

Le sport et l'enfant en milieu scolaire

HANIFI

CNMS

LE SPORT ET L'ENFANT EN MILIEU SCOLAIRE.

Par le Dr HANIFI.Médecin au CNMS.

La pratique sportive en milieu scolaire vise un double objectif: Un objectif d'étude et un objectif de développement physique.

1-LE CARACTERE EDUCATIF

La pratique sportive permet à l'enfant de maîtriser son "schéma corporel" et d'intégrer l'idée de groupe. La maîtrise du "schéma corporel" offre à l'enfant l'opportunité de la relation avec le monde extérieur, grâce a trois domaines principaux:

* Le domaine de la perception qui délimite la structuration temporelle: "j" observe les objets extérieurs, je les manie, je les inspecte, j'en fait le tour avec mon corps"(MERLEAU-PONTY).(1).

L'enfant prend conscience du monde par le moyen de son corps.

* Le domaine de la motricité qui englobe la coordination des mouvements et habilité: "à son achèvement, la conscience du corps propre est toute chargée de schéma moteurs virtuels"(MUCCHIELLI).(2)

* Le domaine de la relation avec autrui qui permet à l'enfant de s'intégrer dans le groupe des difficultés relationnelles en milieu scolaire ou en milieu familial peuvent se manifester de différentes manières allant du repli sur soi à l'agressivité mais s'accompagnant presque toujours d'un mauvais rendement scolaire.

(1)- MERLEAU-PONTY.M: *phénoménologie de la perception*, gallimard, Paris,1945

(2)- MUCCHIELLI R: *Introduction à la psychologie structurale*, Dessart, Bruxelles, 1966.

Il apparaît ainsi que l'utilisation du mouvement constitue un moyen d'éducation globale de la personnalité.

Le caractère éducatif de la pratique sportive doit faire appel à une certaine imagination: les formes gestuelles codifiées apparaissent comme des méthodes de dressage, de déshumanisation du mouvement sportif c'est la raison pour laquelle on privilégie la méthode de jeux qui aide l'enfant à s'équilibrer à communiquer et à coopérer. Cette méthode de jeux oblige l'élève à répondre à deux exigences:

* Respecter les règles de jeu, ce qui apprend au jeune sujet à s'inscrire dans un schéma organisé donc à se maîtriser et à se contrôler

* Trouver des situations de jeu, des gestes qui permettent de prendre le dessus sur le vis à vis.

2- LE CARACTERE SPORTIF:

La pratique d'exercices physiques vise le développement physique de l'enfant. Ce second objectif peut avoir lui même une double orientation: l'amélioration de l'état physique général à travers un développement harmonieux et l'état de perfectionnement des qualités morphofonctionnelles pour une projection de carrière sportive.

Sur le plan santé, la pratique sportive permet d'atteindre le bien-être physique et mental. L'amélioration des différentes fonctions organiques à la récupération physique qu'elle autorise, permet à l'enfant de perfectionner des capacités intellectuelles et d'améliorer son rendement scolaire. Lorsque le jeune sujet présente des problèmes de santé, l'activité physique apparaît comme un bon moyen de rééducation. La pratique sportive destinée à l'enfant malade doit cependant être bien adaptée, à répondre à des normes d'hygiène

Le sport et l'enfant en milieu scolaire

HANIFI

CNMS

optimale. Le non sport de ces conditions peut, en effet, aggraver l'anomalie ou la maladie de l'enfant.

Les possibilités d'adaptation des exercices physiques, de la charge travail, et de contrôle médical réduisent considérablement les cas objectifs et réels de dispense de sport.

Lorsque la pratique sportive a pour objectif une projection vers une carrière sportive, elle est orientée vers l'amélioration des qualités physiques et techniques du futur athlète. Dans ce cadre, il faut se rappeler que l'organisme de l'enfant est en perpétuel changement dû à sa croissance. Cette période de développement de l'être humain offre des caractéristiques à prendre en considération.

La grande possibilité d'amélioration de la capacité de travail et la fragilité de l'appareil locomoteur immature.

La croissance de l'enfant subit une évolution qui n'est pas linéaire. La vitesse de croissance diminue avec l'âge avec grandeur, l'apparition de pic pubulaire à un autre pic qui peut survenir plutôt et que Sempe appelle "pic des taus". Le pic de croissance peut développer la taille de l'enfant de 8 à 10 ans. Avec cette augmentation de la matière le sujet connaît également une augmentation du poids. Si l'on suit l'évolution de 9 à 12 paramètres anthropométriques dans la vie de l'enfant, on remarque que le développement du poids est nettement plus important que celui de la taille par rapport aux valeurs de naissance. En effet, le niveau de l'enfant qui mesure en moyenne 50 cm pour un poids moyen de 3kg à 3kg500, voit ces paramètres augmenter d'environ 3 fois pour la taille et de 10 à 15 fois le poids, à l'âge scolaire.

Cette augmentation importante du poids entraîne une diminution de la force relative du jeune sujet.

L'immaturation de l'appareil locomoteur, la diminution de la force relative et la constante évolution physique de l'enfant, expliquent la relative fragilité dont doit tenir compte l'éducateur, d'autant plus que le jeune élève n'a pas une capacité de vigilance et d'automatisme développée.

La capacité de travail de l'enfant subit une évolution importante, particulièrement pour le processus aérobie avant la puberté. En effet, la capacité de travail aérobie subit son ascension la plus importante avant l'âge de 10 ans. Après un âge, il n'y a pas, en dehors de l'entraînement une grande évolution. Nous pouvons dire donc, que les possibilités énergétiques dans le contexte aérobie sont très importantes pour l'enfant qui offre ainsi un potentiel de développement remarquable. Dans le domaine du travail aérobie, le facteur énergétique ne peut par conséquent pas constituer l'élément limitant du rendement. Cette limite est déterminée par la fragilité de l'appareil locomoteur et le manque d'efficacité du travail par le défaut d'économie dans l'effort.

Pour ce qui est du développement des qualités basées sur le système anaérobie (force, vitesse), les possibilités sont faibles avant la puberté. En effet, le travail de force attend le développement musculaire qui se manifeste à l'approche de la puberté, grâce à l'action plus prononcée des hormones sexuelles. La programmation d'entraînement de musculation prématurée peut créer un déséquilibre entre la force de contraction musculaire et la capacité de résistance des fibres musculaires et tendons; des lésions peuvent alors apparaître, fragilisant davantage le système musculo-tendineux.

Le travail de musculation précoce peut également provoquer un ralentissement du processus de croissance de l'enfant.

Le sport et l'enfant en milieu scolaire

HANIFI

CNMS

CONCLUSION:

La pratique sportive en milieu scolaire doit en premier lieu viser un objectif d'éducation par l'affirmation de soi et le développement de la sociabilité et un objectif de remplacement de la santé par un développement physique harmonieux et une rééducation pour les sujets malades. Les moyens doivent alors être mis à la disposition des éducateurs pour offrir des possibilités de pratiques sans risque et réduire les cas de dispenses abusives de sport.

Sur le plan purement moteur, il faut se rappeler que l'enfant offre de grandes possibilités de perfectionnement de la capacité de travail aérobie, que le travail de force doit atteindre le développement musculaire naturel à la phase pubulaire et que le processus de croissance constitue un élément de fragilité de l'appareil locomoteur à prendre en compte.

BIBLIOGRAPHIE:

- COUDRAY, A. : Mon enfant fait du sport, stock, Paris, 1967.
- MERIAU-PONTY, M. : Phénoménologie de la perception, Gallimard, Paris, 1945.
- MUCCHIELLI, R. : Introduction à la psychologie structurale, Dessart, Bruxelles, 1966.
- PIAGET, J. : Le jugement moral chez l'enfant, Alcan, Paris, 1932.
- ZULLIGER, H. : Le jeu de l'enfant, Bland et Gay, Paris, 1970.