l'enseignant peut discuter avec les élèves des difficultés qu'ils rencontrent et de leurs expériences positives et réagir en fonction. Il peut ainsi renforcer les expériences positives et les transmettre aux autres élèves, aborder les problèmes avec les parents ou les moniteurs de sport et peut-être trouver une solution. C'est à l'enseignant de voir dans quelle mesure il peut ou veut s'investir.

Lorsqu'un enseignant suit la même classe pendant plusieurs années, il peut poursuivre le sujet de manière extensive. A la question de savoir si elle réaborderait le sujet avec une nouvelle classe, une enseignante nous a donné la réponse suivante:

***«Oui, mais je commencerais probablement plus tôt. J'ai aujourd'hui une classe de 6<sup>e</sup>. Je pense que commencer dès la 4<sup>e</sup> permet de travailler sur le sujet plus longtemps et d'obtenir davantage de résultats à long terme. Mes élèves seront dans une autre classe dans six mois. Je pense qu'une fois qu'on est dans le sujet, le travail est minime.»***

***Enseignante du primaire, école Rosenberg,  
Neuhausen***

## Activité 15: Evaluation des activités avec les élèves

Les activités réalisées dans le sport organisé et surtout les expériences qui en ont été tirées peuvent être évaluées et retravaillées de différentes manières. Les enseignants sont ainsi en mesure d'inciter les élèves à poursuivre leurs efforts et à se rendre régulièrement à l'entraînement.

Dans les étapes «découvrir» et «essayer», l'évaluation se fait immédiatement après l'activité. Une forme d'évaluation possible consiste à organiser des séances de feedback, pendant les heures de cours, pour récapituler la semaine. Lors des entraînements à l'essai, l'évaluation peut aussi prendre la forme d'un compte rendu de chaque élève. Autre possibilité: le travail individuel sur les expériences sous la forme de dessin ou de composition.

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Echanger et retravailler en classe les expériences vécues</li> <li>• Renforcer les effets positifs des activités, contrer les expériences négatives</li> <li>• Assurer la durabilité</li> </ul>	<b>Objectifs</b>
Classes de 1 <sup>er</sup> à 9 <sup>es</sup>	<b>Niveaux scolaires</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avec les élèves les plus jeunes, le mieux est de retravailler les expériences au moyen de dessins et de discussions (classes de 1<sup>er</sup> à 3<sup>es</sup>).</li> <li>• Aux enfants plus âgés, on peut donner le devoir de réfléchir aux expériences faites dans une composition ou un compte rendu écrit (4<sup>es</sup>-9<sup>es</sup>).</li> <li>• Le sujet n'est pas clos à ce stade, mais doit être inclus dans l'enseignement. Après un travail de réflexion intensif, l'enseignant demande aux élèves à intervalles réguliers, pendant les heures de cours, s'ils pratiquent des activités pendant leur temps libre et où.</li> </ul>	<b>Variantes</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dans le cadre d'une réflexion intense: 1 leçon par semaine ou un quart d'heure d'une leçon après les entraînements à l'essai</li> <li>• Dans le cadre d'une réflexion moins intense: 1 leçon par mois</li> </ul>	<b>Durée</b>
Papier et crayons de couleurs, cahiers, tableau	<b>Matériel et sources</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si la discussion révèle qu'un élève n'est pas assez ou pas du tout soutenu par ses parents, voire que ces derniers lui interdisent de participer à une activité sportive, il faut aborder le problème. Mais pas en classe. Un entretien individuel avec l'élève ou ses parents est plus approprié (activité 19).</li> <li>• Les problèmes ou expériences négatives qui peuvent surgir dans le sport organisé, en dehors de l'école, doivent absolument être examinés. Les moniteurs responsables doivent être contactés et interrogés sur la question. Selon les cas, les parents doivent également être informés.</li> </ul>	<b>Remarques</b>



## Activité 16: Présentation des activités réalisées

Le travail consiste à documenter les activités et à dépouiller le matériel de manière à pouvoir l'exposer dans le bâtiment scolaire. Il permet d'attirer l'attention d'autres classes et enseignants sur le sujet. Par la suite, le matériel est conservé et mis à la disposition des enseignants qui souhaitent aborder la thématique, et pourra leur servir de modèle et de source d'inspiration (activité 17). Ce matériel consiste dans des affiches et des exposés sur les activités de loisirs; ou des photos accrochées ou composées en une affiche. Une autre possibilité est que les élèves présentent à d'autres classes ce qu'ils ont fait et vécu.

- Ancrer la thématique à l'école
- Faire participer d'autres classes aux expériences vécues
- Rendre les expériences vécues fraîches et concrètes
- Assurer la durabilité

Classes de 1<sup>re</sup> à 9<sup>e</sup>

S'il est possible de faire des prises de vue à l'aide d'une caméra vidéo, on peut monter un petit film rappelant aux élèves impliqués les expériences qu'ils ont faites, animant d'autres élèves et faisant participer les parents en les invitant à une projection par exemple.

Selon le produit: 1-4 heure(s)

Film, matériel photo, affiche, etc.

La présentation des expériences n'est pas seulement intéressante pour d'autres classes, mais aussi pour la classe concernée. La documentation rend les souvenirs vivaces et permet de les revivre. C'est pourquoi elle est si importante pour la durabilité des activités.

### Description

### Objectifs

### Niveaux scolaires

### Variantes

### Durée

### Matériel et sources

### Remarques

## Activité 17: Réunir et classer les documents pour la bibliothèque de l'école

Si les activités doivent être répétées avec une autre classe ou un autre enseignant, il est bon de réunir les documents nécessaires (textes, fiches de travail, images, photos, modèles, lettres adressées aux parents, listes, adresses de contact) et de les classer de manière qu'ils puissent être réutilisés facilement.

Il s'agit d'une part d'archiver les matériels d'enseignement de sorte qu'ils puissent servir de modèles et être rapidement adaptés à la situation. D'autre part de compléter les «instructions» du présent manuel par des expériences et des idées personnelles. C'est un travail facile à faire et qui requiert peu de temps grâce à la fiche de travail 3.

- Ancrer la thématique à l'école
- Dépouiller les expériences faites afin de pouvoir les rafraîchir rapidement et les mettre à la disposition d'autrui
- Assurer la durabilité

Classes de 1<sup>re</sup> à 9<sup>e</sup>

Selon le mode de réalisation: 10-30 minutes par activité

- Documents de travail personnels
- Fiches de travail du manuel
- Matériel de documentation

Il est particulièrement important de classer les documents de manière claire et structurée pour permettre à d'autres enseignants de reprendre la thématique et de s'en servir.

### Description

### Objectifs

### Niveaux scolaires

### Durée

### Matériel et sources

### Remarques



## Activité 18: Journée trimestrielle du mouvement

Pour assurer la durabilité des activités, il ne faut pas se contenter d'en discuter oralement et d'y travailler par écrit, mais les rafraîchir à intervalles réguliers. Les activités physiques sont institutionnalisées avec la classe ou avec l'école sous la forme d'une journée du mouvement par trimestre (activités 7-10, 14).

- Ancrer la thématique à l'école
- Assurer la durabilité

Classes de 1<sup>re</sup> à 9<sup>e</sup>

Voir les activités 7-10, 14

Voir les activités 7-10, 14

Voir les activités 7-10, 14

Voir les activités 7-10, 14

### Description

### Objectifs

### Niveaux scolaires

### Variantes

### Durée

### Matériel et sources

### Remarques

## Collaboration avec les parents

Ce chapitre décrit les activités qui ne sont pas exécutées pour elles-mêmes, mais s'inscrivent dans les trois étapes «découvrir, essayer, persévérer».

Pour que l'engagement des enseignants soit récompensé, il ne faut pas qu'ils se contentent de travailler avec les élèves. Il est très important d'aborder et d'informer les parents sur le sujet. Sans leur approbation et leur soutien, la plupart des enfants ne peuvent prendre part à des activités extrascolaires. Les migrants, en particulier, ne possèdent souvent pas les connaissances nécessaires sur le système sportif suisse ou sur les structures et le monde de fonctionnement des clubs sportifs. Il est donc important d'informer les parents et de les familiariser avec les possibilités qui leur sont offertes. La diffusion d'informations précises et l'établissement d'un rapport de confiance ont pour effet que les parents soutiennent les efforts des enseignants. Une enseignante témoigne de l'importance de cette collaboration:

***«La fête culturelle a été un plus, car beaucoup de parents sont venus voir ce que les enfants faisaient. Et pas seulement les parents des enfants impliqués. J'ai presque le sentiment que des manifestations organisées en présence des parents ont plus d'effets que lorsqu'on est seul avec les enfants. Parce qu'ils voient de l'intérieur ce qui se passe.»***

***Enseignante primaire, école Weidteile, Nidau***

En ce qui concerne la collaboration avec les parents, il faut impérativement voir si le recours à un médiateur interculturel ou la traduction des principaux documents d'information sont nécessaires. Cela peut éviter des malentendus et le rejet de la responsabilité sur la «traduction» des enfants.

## Activité 19: Information et adhésion des parents

Les parents sont informés oralement et par écrit sur les activités. C'est un pas important dans la thématique puisque ce sont eux qui décident, dans le cas des élèves les plus jeunes, de ce que peuvent ou ne peuvent pas faire leurs enfants en dehors de l'école.

Il s'agit de convaincre les parents que l'organisation active des loisirs de leurs enfants est importante et de les enthousiasmer pour la question. Une lettre d'information indiquant les activités prévues et l'objectif à atteindre est un outil utile. Si des activités spéciales sont organisées, les parents doivent en être informés séparément.

Une soirée des parents peut être l'occasion idéale d'informer les parents. La motivation de l'enseignant peut déteindre sur les parents et susciter leur intérêt, même quand ils sont plutôt sceptiques. Les activités 13 et 14 peuvent également servir à cette fin.

- Informer les parents sur les manifestations prévues
- Associer les parents et obtenir qu'ils soutiennent leurs enfants

Classes de 1<sup>re</sup> à 9<sup>e</sup>

- Soit une soirée spéciale est organisée sur le sujet, soit la thématique est abordée lors d'une soirée des parents normale. L'important est de réserver suffisamment de temps pour que les parents posent des questions et que tout le monde puisse discuter. Si des activités ont déjà eu lieu, la présentation de la thématique peut s'enrichir de matériel visuel (photos, film, affiches).
- Les entretiens avec les parents se prêtent également à une information sur la mise en œuvre des activités. Ils permettent notamment de discuter personnellement avec les parents plutôt sceptiques de leurs doutes et, selon les circonstances, de les évacuer. Les problèmes de nature financière peuvent également être abordés et une solution recherchée ensemble.
- Les parents ne sont pas seulement informés; ils sont aussi associés aux activités. Ceux qui font office de moniteurs de sport peuvent ainsi être incités à proposer des entraînements à l'essai. L'activité 20 permet d'avoir une idée des activités pratiquées par les parents pendant leurs loisirs.
- Les conseils de parents de l'école ou de la commune sont un autre canal d'information.
- Activités 13 et 14

- Rédaction des lettres d'information: ½-1 heure par lettre
- Organisation et réalisation de la soirée des parents: 3-4 heures
- Entretien avec les parents: 1-2 heure(s) par entretien

- Listes ou brochures proposant un aperçu des activités sportives locales
- Matériel d'information des clubs de sport et organisations sportives
- Matériel de documentation réuni grâce aux activités réalisées: affiches, photos, film (activité 16)

### Description

### Objectifs

### Niveaux scolaires

### Variantes

### Durée

### Matériel et sources

- 
- L'accord des parents est décisif dans le domaine des loisirs. Les élèves les plus jeunes, en particulier, ne peuvent se passer de l'appui et du soutien de leurs parents. Et les parents devraient être informés même dans le cas d'enfants plus âgés ou d'adolescents et leur consentement demandé.
  - L'admission d'enfants et d'adolescents issus des migrations dans les activités sportives peut être rendue difficile, voire impossible, tout spécialement chez les filles, en raison des réserves ou interdictions de leurs parents. Les enseignants devraient s'informer soigneusement des doutes éventuels des parents, les prendre au sérieux et chercher à les régler. Cela nécessite une bonne base de confiance et de communication. Il est important également d'informer les parents sur les bases légales régissant l'égalité et les droits de l'enfant.
  - Les expériences communes comme une fête familiale ou une fête d'école (activités 13 et 14) sont très utiles. Elles réunissent tous les acteurs et permettent d'établir plus facilement des rapports de confiance grâce aux contacts directs et personnels.
  - Le financement de l'équipement ou des cotisations d'adhésion est une question qui devrait être abordée ouvertement. S'il pose un problème aux parents, il est possible de chercher ensemble une solution. Lorsqu'une activité nécessite du matériel coûteux, par exemple, il suffit souvent de réaliser un sondage pour savoir si d'autres élèves possèdent du matériel dont ils n'ont plus besoin. En ce qui concerne le financement des cotisations d'adhésion, on peut contacter le club. Il existe des fonds ou des rabais pour ces situations. Les communes scolaires disposent elles aussi parfois de moyens de soutien, par exemple pour la participation à un camp de ski ou autre. L'important est d'aborder le problème et de chercher ensemble une solution.

## Remarques

## Activité 20: Aperçu des loisirs des parents

A l'occasion d'une soirée des parents ou par l'intermédiaire des élèves, les enseignants sondent le terrain pour savoir quelles activités les parents pratiquent pendant leur temps libre, s'ils sont membres d'un club ou même moniteurs de sport. Ces informations sont précieuses pour l'organisation de l'entraînement à l'essai. Lorsque les parents sont membres d'un club, ils peuvent faire office d'«ouvriers», voire diriger personnellement un entraînement. Les informations sont consignées sur la fiche de travail 18.

- Associer et enthousiasmer les parents pour la thématique
- Faciliter l'entraînement à l'essai

Classe de 1<sup>re</sup> à 9<sup>e</sup>

Un simple questionnaire que les élèves transmettront à leurs parents peut permettre de savoir quels parents pratiquent quelles activités et s'ils seraient prêts à fournir leur contribution à la thématique.

- Lors de la soirée des parents: un quart d'heure
- Questionnaire: un devoir à la maison et env. ½ heure de résumé

- Fiche de travail 18
- Eventuellement: petit questionnaire à l'attention des parents

Les parents devraient être motivés sur une base volontaire.

### Description

### Objectifs

### Niveaux scolaires

### Variantes

### Durée

### Matériel et sources

### Remarques

## Fiche de travail 18: Aperçu des loisirs des parents

	Nom et prénom	Nom du club	Discipline sportive	Intérêt à participer	Numéro de téléphone	Adresse courriel
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						

# Activités sportives locales – Sport organisé

Le manuel est conçu en priorité comme un outil de travail pour l'enseignement scolaire. Les activités proposées présupposent toutefois que les enseignants collaborent avec les moniteurs de sport. Cette collaboration est plus facile si les enseignants connaissent le mode de fonctionnement et les caractéristiques du sport organisé. D'où cette petite digression.

Les clubs sportifs entretiennent avec leurs membres une forme de contact social qui est le fruit d'une longue tradition. Les structures et la culture d'un club assurent aux membres des lignes de conduite et des possibilités d'identification. Le déroulement souvent ritualisé des entraînements de même que les usages et règles générales peuvent être une aide à l'intégration sociale, mais ils peuvent également être source d'exclusion. La question de l'adaptation éventuelle des structures (formes et cotisations d'adhésion, horaires d'entraînement, représentation des migrants à tous les niveaux) aux besoins des nouveaux membres – comme les enfants et les adolescents issus des migrations – doit être abordée et négociée avec les clubs sportifs et ne doit en aucun cas être considérée comme une évidence.

Les moniteurs de sport jouent un rôle décisif dans le processus d'admission et d'intégration dans le club. Ils ne font pas que transmettre des capacités techniques, ils sont également des modèles pour de nombreux enfants et adolescents. Dans le groupe, les jeunes peuvent apprendre et tester – parallèlement à la technique sportive – des compétences personnelles et sociales. Mais ces processus d'apprentissage ne se font pas d'eux-mêmes. Il est essentiel que les moniteurs de sport possèdent des compétences pédagogiques et sociales, qu'ils fassent preuve de respect et de tolérance, de fair-play, et qu'ils sachent gérer, d'une manière constructive, les conflits et la solidarité et communiquent ces valeurs. Pour que les expériences faites par les enfants et les adolescents dans le sport organisé soient positives, il faut que les enseignants aient connaissance des compétences pédagogiques et sociales des moniteurs de sport.

Le monde et les possibilités particulières du sport se prêtent aux rencontres interculturelles et au règlement des conflits interculturels. L'engagement du côté du sport organisé est toutefois plus difficile à établir que celui du côté de l'école, car la plupart des moniteurs de sport exercent leur activité bénévolement et les horaires d'entraînement, contrairement à ceux de l'enseignement scolaire, sont limités. Toutefois, si les enseignants sont prêts à aménager la collaboration avec souplesse, selon les besoins des moniteurs, alors nombre d'organisations sportives sont partantes pour une collaboration avec l'école. Cette dernière leur offre la possibilité de se comporter de manière créative face à la diversité culturelle et aux éventuels problèmes qu'elle pose tout en attirant de nouveaux membres.

# Notes

1. P. ex. l'interprétation des Enquêtes suisses sur la santé de l'Office fédéral de la statistique par Lamprecht & Stamm: **Activité physique, sport et santé. Faits et tendances se dégageant des Enquêtes suisses sur la santé de 1992, 1997 et 2002.** In: StatSanté 1/2006.
2. Voir **Intégration et sport. Projets et expériences visant à ouvrir les structures sportives aux migrants/tes et à améliorer leur intégration dans le domaine du sport.** Dossier sous [www.sad.ch/images/stories/Projekte/dossier\\_integr\\_und\\_sport.pdf](http://www.sad.ch/images/stories/Projekte/dossier_integr_und_sport.pdf)
3. Pour en savoir plus sur le sujet, consulter le dossier sur l'intégration de la Commission fédérale des étrangers (CFE). Il traite des questions suivantes: Que signifie le mot «intégration»? Qu'entendons-nous par intégration? Quelle intégration la loi exige-t-elle? [www.eka-cfe.ch/f/integ.asp](http://www.eka-cfe.ch/f/integ.asp)
4. Le CD joint au manuel contient toutes les fiches de travail destinées aux enseignants et aux élèves. Lorsqu'une fiche de travail doit être adaptée à une situation donnée, il suffit d'utiliser les programmes actuels MS-Office (Word, Excel). L'enseignant qui ne possède pas ces programmes peut, grâce au CD, installer le programme gratuit OpenOffice.
5. Le Bureau fédéral de l'égalité entre femmes et hommes conclut, dans son analyse des dépenses du service J+S selon les sexes, que davantage d'argent est versé, proportionnellement, aux sports dans lesquels le pourcentage des adolescents est élevé, tendant par conséquent à cimenter l'image du rôle masculin. Pour en savoir plus sur le budget gender de J+S, consulter la rubrique gender mainstreaming sous [www.equality-office.ch](http://www.equality-office.ch)

# Informations et sources

## Bibliographie

### Documentation et information

- **Arlettaz Gérald et Silvia. La Suisse et les étrangers.** Editions Antipodes, 2004.  
Ce livre apporte une synthèse de l'histoire de l'immigration et de ses politiques successives en Suisse, durant la période qui va du milieu du XIXe siècle à 1933.
- Eckmann Monique, Fleury Michèle. **Racisme(s) et citoyenneté: un outil pour la réflexion et l'action.** Institut d'Etudes sociales, Genève, 2005.  
Classeur destiné à l'enseignement et à l'action sociale qui propose une approche théorique, ainsi que des conseils pratiques pour la prévention contre le racisme.
- Lamprecht Markus, Stamm Hanspeter. **Activité physique, sport et santé. Faits et tendances se dégageant des Enquêtes suisses sur la santé de 1992, 1997, 2002.** In: StatSanté 1, 2006.  
Une interprétation des Enquêtes suisses sur la santé de l'Office fédéral de la statistique focalisée sur l'activité physique et le sport.
- **mobile. La revue d'éducation physique et de sport.** Ed. par l'Office fédéral du sport OFSPO, Association suisse d'éducation physique à l'école (ASEP).  
La revue paraît six fois par an. Elle propose des articles pratiques sur différentes thématiques.
- Perregaux Christiane. **Odyssea. Accueil et approches interculturelles.** Corome, 1994.  
Cet ouvrage simple et nuancé propose des réponses à des questions liées à la diversité culturelle croissante dans les salles de classe. Accompagné des supports didactiques «Kaleido», directement utilisables en classe.
- **Tangram. Bulletin de la Commission fédérale contre le racisme (CFR).** Edité par la Commission fédérale contre le racisme.  
Le bulletin de la CFR paraît deux fois par an. Il contient des articles pratiques sur différents thèmes prioritaires.
- **Terra cognita. Revue suisse de l'intégration et de la migration.** Ed. par la Commission fédérale des étrangers (CFE).  
La revue paraît deux fois par an. Elle contient des articles sur différentes thématiques.
- Wicker Hans-Rudolf, Fibbi Rosita et al. (Ed.). **Les migrations et la Suisse.** Zurich, Seismo, 2003.  
Résultats du programme national de recherche «Migrations et relations interculturelles» (PNR 39).

### Matériels didactiques et projets

- Eckmann Monique, Eser Davolio Miryam, Wenker Mary-Claude. **Vivre ensemble.** Editions LEP, 2002.  
La parole est donnée à des jeunes vivant en Suisse, qui décrivent des situations réelles touchant au racisme, à la discrimination et aux conflits interculturels.
- Grabherr Matthias, Lehmann Anton. **Le sport, facteur d'intégration sociale et linguistique. Projet en faveur de l'intégration sociale et de l'acquisition de la langue par des enfants migrants, à travers le sport.** Ed. par la Haute école fédérale de sport de Macolin HEFSM. Publication de l'OFSPPO n° 84, 2005.  
Une publication portant sur la contribution du sport à l'intégration sociale et à l'acquisition de la langue.
- Helle Pascal. **Faut-il avoir peur des étrangers?** Ed. de l'Hèbe, 2004.  
Sous la forme de questions-réponses, ce livre aborde de manière simple et instructive des questions et préjugés liés à l'immigration.
- It'sCOOL. Ed. par la Fédération suisse de course d'orientation (FSCO). Berne, schulverlag, 2002.  
Un outil didactique pour l'enseignement interdisciplinaire de la course d'orientation, composé de sept brochures, en fonction des niveaux, et d'un coffret de jeux et de tests.
- Lehmann Anton, Schaub Reisle Maya: **Le sport et ses plus-values. Stratégies d'action préventive et de promotion de la santé.** Ed. par l'Office fédéral du sport OFSPO. Publication de l'OFSPPO n° 82, 2003.  
Lignes de conduite pédagogiques et outils d'orientation pour le travail avec les jeunes.
- **Cahiers pratiques. mobile. La revue d'éducation physique et de sport.** Ed. par l'Office fédéral du sport OFSPO, Association suisse d'éducation physique à l'école (ASEP).  
Une bonne alternative, documentée et bien présentée, aux outils didactiques complets. Pour connaître les thèmes et les disciplines sportives abordés par les cahiers pratiques, voir sous [www.mobile-sport.ch](http://www.mobile-sport.ch). C'est aussi à cette adresse que les cahiers peuvent être commandés.
- Wenker Mary-Claude. **Vous avez dit communication.** Pain pour le prochain: Action de Carême, 2003.  
Un kit pédagogique pour sensibiliser à la communication dans un contexte multiculturel.

- **Xenophilia Suisse. A la découverte de soi et des autres.** Ed. par Swiss Academy for Development SAD. Bienne, 2006.  
Xenophilia Suisse est un jeu éducatif sur CD-ROM qui se présente sous la forme d'un quiz interactif. Les questions abordent une palette de thèmes comme la migration, l'asile, le droit des étrangers, les minorités, l'identité, les valeurs, les coutumes, les religions, ou encore la nationalité.

## Films

- **www.filmeeinewelt.ch**  
Films pour un seul monde propose une abondante sélection de films pour aborder les questions Nord-Sud de manière nuancée.
- Clips sur les disciplines sportives de Jeunesse+Sport. Y accéder via **www.ciao.ch**, thème Santé, rubrique Sport et mouvement  
Les séquences filmées présentent un sport en une minute. Les 70 disciplines sportives J+S seront disponibles en ligne d'ici fin 2009.

## Internet

### Documentations et informations

- **www.baspo.admin.ch**  
L'Office fédéral du sport OFSPO est l'organe national responsable des questions sportives. Il est un centre de prestations, de formation et d'entraînement au service du sport. Il est aussi un centre de compétences en sciences du sport et un service de documentation et d'information sur le sport en Suisse.
- **www.bfm.admin.ch**  
L'Office fédéral des migrations règle les conditions d'entrée et de séjour des étrangers et coordonne les efforts d'intégration de la Confédération, des cantons et des communes.
- **www.edi.admin.ch/frb**  
Le Service de lutte contre le racisme coordonne et encourage la prévention et la lutte contre le racisme, l'antisémitisme et la xénophobie aux niveaux fédéral, cantonal et communal.
- **www.edk.ch/f/CDIP/Geschaefte/framesets/mainMigration\_f.html?hauptframe=default.html**  
Le domaine d'activité «Education et migration» de la Conférence suisse des directeurs cantonaux de l'instruction publique apporte les questions relatives aux migrations dans la politique de l'éducation en Suisse.
- **www.educa.ch**  
Le Serveur suisse de l'éducation propose des informations sur les programmes scolaires des cantons, des dossiers thématiques, des manuels, des fiches de travail et des liens.
- **www.eka-cfe.ch**  
La Commission fédérale des étrangers prend position sur les questions d'actualité politiques concernant les migrations et l'intégration et gère le crédit d'intégration de la Confédération.
- **www.eka-cfe.ch/d/integ.asp**  
Le dossier sur l'intégration de la CFE aborde les questions suivantes: Que signifie le mot «intégration»? Qu'entendons-nous par intégration? Quelle intégration la loi exige-t-elle?
- **www.ekr-cfr.ch**  
La Commission fédérale contre le racisme s'engage en faveur des intérêts des minorités, contre la discrimination et le racisme.
- **www.fairplay.ch**  
Le site de la Charte d'éthique du sport de l'Office fédéral du sport OFSPO et de Swiss Olympic fournit des bases, des informations, des documents à télécharger et des liens en faveur d'une pratique saine, respectueuse et loyale du sport.
- **www.humanrights.ch/home/fr/Manuel-discrimination-raciale/idart\_4795-content.html**  
Un manuel destiné aux services de consultation contre la discrimination raciale. Edité par Humanrights.ch/MERS et la Fondation contre le racisme et l'antisémitisme (GRA) en collaboration avec la Commission fédérale contre le racisme (CFR).
- **www.migration-population.ch**  
Le Forum suisse pour l'étude des migrations et de la population (SFM) est un institut de recherche de l'Université de Neuchâtel.
- **www.sad.ch**  
La Swiss Academy for Development SAD poursuit des projets et des études sur les thématiques du dialogue interculturel, de l'intégration, de la coopération au développement et de la recherche sur la jeunesse et l'anomie.

### **Matériels didactiques et projets**

- **[www.alleanders-allegleich.ch](http://www.alleanders-allegleich.ch)**

Le portail suisse de la campagne du Conseil de l'Europe en faveur de la diversité, des droits de l'homme et de la participation.

- **[www.euroschools2008.ch](http://www.euroschools2008.ch)**

Le projet scolaire EUROSCHOOLS 2008 s'adresse aux écoles du degré secondaire I. Dans le cadre de ce projet à l'occasion de l'EURO 2008, les écoles de Suisse et d'Autriche réfléchissent sur le dialogue interculturel et sur les différentes cultures qui composent l'Europe et jouent au foot selon les règles du fair-play.

- **[www.globaleducation.ch](http://www.globaleducation.ch)**

La Fondation Education et Développement est le centre national de ressources pour l'éducation dans une perspective globale. Elle propose au corps enseignant de tous niveaux scolaires un soutien pour un enseignement tourné vers l'avenir, le développement et la citoyenneté.

- **[www.globaleducation.ch/francais/files/WE\\_Be.pdf](http://www.globaleducation.ch/francais/files/WE_Be.pdf)**

Un récapitulatif des projets des organisations non gouvernementales à l'intention des écoles.

- **[www.projetscontreleracisme.ch/](http://www.projetscontreleracisme.ch/)**

Portraits de projets d'écoles et de classes contre le racisme, conseils de mise en œuvre, propositions de matériels d'enseignement, adresses et liens.

- **[www.scool.ch](http://www.scool.ch)**

Un projet scolaire de la Fédération suisse de course d'orientation (FSCO).

# Impressum

Editeur: Haute école fédérale de sport de Macolin HEFSM  
Auteurs: Matthias Grabherr, Jenny Pieth  
Avec la collaboration de: Tina Bratschi, Veronika Hanus, Florian Hitz, Lis Hofer, Käthi Howald, Andreas Koller, Ursula Mühlestädt, Fränzi Küpfer, Beatrice Ossola, Andrea Rosenast, Thomas Pfeiffer, Mirjam Richter, Raphael Santschi, Evelyne Seiler, Thomas Stöckli, Heidi Ullmann, Dominik Ullmann, Gilbert Zosso

Traduction: Stéphane Rigault  
Photos: Matthias Grabherr, Beatrice Ossola, Jenny Pieth, Andrea Rosenast  
Mise en page: Susanne Mauerhofer  
Impression: witschidruck, Nidau  
Edition: 2008  
Tirage: 100  
Copyright: Haute école fédérale de sport de Macolin HEFSM et Swiss Academy for Development SAD 2008  
[www.baspo.ch/www.sad.ch](http://www.baspo.ch/www.sad.ch)

A commander auprès de: Office fédéral du sport OFSPO, 2532 Macolin  
ISBN: 978-3-907963-56-2

Une collaboration de: Swiss Academy for Development SAD  
Bözingenstrasse 71  
CH-2502 Bienne  
Tél: +41 (0)32 344 30 50  
[info@sad.ch](mailto:info@sad.ch)  
[www.sad.ch](http://www.sad.ch)

Haute école fédérale de sport de Macolin HEFSM  
2532 Macolin  
Tél.: +41 (0)32 327 61 11  
[info@baspo.admin.ch](mailto:info@baspo.admin.ch)  
[www.baspo.ch](http://www.baspo.ch)

Avec le soutien de:

- Crédit d'intégration de la Confédération (IMES/CFE)
- Office fédéral du sport OFSPO
- Commune de Bienne
- Office des affaires sociales du canton de Berne
- Stiftung für Bevölkerung, Migration und Umwelt (BMU)
- Fondation Gertrud Kurz
- Fondation contre le racisme et l'antisémitisme (GRA)
- UBS SA Bienne Seeland
- Fondation Volkart
- Fondation Walter et Bertha Gerber