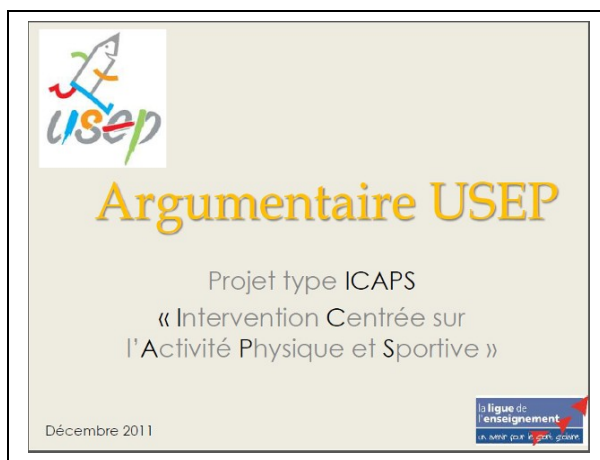




PROJET TYPE ICAPS

Intervention Centrée sur l'Activité Physique et Sportive

Argumentaire USEP Commentaire du diaporama



1

Diapositive n°2 : USEP, qui sommes-nous ?

- **Mouvement sportif** – 900 000 licenciés
- **Mouvement associatif** – 10 200 associations d'école
- **Mouvement pédagogique** - Mission de service public

• Au niveau régional, départemental...

L'USEP, mouvement sportif, est le secteur sportif scolaire de la Ligue de l'enseignement et la fédération sportive scolaire des écoles primaires publiques. Institutionnellement, elle a deux ministères de tutelle : le Ministère de l'Éducation Nationale et le Ministère de la Jeunesse et des Sports.

L'USEP s'inscrit dans une démarche d'éducation populaire qui vise la formation de l'individu tout au long de sa vie.

L'USEP est la 4^{ème} fédération sportive en France avec près de 900 000 licenciés (60 000 adultes bénévoles et 840 000 enfants de 4 à 12 ans). Elle organise des rencontres multisports et propose des activités physiques traditionnelles, innovantes, olympiques, paralympiques.... sous des formes adaptées.

Lors des temps de rencontres sportives, l'USEP propose des moments de vie et d'échange afin d'aider l'enfant à construire son autonomie, à développer son sens des responsabilités ainsi qu'à former son esprit collectif.

L'USEP est un mouvement associatif qui permet aux enfants un exercice authentique de la démocratie et de l'expression citoyenne. Les parents participent également activement à cette vie associative en aidant à l'encadrement des plus jeunes, en animant des activités durant le temps périscolaire, en collaborant à la gestion de l'association, ...

L'USEP est également un mouvement pédagogique. Dans le cadre de sa mission de service public, l'USEP a toute légitimité pour produire différents outils pédagogiques qui permettent et permettront l'enrichissement des rencontres sportives, dans le temps scolaire comme dans le temps péri ou extra-scolaire.

Une convention avec le Ministère de l'Éducation Nationale précise la mission de service public qui est confiée à l'USEP pour renforcer l'action de l'école. Dans le cadre de cette convention, l'USEP fait vivre un projet sportif et citoyen ancré dans l'école publique. Le projet USEP est un projet de l'école, de la classe, initié par les enseignants dans un cadre de bénévolat et de volontariat.



Présenter ensuite les particularités régionales et locales.

2

Diapositive n°3 : Le contexte institutionnel

Un contexte

- PNNS 3 - juillet 2011 et PO - juillet 2011
- BO n° 31 - 2 septembre 2010 sur le « Développement du sport scolaire »
 - BO n° 30 - 25 août 2011 dans les actions éducatives
- BO n° 46 - 15 décembre 2011 sur la « Politique éducative de santé dans les territoires académiques »
- Projet ICAPS - juin 2011



- Un **enfant** acteur dès son plus jeune âge (3-11 ans)
- **Projet politique** avec une dimension « sport/santé »

Le contexte de la santé

Le PNNS (Programme National de Nutrition Santé)

Le troisième PNNS (2011-2015) a été rendu public en juillet 2011 après une large consultation à laquelle l'USEP a participé. La volonté affichée de ce programme est de **réduire les inégalités sociales de santé qui continuent à se creuser** et les objectifs sont regroupés en 4 grands axes.

L'axe 2 vise à **augmenter l'activité physique et lutter contre la sédentarité des enfants et adolescents** et chercher à **atteindre en 5 ans**, un pourcentage supérieur à **50% d'enfants et d'adolescents de 3 à 17 ans ayant une pratique d'activité physique d'intensité élevée trois fois par semaine pendant au moins une heure** et **diminuer d'au moins 10% le temps moyen journalier passé par les enfants et adolescents de 3 à 17 ans devant un écran**. Côté alimentation le PNNS 3 souhaite **généraliser la distribution de fruits à l'école en plus de ceux consommés à la cantine et favoriser la consommation d'eau courante**. Le Plan Obésité (PO) est associé au PNNS 3.

Ces deux documents de référence mobilisent pour l'atteinte des objectifs fixés d'autres secteurs, plans et programmes, notamment le ministère chargé de l'agriculture mais aussi le ministère de l'éducation nationale, le ministère chargé de la consommation, le ministère des sports, le ministère de la cohésion sociale, ...

Dans la même période l'INPES (Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé) éditait et diffusait un guide intitulé *Promouvoir l'activité physique pour les jeunes. Élaborer et développer un projet de type ICAPS (Intervention Centrée sur l'Activité Physique et Sportive)* indiquant une méthodologie, donnant des exemples permettant de mettre en œuvre localement de tels projets et favoriser ainsi l'atteinte des objectifs du PNNS 3 et du PO.

Le contexte de l'éducation nationale

La circulaire sur le développement du sport scolaire du BO n°31 de septembre 2010 fait référence à *L'attitude santé* et préconise qu'un volet santé soit intégré au projet des Associations Sportives (§ 2-2). Elle affirme clairement le lien entre la pratique d'activités physiques et sportives et l'éducation à la santé. Il s'agit *d'adapter une pratique de santé aux besoins des élèves* (§ 1.5.1) et de *développer la pratique du sport scolaire à l'école* (§ 1.5.2).

3

La référence à la mise en place d'actions d'éducation à la santé par l'USEP dans le cadre de son opération nationale *L'USEP bouge ton attitude santé* apparaît dans les actions éducatives recensées dans le BO n°30 du 25 août 2011.

Le PNNS 3 a été décliné au niveau de l'éducation nationale dans le cadre du texte : *Politique éducative de santé dans les territoires académiques* (BO n°46 du 15 décembre 2011). Cette circulaire présente les orientations nationales dans le domaine de l'éducation à la santé. Elles sont présentées selon 4 axes principaux et complétées par un programme d'actions. L'activité physique y est soulignée comme facteur déterminant de la santé, tout comme la dimension de la citoyenneté. Ce BO rappelle que l'implication de l'école est fondamentale pour réduire les inégalités sociales et territoriales de santé, et ce, dès la petite enfance. Il invite à la création à tous les niveaux, de comités de pilotage et conseille de prendre appui sur les documents de l'INPES ainsi que sur les conventions partenariales établies avec cet organisme. Un des objectifs prioritaires affiché dans le texte est la mise en œuvre de l'éducation nutritionnelle et la promotion des activités physiques. Il est indiqué qu'*Hors les manuels scolaires, seuls les outils d'intervention porteurs du logo du PNNS ou du logo Bien manger, c'est l'affaire de tous doivent être utilisés au sein des établissements scolaires. Ils garantissent la diffusion de messages clairs et de repères fiables sur la nutrition.* Il est aussi fait alors référence à des coffrets pédagogiques. Le concept *L'attitude santé USEP* a obtenu ce label en 2011. Si nos travaux ne sont pas explicitement cités, un lien direct avec le site USEP se concrétise par l'accès à la fiche pratique du pôle santé USEP intitulé *Fiche d'accompagnement du logo PNNS*.

Le contexte de l'USEP nationale

Depuis 2004, l'USEP a affirmé sa volonté politique d'éducation à la santé par l'activité physique sportive et associative à travers la création d'outils pédagogiques, la mise en place d'actions de formation, le lancement d'événements nationaux permettant d'initier des rencontres sportives sur ce thème.

L'USEP milite pour un enfant **acteur** qui exerce dans le cadre de l'association USEP tous les rôles sociaux du sport (sportif, arbitre, juge, secrétaire, officiel, organisateur, spectateur, ...) et qui adopte une attitude réflexive sur sa propre pratique et sur le monde qui l'entoure.

L'USEP nationale impulse ainsi des actions « Sport et Santé » dans l'ensemble de son réseau.

Diapositive n°4 : Un message officiel national : le parti-pris de l'USEP

4

Un message

« Au moins une heure d'activité physique par jour dont 2 à 3 séquences de 20' d'activités de forte intensité par semaine »



« Donner le goût de la pratique physique et sportive aux enfants dès le plus jeune âge »

La préoccupation mondiale actuelle de la lutte contre la sédentarité a conduit différents pays à informer les populations quant à la pratique physique nécessaire à la préservation ou au développement de leur capital santé.

On retrouve cette information dans le PNNS 3 et ICAPS qui diffusent ainsi des recommandations **officielles** sous forme de messages pour le grand public et pour les acteurs de santé.

En France, ces recommandations pour les enfants et adolescents se traduisent par le message **Au moins une heure d'activité physique par jour (sous forme d'éducation physique, de sport, de jeux ou d'activité de la vie quotidienne) dont deux ou trois séquences d'activités à forte intensité par semaine.**

Il faut savoir que **La moitié à peine des jeunes en France atteignent le niveau d'activité physique de 60 minutes minimum par jour d'activité physique modérée ou intense.** En France, trois heures par semaine d'Éducation Physique et Sportive sont en moyenne prévues dans les programmes de l'Éducation nationale. Le temps de rencontre sportive USEP vient en complément de cet horaire, qu'il se situe sur le temps scolaire, le temps périscolaire ou hors temps scolaire.

Vouloir modifier les comportements des individus suppose un engagement à long terme et implique leur adhésion et leur motivation. C'est pourquoi l'USEP s'est fixé l'objectif de **Donner le goût de la pratique physique et sportive aux enfants dès le plus jeune âge.**

Diapositive n°5 : Les leviers indispensables pour développer des projets type ICAPS



Dans le cadre des projets de type ICAPS, la stratégie d'intervention menée en France par le Professeur Simon a été reconnue comme efficace par l'OMS en 2009. Il apparaît qu'il est nécessaire et indispensable d'agir sur trois leviers :

5

- **L'environnement physique et organisationnel** : la variété des lieux et des temps de pratiques physiques, que ce soit dans le temps scolaire ou hors du temps scolaire.
- **Le support social**, soutien et encouragement à l'augmentation de la quantité de pratiques physiques par tous les adultes qui entourent le jeune (famille, enseignants, éducateurs, ...).
- **L'individu lui-même (enfant ou adolescent)** : ses connaissances, ses attitudes, ses motivations.

Diapositive n°6 : L'environnement physique et organisationnel



L'USEP :

- propose la pratique de nombreuses activités variées et adaptées aux enfants qui trouvent un aboutissement dans la rencontre sportive souvent multisports,
- intervient sur les différents temps de l'enfant : scolaire, péri scolaire et hors temps scolaire,

- fonctionne en association d'école, à proximité des lieux de vie des enfants,
- initie des projets en partenariat, notamment avec les collectivités territoriales, facilitant ainsi la création de liens entre différents acteurs au niveau local.

De par sa place et son fonctionnement, l'USEP participe à la création d'un **Environnement** favorable à la pratique physique et sportive.

Diapositive n°7 : Le support social



La rencontre sportive, comme le montrent les photographies de cette diapositive, est un lieu privilégié qui permet aux adultes et aux enfants de se retrouver. Par exemple :

- des enseignants et des parents qui encouragent les enfants et participent ensemble à l'encadrement d'une rencontre de course de durée. L'âge des enfants favorise l'implication des parents plus difficile au moment de l'adolescence,
- des familles qui s'intéressent et regardent les productions sportives de leurs enfants (tribune en haut à gauche),
- des adultes qui animent un atelier (ce sont parfois des athlètes de clubs, comme ici une athlète handisport (en bas à droite),
- et puis la relation privilégiée informelle qui se noue entre les enfants et les adultes lors d'une rencontre sportive (en bas à gauche).

6

Ces exemples montrent l'importance du support et du soutien social. L'USEP fait en sorte que **la rencontre sportive USEP** engendre du plaisir tant chez les adultes présents que chez les enfants participants. Réalisée en tant que véritable projet collectif et associatif, la rencontre sportive génère :

- le plaisir de pratiquer, de participer selon ses capacités,
- le plaisir de se situer par rapport à soi, par rapport à d'autres,
- le plaisir de découvrir de nouvelles activités, de nouveaux espaces,
- le plaisir d'avoir un rôle social, de s'engager, d'être reconnu,
- le plaisir de réussir collectivement un projet.

Cette atmosphère donne envie de renouveler de nouvelles expériences de ce type.

Mais, si ce soutien social peut être mis en place dans le cadre des rencontres sportives, il doit avant tout faire partie du quotidien de l'enfant. L'ensemble de la communauté d'adultes dans et hors de l'école doit être sensibilisée, notamment en amont de ces moments sportifs. La communication sur les actions menées est indispensable pour susciter cet encouragement.

Diapositive n°8 : L'individu



Le troisième levier concerne l'enfant. L'USEP travaille depuis 2005 sur ce terrain : elle a créé un concept et des outils pédagogiques visant à faciliter et à dynamiser le travail d'éducation à la santé des enseignants. Ce dispositif vise à permettre à l'enfant d'avoir une attitude réflexive sur ses pratiques sportives et cela dès le plus jeune âge.

7

Le concept *L'attitude santé USEP*, qui a obtenu le label PNNS en octobre 2011, est une représentation globale et abstraite qui s'appuie sur une réalité : un enfant capable de repérer ses pratiques physiques et sportives, d'acquérir des connaissances, de connaître et d'affiner ses goûts et ses comportements et d'échanger avec ses pairs. Ces compétences, indispensables pour faire évoluer les comportements de l'enfant, se développeront lorsque l'adulte éducateur permettra à l'enfant de se *mettre en projet*. Ces évolutions du comportement de l'enfant supposent également le développement de compétences psychosociales (en orange sur le schéma du concept).

Le champ associatif et sportif est propice à l'exercice de ces compétences psychosociales : prise de responsabilité, solidarité, empathie et développement de relations interpersonnelles harmonieuses, conscience de soi et gestion de ses émotions, capacité à imaginer et à s'inscrire dans des projets. C'est au travers de ce filtre que l'USEP a créé des outils pédagogiques d'éducation à la santé par l'activité physique, sportive et associative : les malles *L'attitude santé USEP* en maternelle, puis cycle 2 et en cycle 3.

Diapositive n°9 : Des outils pédagogiques




Les malles *L'attitude santé USEP* s'inscrivent dans une continuité et visent la transformation progressive des comportements des enfants : en apportant des connaissances, en favorisant la pratique physique, en renforçant la motivation notamment dans la perspective de valoriser des efforts physiques, en sollicitant une réflexion des enfants sur leur pratique physique et leur mode de vie.

Il faut garder à l'esprit que la rencontre sportive USEP est conçue comme l'aboutissement d'un travail en Éducation Physique et Sportive. Cet enseignement, qui dépasse souvent le cadre même de la discipline en prenant un aspect transversal, est bien sûr réalisé par les enseignants. Ce sont ces mêmes enseignants qui seront présents sur la rencontre sportive, assurant le lien entre les différentes phases du projet dans lequel l'enfant est acteur.

Deux de ces outils ont obtenu le label PNNS et une demande sera faite pour le dernier outil *L'attitude santé en cycle 3*, plus récent.

Diapositive n°10 : Les atouts USEP



Les atouts USEP

- Possibilité d'actions sur les trois leviers d'ICAPS
- Ancrage sur l'école: participation à la lutte contre les inégalités sociales de santé en s'adressant à tous les élèves.
- Capacité à élaborer des projets grâce à sa position privilégiée d'interface entre l'école et les éventuels partenaires extérieurs.

L'USEP a une position singulière, grâce aux rencontres sportives qu'elle initie nécessitant un travail en amont au sein des classes et des associations d'école, grâce au lien entre le temps scolaire et les autres

8

temps de l'enfant qu'elle permet, grâce à l'ouverture de l'équipe éducative vers des partenaires extérieurs à l'école. L'USEP peut ainsi agir sur les trois leviers indispensables à la mise en place de projets « type ICAPS » reconnus efficaces par l'OMS : **l'environnement physique, le soutien social et l'individu.**

L'ancrage de l'USEP sur l'école permet d'impliquer tous les enfants et participe ainsi à la lutte contre les inégalités sociales de santé. Tous les enfants peuvent découvrir une rencontre sportive, moment convivial présentant des activités physiques variées, adaptées et présentées sous formes différentes privilégiant le plaisir de pratiquer (activités de loisirs, activités de découverte et activités compétitives de temps à autre).

L'USEP, en offrant d'une part *un cadre juridique facilitateur*, d'autre part *une garantie pédagogique et éducative*, est en mesure de développer, grâce à *sa position d'interface* les projets nécessaires à ces actions de type ICAPS, notamment avec des partenaires extérieurs (par exemple les comités des fédérations sportives). Elle peut ainsi participer pleinement à la mise en place d'actions cohérentes avec l'environnement local et contribuer concrètement à conjuguer pratique physique des enfants et santé.

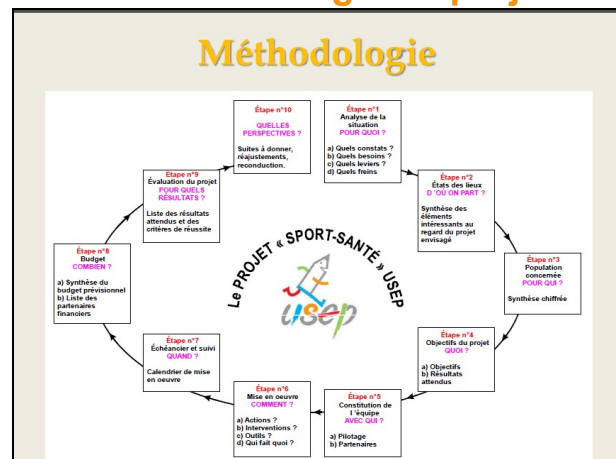
Diapositives n°11 et 12 : Place de l'USEP et Méthodologie de projet



Place de l'USEP

- Porteur de projet type ICAPS
- ou
- Partenaire d'un projet type ICAPS





9

L'USEP peut être soit porteur du projet, soit partenaire d'un projet proposé par l'école ou par un autre porteur de projet (la collectivité territoriale, une autre association sportive ou de santé, ...).

Pour mettre en œuvre de tels projets partenariaux, une méthodologie est indispensable. Ces projets doivent être motivés par une analyse au niveau des besoins de la population locale (les jeunes de 3 à 11 ans). Un recueil des données de santé (avec l'aide de la médecine scolaire par exemple) permettra, entre autre, d'affiner cette analyse pour fixer des objectifs et prévoir une évaluation, adaptés et réalistes.

Cette méthodologie est en cohérence avec celle proposée dans le guide *Promouvoir l'activité physique pour les jeunes. Élaborer et développer un projet de type ICAPS.*