



# CONSTRUIRE UN PROJET « SPORT-SANTÉ » À L'USEP

## Guide méthodologique<sup>1</sup>

### 1. Genèse d'un projet d'éducation à la santé par l'activité physique, sportive et associative

1

Le projet naît souvent d'événements qui suscitent des interrogations, des échanges, des envies d'agir, de réagir. Ces déclencheurs peuvent être :

- l'expression de la sensibilité d'un individu par rapport à certains éléments relatifs à la *santé*,
- l'observation de conduites qui interpellent (dans l'environnement de l'école, en relation avec le comportement de la communauté éducative et/ou des enfants),
- l'apport d'informations ou de formations sur ce thème (fournis par l'institution, par les médias, ...),
- une demande institutionnelle.

Le projet se construit en plusieurs étapes. Une fiche ([Voir annexe n°1](#)) permet de récapituler les éléments indispensables à cette construction.

### 2. Guide méthodologique

#### a. Étape n°1 : Analyse de la situation et recensement des besoins (POUR QUOI ?)

Avant de démarrer la construction d'un projet « Sport-Santé », plus explicitement un projet d'éducation à la santé par l'activité physique, sportive et associative, il est indispensable de répondre à un certain nombre de questions.

- **Qui formule la demande ?**

Enseignants, animateurs USEP, inspection académique, parents, service de santé (scolaire), enfants, collectivité territoriale, ... peuvent être conduits à déclencher la demande de la construction d'un projet « Sport-Santé ».

- **D'où vient la demande ?**

<sup>1</sup>. Ce travail s'est largement inspiré du document *Proposition de méthodologie* élaboré par le groupe de travail du Schéma Régional d'Éducation pour la Santé de la région Centre.

La demande peut naître de constats effectués lors d'une rencontre USEP ou bien encore au sein de l'école. Elle peut naître de réflexions menées suite à l'actualité nationale ou locale mais aussi en réaction à des actions de formations ou à la diffusion d'informations.

- **Quels constats, quels événements ont provoqué la demande ?**

Les constats et/ou les événements qui ont provoqué la demande d'élaboration d'un projet « Sport-Santé » peuvent être divers et variés. Par exemple, on a pu noter ou observer :

- des difficultés de participation des enfants au niveau notamment de leur aisance motrice,
- des blessures, des pleurs, de l'agressivité, une ambiance malsaine,
- une absence de respect d'une hygiène minimale,
- une alimentation déstructurée et non équilibrée,
- une fatigue excessive des enfants.
- ...

Bien d'autres constats peuvent être à la source d'un projet « Sport-Santé ».

- **La demande est-elle justifiée ?**

Il ne faut pas vouloir bâtir à tout prix un projet « Sport-Santé ». Celui-ci doit correspondre à une demande justifiée. Afin de valider l'opportunité de la construction du projet, il est nécessaire de prendre en compte la fréquence, la gravité et l'urgence du problème. Il est bon de vérifier si des solutions n'ont pas déjà été mises en place. Pour cela il peut être opportun de consulter le projet d'école, mais aussi les enseignants ayant le plus d'ancienneté dans l'école et/ou le service de santé scolaire. Il peut être également nécessaire d'établir un bilan lors de rencontres sportives prenant en compte le point de vue des différents participants : enfants, parents, enseignants, organisateurs USEP, autres...

- **Quels sont les besoins ?**

La nécessité de bâtir un projet « Sport-Santé » ayant été validée, l'étape suivante consiste à identifier les besoins. Ceux-ci seront identifiés dans le cadre du droit des enfants à l'éducation à la santé. Par exemple, on peut noter des besoins concernant :

- les rythmes de vie et l'alternance activité motrice/repos,
- la sécurité nécessaire au regard de l'autonomie souhaitée,
- la mise en œuvre de gestes d'hygiène corporelle,
- l'équilibre dans l'alimentation,
- la reconnaissance par l'adulte et la confiance en soi,
- le vivre ensemble et la solidarité,
- ...

- **Analyse des leviers et des freins potentiels**

Suite d'une part, à l'établissement des constats qui ont provoqué la demande d'élaboration d'un projet « Sport-Santé », d'autre part à l'identification des besoins, il est indispensable de réfléchir aux leviers potentiels sur lesquels on va pouvoir s'appuyer et aux freins potentiels qu'il va falloir contourner. Par exemple :

- la mobilisation possible des parents,
  - l'existence de partenaires aisément accessibles,
  - la possibilité de conduire des actions dans le temps périscolaire,
  - la mobilité et/ou la composition de l'équipe éducative,
  - l'intérêt particulier et/ou la motivation forte de certaines personnes pour des sujets précis et bien identifiés,
  - ...
- **Qui est le mieux placé pour répondre à ce problème ?**

3

Suivant la nature du problème constaté et les besoins identifiés, il est important que le projet soit confié à la structure la mieux à même de construire le projet. Il peut s'agir de l'association USEP, mais aussi des enseignants, des conseillers pédagogiques ou du service de santé scolaire. Dans ces trois derniers cas, l'association USEP pourra se positionner comme partenaire.

### **b. Étape n°2 : Établir un état des lieux (D'OÙ ON PART ?)**

Une fiche récapitulative est disponible ([Voir annexe n°2](#)).

Un état des lieux précis permet une définition du projet plus proche de la réalité du terrain. Il est nécessaire de questionner :

- les lieux possibles pour la pratique de l'activité physique et sportive,
- les moments de pratique de l'activité physique,
- les habitudes alimentaires à l'école,
- les habitudes d'hygiène à l'école,
- les rythmes de vie et l'environnement de l'école,
- le climat de vie qui règne au sein de l'école, de l'association USEP et l'état des relations par rapport au monde extérieur,
- le public scolaire,
- ...

L'état des lieux doit aussi être effectué par rapport aux pratiques de l'association USEP :

- fréquence, lieux, contenus des rencontres,
- place de la rencontre et de la préparation par rapport aux différents temps de la vie quotidienne de l'enfant (temps scolaire, hors temps scolaire),
- place des principes d'hygiène, d'alimentation, de rythmes de vie dans l'association USEP,

- lors des préparations, du déroulement des rencontres et de la vie de l'association, qualité des échanges et de la participation des enfants, des parents, ...
- ...

### c. Étape n°3 : Identifier la population concernée par le projet (POUR QUI ?)

L'étape suivante vise à caractériser la population concernée par le projet (relative à l'école, au regroupement pédagogique, à l'association USEP, à la commune, ...). Cette étape comprend non seulement les enfants, mais aussi leurs parents. Ainsi, il est intéressant de se documenter sur :

- les caractéristiques de la population (sociales, économiques, culturelles, démographiques, ...),
- les habitudes et les comportements des parents par rapport aux différentes activités (sportives ou culturelles) offertes aux enfants,
- la capacité des familles à soutenir et à encourager la pratique physique de leurs enfants,
- les habitudes de déplacements école-domicile,
- les résultats scolaires et les comportements des enfants par rapport aux différentes activités sportives et culturelles.

4

### d. Étape n°4 : Formuler les objectifs du projet (QUOI ?)

Le recueil de l'ensemble des données qui précède va maintenant permettre la formulation des objectifs du projet. Cette étape importante va aussi contenir en germe les premiers éléments de l'évaluation. Il s'agit de fixer :

- le ou les résultats attendus pour la population visée (enfants et/ou parents),
- les actions à mettre en place pour arriver à ce résultat,
- en préparation à l'évaluation, lister les facteurs que l'on veut et que l'on peut mesurer.

À titre d'exemple, les résultats attendus peuvent viser à

- augmenter la quantité de pratique physique réalisée quotidiennement,
- améliorer la connaissance de soi,
- accroître l'estime de soi,
- mettre en place les conditions favorables à une meilleure hygiène de vie,
- ...

### **e. Étape n°5 : Constituer l'équipe de pilotage du projet et rechercher des partenaires (AVEC QUI ?)**

Les objectifs du projet étant clairement fixés, il s'agit d'aborder maintenant la mise en œuvre de celui-ci. Pour ce faire, la constitution d'une équipe de pilotage est indispensable. Elle peut s'étoffer de différents partenaires en fonction des besoins identifiés. Une fiche présentant les partenaires possibles de l'association d'école USEP est disponible ([Voir Partie Partenaires / Contacts](#)). Il est alors nécessaire de se questionner :

- Quels sont les acteurs qui peuvent constituer le noyau dur pour la conception et le suivi du projet ?
- Quels sont les partenaires que l'on peut déjà envisager à ce stade de la réflexion ?

### **f. Étape n°6 : Mettre en œuvre le projet (COMMENT ?)**

La mise en œuvre du projet s'appuie sur les questionnements suivants :

- Quelle stratégie pédagogique ?
- Quelles actions ?
- Quel type d'intervention par les partenaires ?
- Quels outils ? Quelle exploitation des outils ?
- Quelle organisation ?
- Qui fait quoi et dans quels délais ?

5

### **g. Étape n°7 : Construire l'échéancier et le suivi du projet (QUAND ?)**

Le calendrier de mise en œuvre du projet et le respect des différentes phases prévues est un outil garant du bon déroulement. Il doit mentionner :

- le début et la fin de chaque action,
- les dates des réunions de suivi du bon déroulement du projet,
- la durée et la date de fin de l'opération,
- la date du bilan final.

### **h. Étape n°8 : Établir le budget et identifier les ressources financières potentielles (COMBIEN ?)**

Le montage financier du projet s'effectue en plusieurs étapes. Il s'agit de :

- faire l'inventaire des ressources humaines, matérielles, financières, pédagogiques, ...
  - nécessaires,
  - disponibles,
  - à rechercher.
- faire l'état des moyens financiers de l'association USEP, des aides possibles (USEP départementale, partenaires institutionnels, partenaires privés, ...),
- établir le budget prévisionnel équilibré de l'opération (dépenses et recettes).

### i. Étape n°9 : Prévoir l'évaluation (POUR QUEL RÉSULTAT ?)

L'évaluation est partagée entre les acteurs. Bien conduite, elle permet l'obtention de moyens pour poursuivre les actions, la mise en valeur du projet, la valorisation des acteurs, la reconnaissance du travail accompli par rapport au projet, au projet d'école et au projet USEP.

Il est indispensable de prévoir dès le départ du projet les critères précis d'évaluation des résultats des actions qui vont être engagées, et ce, notamment au regard des partenaires financiers.

À partir des résultats attendus précisés dans l'étape n°4, il faut déterminer des critères de réussite. Ceux-ci peuvent être de nature quantitative (nombre de ...) mais aussi de nature qualitative (indice de satisfaction par exemple). Quelques exemples de critères pour l'USEP :

- constats sur l'évolution des comportements constatés lors des rencontres sportives (nombre de réussites d'un contrat sportif, d'actes citoyens, d'actes violents, ..., ressentis des enfants, des parents, des enseignants sur le climat de la rencontre, investissement des acteurs, ...),
- dynamique de l'association USEP de l'école (nombre de rencontres organisées, nombre de participation de parents à l'encadrement, ...),
- implication dans les opérations nationales USEP « Sport-Santé »,
- ...

Pour chaque élément d'évaluation envisagé, la méthodologie du recueil des données doit être construite (questionnaire, liste, interviews, document, ...) ainsi que la date à laquelle ce recueil va être réalisé. La personne chargée de ce travail doit être prévue.

### j. Étape n°10 : Prévisions à moyen et long termes ? (POUR QUELLES PERSPECTIVES ?)

Il peut être bon de prévoir dès la construction du projet le moment où seront envisagées les suites à donner, le réajustement (éventuellement en cours de projet), la reconduction éventuelle, ...

## 3. La place de l'association et du projet USEP dans le projet « Sport-Santé »

Le projet USEP est contributif au projet d'école :

Dans une démarche d'ouverture de l'école sur la vie, les événements locaux sportifs, culturels, civiques et laïques sont des moments privilégiés de la vie de la cité qui peuvent donner lieu à des projets éducatifs originaux. Ils permettent d'associer d'autres intervenants, parents, animateurs locaux, bénévoles ou rémunérés, à l'action éducative qui est celle de l'école.

## a. Spécificités du projet USEP

L'aide apportée par l'USEP dans la conception et l'organisation des projets favorisera leur concrétisation au cours de rencontres régulières qui seront des occasions privilégiées d'actions et d'évaluations collectives.

L'USEP propose de nombreuses activités sportives adaptées et variées sur des temps scolaire et périscolaire. Elle peut ainsi participer de la lutte contre les inégalités sociales de santé en concernant l'ensemble des élèves d'une classe, d'un niveau de classes, d'une école. **Elle crée donc un environnement favorable à la pratique physique et sportive.**

La rencontre sportive est un lieu privilégié pour permettre aux adultes et aux enfants de se retrouver, favorisant le plaisir de participer ensemble à un projet collectif (parents spectateurs et/ou accompagnateurs et/ou encadrants, organisateurs, athlètes...). **L'USEP crée alors les conditions du soutien social et de l'encouragement à la pratique physique et sportive des enfants par les adultes.**

L'USEP dynamise et outille les acteurs du sport scolaire pour agir avec l'élève, permettre à celui-ci, d'avoir une véritable attitude réflexive sur ses pratiques physiques et sportives et de faire des choix éclairés. L'ensemble de ces outils intègre le concept **L'attitude santé**. **L'USEP permet ainsi aux adultes d'accompagner l'enfant afin qu'il soit le véritable acteur de son projet.**

En agissant sur ces trois leviers, l'USEP offre :

- un climat favorable à l'engagement, à la réalisation de soi, à l'appartenance à un groupe, à la reconnaissance et à l'augmentation de l'estime de soi ; autant de sources qui favorisent l'installation d'un bien-être individuel,
- un climat favorable aux échanges, aux projections dans l'avenir, à la prise en compte de l'environnement, à l'émergence de valeurs ; autant de sources qui favorisent l'installation d'un bien-être social.

## b. Le projet « Sport-Santé » USEP, un projet d'action éducative de l'école

Les projets « Sport-Santé » USEP peuvent et, dans la mesure du possible, doivent s'intégrer dans les projets d'actions éducatives de l'école ([Voir exemple en annexe n°3](#)).

*Les projets d'école et leurs avenants annuels font figurer les activités des associations USEP lorsqu'elles se déroulent sur le temps scolaire et périscolaire, notamment l'accompagnement éducatif<sup>2</sup>.*

La mise en œuvre du projet « Sport-Santé », partie intégrante du projet USEP, ne se limite pas au temps de la rencontre.

Celui-ci doit être présent :

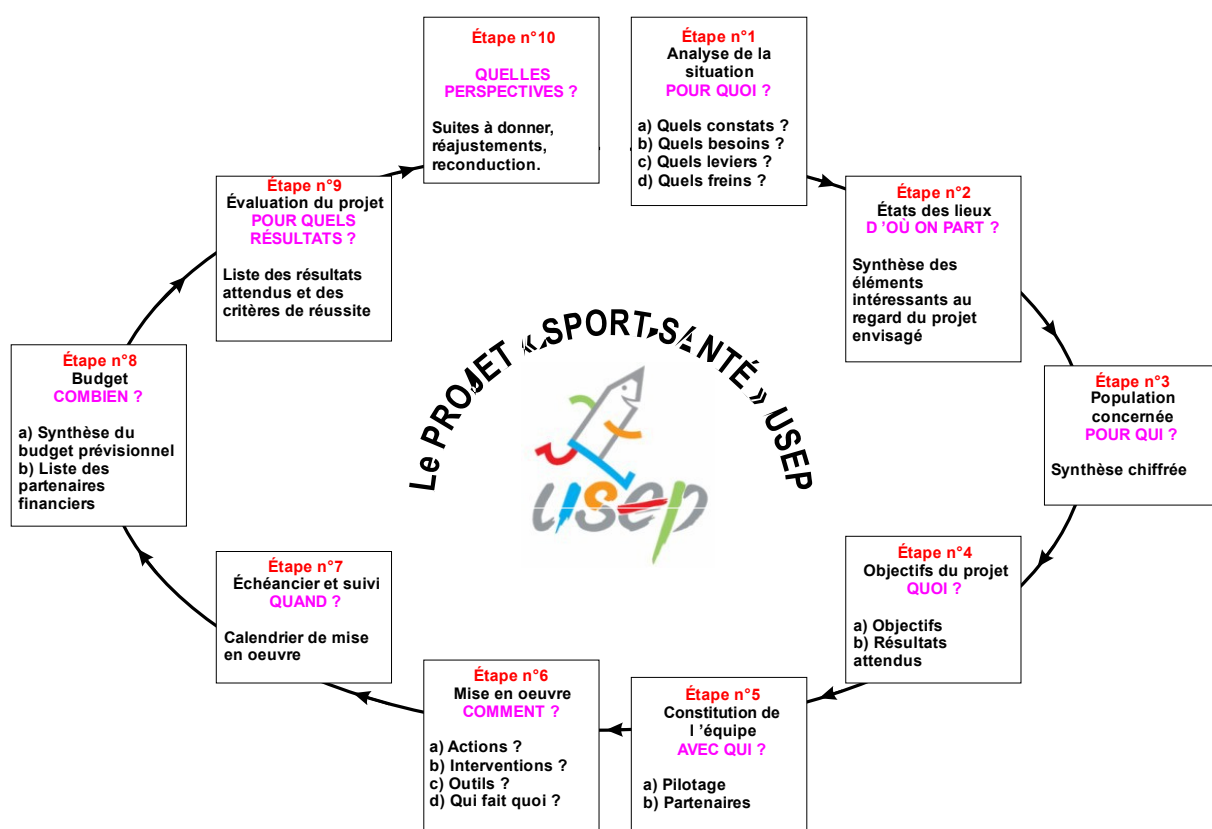
- lors de la phase de préparation,
- lors de la rencontre elle-même,

<sup>2</sup>. Bulletin officiel n°16 du 22 avril 2010, Convention entre le ministère de l'Éducation nationale, l'Union sportive de l'enseignement du premier degré et la Ligue de l'enseignement.

- dans la phase de communication avec les parents (informations sur le problème santé et sur le projet lui-même),
- dans les recommandations relatives à l'attitude des adultes dans leur relation à l'enfant lors de ces regroupements.

### c. La valeur ajoutée apportée dans le projet « Sport-Santé » par l'association USEP

Le schéma ci-après symbolise le positionnement de l'association USEP, central par rapport au projet « Sport-Santé ». L'association intervient à son niveau, par rapport à son objet, à toutes les étapes du projet.



Une fiche pratique permet de synthétiser l'ensemble de la réflexion relative au projet « Sport-Santé » USEP ([Voir annexe n°1](#)).