

2024

“LE MANQUE DE SPORT CHEZ LES ENFANTS.”

Journalisme de solutions



Marie Neyrand & Estrellia Leroy

Les jeunes ne font pas suffisamment de sport et la Belgique n'est pas exemptée de ce problème. Selon l'OMS, l'heure d'activité physique conseillée par jour passe à la trappe pour environ huit enfants sur dix. Un constat alarmant puisque ce manque entache la santé des jeunes. (World Health Organization : WHO, 2019)

Une étude internationale de 2013 a révélé que les 9-17 ans ont perdu 25% de leur endurance au cours des 40 dernières années. Le pic de forme physique est généralement atteint entre 18 et 22 ans, après quoi il commence à décliner progressivement. Selon le *Professeur Carré*, une meilleure forme initiale est associée à une meilleure santé à long terme. (Fréour, 2016)

Elvira Bonchoux, professeure à l'école du château de Tournai, parle de la section sportive mise en place au sein de l'école. Cette initiative, prise il y a quinze ans par Emmanuel Richeling, ancien directeur de l'école, consiste à intégrer une heure de sport par jour pour les élèves de troisième primaire jusqu'aux élèves de sixième primaire. Le tout, dans le but d'initier un maximum d'enfants aux activités sportives et aux valeurs qui les accompagnent.

Selon *Le Soir*, le manque de motivation et, dans 70% des cas, le manque de moyens freineraient fortement la pratique du sport chez les adolescents. (Soir, 2022)

L'école du château instaure un cadre d'apprentissage sportif bienveillant, dans le but de faire progresser les enfants à leur rythme, le tout hors de la compétition. De plus, toutes les activités sont prises en charge par l'établissement, les parents n'ont rien à déboursier.

REDONNER AUX ENFANTS LE GOÛT DE BOUGER :

le défis de l'école du Chateau.

Dans un monde où les écrans captivent de plus en plus l'attention des jeunes, le constat est alarmant : nos enfants ne bougent pas assez.

En Belgique, comme ailleurs, le manque d'activité physique chez les enfants en primaire préoccupe les autorités de santé publique. Selon les données de l'OMS, près de huit enfants sur dix ne respectent pas l'heure d'activité physique recommandée quotidiennement. Des observations inquiétantes car elles compromettent sérieusement la santé et le bien-être des jeunes générations.



Les enfants Américain passent désormais plus de temps à regarder des vidéos en ligne qu'à pratiquer une activité physique, 56% des jeunes de 8 à 12 ans en consomme quotidiennement. cf. Lefèvre, H.

©Estrellia Leroy, 2024

Face à ce constat, des initiatives locales se développent pour promouvoir l'activité physique chez les enfants. À l'école du château de Tournai, une démarche novatrice a été entreprise il y a quinze ans, par Emmanuel Richeling, alors directeur de l'école. Il a introduit une section sportive qui offre aux élèves, de la troisième à la sixième primaire, une heure d'activité sportive quotidienne. L'objectif est clair : familiariser les enfants avec diverses activités sportives et les valeurs qui les accompagnent, dès leur plus jeune âge.

Elvira Bonchoux, professeure à l'école du château, témoigne de l'impact positif de cette initiative : *"La section sportive a changé notre école. Les enfants sont plus dynamiques, plus concentrés en classe. Ils savent que le matin on travaille et que l'après-midi, c'est le moment du sport."* Cette approche permet aux élèves de développer non seulement leurs compétences physiques, mais aussi leur confiance en eux. *"On offre aux enfants l'opportunité de toucher à différents sports : deux sports collectifs et deux sports individuels."* L'occasion rêvée de toucher à tout sans une éventuelle pression qui pourrait être ressentie au sein d'un club sportif. *« Les enfants font du sport dans un but récréatif. Apprendre pour le plaisir d'apprendre. Nous ne sommes pas dans la compétition. »*



Elvira Bonchoux, première professeure à expérimenter la section sportive, il y a quinze ans.
©Estrellia Leroy, 2024

Une question d'argent ?

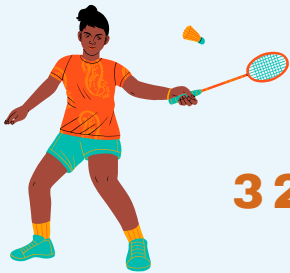
Selon *Le Soir*, le manque de motivation et, dans 70% des cas, le manque de moyens freinerait fortement la pratique du sport chez les adolescents. Un problème qui n'en est, en réalité, pas un pour élèves et les parents de l'école. En effet, "la ville de Tournai prend en charge la rémunération des moniteurs", nous confie Madame Bonchoux. Elle souligne que les seuls frais qui pourraient-être déboursés par les parents sont ceux de l'équipement sportif : short, t-shirt et chaussures. Le matériel et les infrastructures sont entièrement mises à disposition. Cela respecte également la volonté de l'ancien directeur : "Monsieur Richeling trouvait que les enfants, issus de différents milieux, n'avait pas forcément accès aux sports. Grâce à ce système il a pu mettre en place la gratuité et offrir aux élèves la chance de découvrir des sports vers lesquels ils ne seraient jamais aller." Cette année, les élèves de l'école pratiquent : le ping-pong, le badminton, le hockey et le handball.

Tout un budget...

Voici le prix qu'un parent devrait déboursier pour inscrire son enfant à chacun des sports proposés par l'école. Tout cela sans compter le matériel.



100€ / AN



320€ / AN



**120-350€
/ AN**



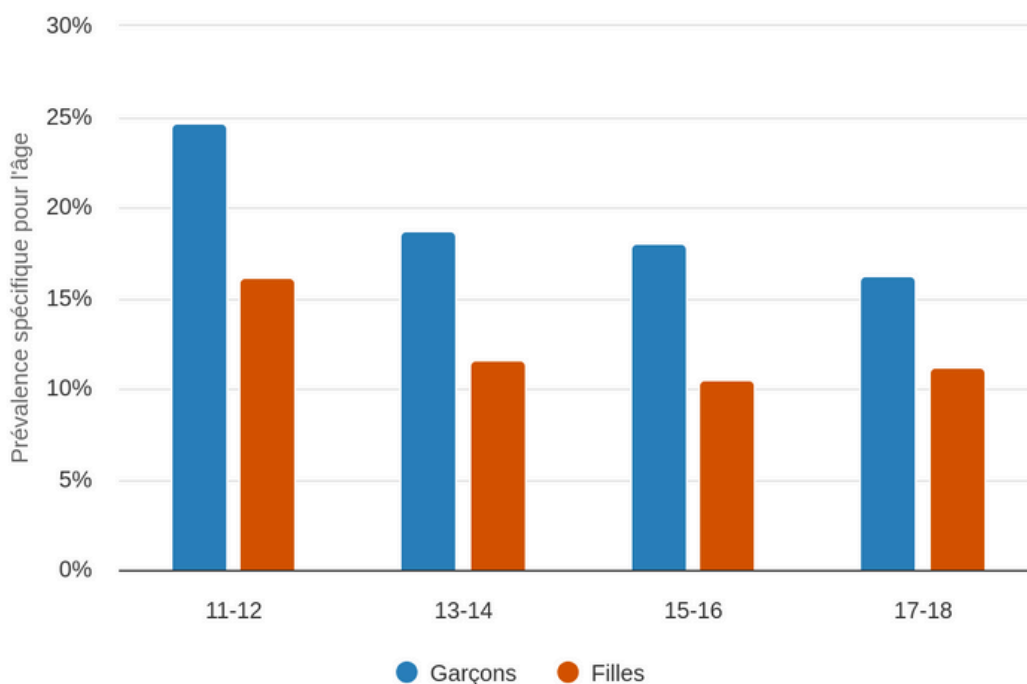
210€ / AN

Quel impact sur l'enseignement ?

En réalité, il n'y en a aucun. *“Les horaires sont aménagés de sorte que nous gagnons 1h30 par jour. Nous commençons à 8h00 et nous supprimons la récréation de l'après-midi qui est remplacée par le sport. Cela n'impacte en rien la quantité de matière vue chaque année. Il n'y a aucune différence avec la section culturelle classique.”* Madame Bonchoux ajoute que les enfants ne sont pas affectés par cet aménagement. Au contraire, ils s'y adaptent même plutôt bien d'après les constatations de l'équipe pédagogique.

Un manque de parité.

Dans les classes de primaire en section sportive la parité est respectée. Cette approche favorise une participation équilibrée des garçons et des filles à des activités physiques régulières. En Belgique, en 2018, les statistiques de l'OMS ont montré un écart significatif entre les garçons et les filles en ce qui concerne le respect des recommandations d'activité physique quotidienne. Un constat qui n'est pas d'application dans les classes où les opportunités sportives sont équitablement réparties, cette disparité tend à se réduire. En encourageant la diversité dans les sections sportives, les enfants peuvent se mélanger entre eux. Les cours sont mixtes, ils favorisent donc ainsi une entraide collective sans distinction de genre ce qui n'est pas le cas dans la plupart des clubs sportifs qui séparent les filles des garçons.



“Proportion de la population âgée de 18 ans et plus qui consacre au moins 150 minutes par semaine à une activité physique modérée, par âge et sexe, Belgique, 2018” ©Health Interview Survey, Sciensano, 2001-2018

Section sportive, la solution ?

Bien que la section sportive soit une idée prometteuse pour pallier le manque d'activité physique chez les enfants, il faut garder en tête que ce n'est pas une solution miracle.

A l'école du Château, les activités sportives sont dispensées, principalement, par des moniteurs volontaires : *“Les moniteurs ne sont pas forcément beaucoup payés, ils acceptent d'entraîner les élèves pour l'amour du sport et l'amour de la transmission.”*

De ce fait, trouver des clubs et des entraîneurs n'est pas une mince affaire. Souvent, les bénévoles qui entraînent les clubs locaux donnent cours après leurs heures de travail. Il faut donc réussir à combiner disponibilités des volontaires et horaires mis en place par l'institution. De plus, le modèle est rarement, voir jamais, poursuivi dans les établissements secondaires.

Sans compter la charge de travail et les horaires plus rigides qui réduisent le temps qui peut être consacré au sport. Après les études, les exigences professionnelles et personnelles prennent le relais, diminuant encore les opportunités de pratiquer une activité physique régulière. Ainsi, bien que les bonnes habitudes soient prises tôt, elles ne se maintiennent pas forcément à long terme.

L'école du Château de Tournai montre donc qu'il est possible de réintroduire le sport dans la routine des enfants de manière efficace et structurée. Cette initiative a démontré des résultats prometteurs en termes d'amélioration de la condition physique et du bien-être général des élèves. En intégrant des activités sportives régulières dans le programme scolaire, l'école a réussi à inculquer des habitudes saines dès le plus jeune âge, ce qui est essentiel pour le développement global des enfants.

Cependant, il est important de noter que l'option sportive ne constitue pas une solution miracle à tous les problèmes de santé et de sédentarité que les jeunes rencontrent aujourd'hui. Pour que ce modèle soit réellement efficace et pérenne, il est crucial de l'étendre au-delà de l'école primaire. Les enfants doivent continuer à bénéficier de programmes sportifs adaptés tout au long de leur parcours scolaire, jusqu'au secondaire et même au-delà. Cela nécessiterait une approche coordonnée impliquant non seulement les écoles, mais aussi les parents, les communautés locales et les autorités éducatives.

Des pistes intéressantes qui nécessitent encore beaucoup de travail pour inverser la tendance quant à cette problématique.

BIBLIOGRAPHIE

Activité physique. (s. d.). Vers une Belgique En Bonne

Santé. <https://www.belgiqueenbonnesante.be/fr/etat-de-sante/determinants-de-sante/activite-physique>

Fréour, P. (2016, 6 avril). *Manque d'activité physique chez l'enfant : « une bombe à retardement »* . Le Figaro Santé. <https://sante.lefigaro.fr/actualite/2016/04/06/24828-nos-enfants-ne-se-dependent-pas-assez-physiquement>

Lefèvre, H. (2015, 5 novembre). Les ados américains passent 6h40 par jour devant un écran. *Le Figaro Etudiant*. <https://etudiant.lefigaro.fr/vie-etudiante/news/detail/article/les-ados-americains-passent-6h40-par-jour-devant-un-ecran-17653/#:~:text=Une%20%C3%A9tude%20de%20l'organisation,huit%20heures%20par%20jour%20dessus.>

Soir, P. L. (2022, août 23). Pratiquer un sport coûte trop cher pour sept jeunes sur dix en Belgique francophone. *Le Soir*. <https://www.lesoir.be/461113/article/2022-08-23/pratiquer-un-sport-coute-trop-cher-pour-sept-jeunes-sur-dix-en-belgique>

Van, O. X., & Van, O. X. (2014, 24 février). *Tournai : le succès de la filière sportive*. RTBF. <https://www.rtbf.be/article/tournai-le-succes-de-la-filiere-sportive-8208762>

World Health Organization : WHO. (2019, 22 novembre). D'après une nouvelle étude dirigée par l'Oms, la majorité des adolescents du monde ne sont pas assez actifs physiquement, ce qui met en danger leur santé actuelle et future. *Who*. <https://www.who.int/fr/news/item/22-11-2019-new-who-led-study-says-majority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk>



