

CORINNE CÉCILIA

# LE SPORT, UNE PRIORITÉ ÉDUCATIVE

L'importance des jeux de Vancouver 2010 pour le Canada est indéniable et il est évident que le public canadien en est conscient. Mais il faut profiter de l'opportunité pour inciter l'intérêt et la participation publique aux activités physiques à long terme. TOBIAS ORIWOL, NAGEUR OLYMPIQUE CANADIEN



© COURTESY OF CORINNE CÉCILIA.



A L'HEURE OÙ LE CANADA SE PRÉPARE à accueillir les jeux olympiques d'hiver 2010, on ne peut s'empêcher de constater ce paradoxe tenace : les milieux économiques, médiatiques, gouvernementaux ou le grand public – tout le monde s'enthousiasme pour les jeux olympiques, et semble engagé dans cet événement sportif planétaire où l'on porte les athlètes au statut de divinités... Pourtant, les graves problèmes de santé publique qui touchent l'Amérique du nord (maladies cardiaques et vasculaires, diabète, obésité, etc.) démontrent que l'activité physique en général, et le sport en particulier, ne sont pas une priorité éducative pour une grande partie de la population, que ce soit au niveau familial ou sociétal.

En effet, à moins de choisir une filière athlétique, ou de nourrir une passion sportive en son temps libre, les apprenants peuvent faire un parcours scolaire sans que les matières sportives n'atteignent jamais la même reconnaissance que les matières purement académiques, ni qu'on n'exige d'eux d'être aussi performants en endurance qu'en mathématiques. Hors, d'un point de vue purement physiologique, en terme de survie de l'organisme – dans l'absolu – la course à pied n'est-elle pas bien plus essentielle que le calcul mental?

Les études ne manquent pas qui démontrent que l'activité physique est non seulement un facteur essentiel pour le bien-être général d'une personne (corps et esprit), mais qu'elle peut aussi influencer favorablement les capacités intellectuelles et les performances scolaires ou académiques d'un individu<sup>1</sup>. Le domaine des neurosciences a produit récemment des recherches probantes démontrant comment l'exercice améliore l'apprentissage<sup>2</sup>. On sait qu'il y a un lien entre l'exercice physique et la fonction cognitive : par exemple, l'activité physique favorise la neurogénèse, la croissance des nouveaux neurones dans le cerveau. On sait que l'exercice favorise la mécanique de l'apprentissage.

Cependant, une grande majorité de jeunes Canadiens passent encore trop de temps rivés à leur télévision, à l'ordinateur ou aux jeux vidéo; ces activités passives n'offrent pas les mêmes bénéfices que l'activité physique : se dépenser, jouer en plein air, s'adonner aux interactions sociales. Dans un communiqué récent, Michelle Brownrigg, directrice générale de *Jeunes en forme Canada* à Toronto, déclarait : « Les gouvernements, les écoles, les collectivités et les parents doivent unir leurs efforts pour s'assurer que les jeunes du Canada s'adonnent à l'activité physique dont ils ont tant besoin ».<sup>3</sup>

© COURTESY OF EXPLORE NZ



**RECAP** As Canada prepares to host the Winter Olympics Vancouver 2010, the discrepancy between the nation-wide enthusiasm for this high profile athletic event and the systemic lack of physical activity or sport at family, school, or society level is obvious. Apart from those who chose to become career athletes, learners are never expected or challenged to excel or perform in sport as well as they do in academic fields. Physical Education is not considered as noble a class as, say, Math. Yet numerous scientific studies have proven that exercise improves learning. And sport promotes educational and social values that are desperately needed in today's world: team work, fair play, honesty, respect for the rules, fraternity, inclusion... So why should sport not be made a priority at school, as worthy as any academic field, we may ask? Let us not let the debate die out with the Olympic flame.

Au-delà du spectacle et de la compétition, les jeux olympiques ont le mérite de célébrer les valeurs éducatives et sociales du sport, qui sont universelles. Car il est admis que les activités physiques et sportives jouent un rôle important dans l'éducation d'une personne entière (esprit, corps, personnalité); qu'elles renforcent un groupe ou une société par le biais des valeurs comme le travail d'équipe, le respect des règles et de l'adversaire, l'éthique et la morale, l'inclusion... Autant d'atouts essentiels pour affronter les défis de nos communautés urbaines déshumanisées<sup>4</sup>.

L'enseignement sportif apporte tellement plus que la seule maîtrise d'une discipline ou bien-être individuel. J'ai eu la chance de visiter en Nouvelle Zélande quelques centres sportifs qui consacrent une partie de leur temps à des groupes scolaires : on fait découvrir aux jeunes les bienfaits de l'activité physique en plein air, tout en les familiarisant avec un mode de vie durable et respectueux de la nature. Une des écoles les plus originales, *Raglan Surfing School* ([www.raglan-surfingschool.co.nz](http://www.raglan-surfingschool.co.nz)) accueillent des classes citadines et leur offre un programme éducatif holistique : alimentation saine (produits issus de l'agriculture biologique locale); apprentissage du surf; découverte de l'environnement et des traditions autochtones de gestion des ressources naturelles. Le sport, c'est aussi l'école de la vie : en effet, certains instructeurs ont pu dépasser des circonstances difficiles et grâce au surf, trouver un métier et réussir socialement; ils deviennent des exemples réels, des modèles positifs. Au final, autant les élèves que la cité qui bénéficient de cette initiative.

On peut alors se demander, individuellement et collectivement, si le système scolaire ne devrait pas considérer comme une priorité de pousser l'enseignement des matières sportives autant que celui des matières académiques; et ce, pour *tous les élèves*, du jardin d'enfant jusqu'au diplôme de fins d'études secondaires au moins; pas seulement pour les élèves des filières « sport études » qui se destinent à une carrière d'athlète. Il ne s'agit pas de faire de chaque enfant un dieu du stade; ni de croire naïvement que le sport peut résoudre *tous* les problèmes comportementaux qui affligent nos sociétés modernes. Mais puisque l'activité physique améliore la santé et l'apprentissage, puisque l'éducation tout comme le sport sont des facteurs d'émancipation individuelle et de responsabilisation collective, qu'attendons-nous pour faire du sport une priorité éducative? |

CORINNE CECILIA est rédactrice et développe le contenu éditorial en français de la revue *Education Canada*.

#### Notes

- 1 Selon le Bulletin 2009 de l'activité physique chez les jeunes de *Jeunes en forme Canada*, les enfants qui font de l'activité physique ont un meilleur rendement scolaire que ceux qui n'en font pas. [www.activehealthykids.ca](http://www.activehealthykids.ca)
- 2 Ratey, John J. (2008). *Spark: The Revolutionary New Science of Exercise and the Brain*, Little, Brown and Company
- 3 *Jeunes en forme Canada*, communiqué du 2 juin 2009, disponible sur [www.activehealthykids.ca](http://www.activehealthykids.ca)
- 4 Nombre d'écoles sportives ont des programmes de réinsertion destinés aux jeunes en difficulté: *NZ Surf 'n' Snow Tours* ([www.new-zealand-surf-tours.com](http://www.new-zealand-surf-tours.com)), *Explore New Zealand* ([www.explorenz.co.nz](http://www.explorenz.co.nz)). L'Association *J'ai un Rêve* utilise le Sport et la Culture comme outils pédagogiques, pour redonner confiance à des adolescents et les aider à renouer avec l'école. [www.jai-un-reve.com](http://www.jai-un-reve.com)