éducation POUR LA santé
pour mieux vivre

La Santé de l'homme

Jeunes et activité physique : quelle place pour la santé ?

364

Mars-Avril 2003 – 6 €

INPES
Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé
www.inpes.sante.fr

Vous travaillez dans les secteurs de l'éducation, de la santé ou du social ?

La Santé de l'homme

Un outil de travail et de réflexion pour les acteurs de l'éducation pour la santé.

Avec six numéros par an, *La Santé de l'homme* vous permet de :

- suivre l'actualité de l'éducation pour la santé
- actualiser vos connaissances
- éclairer les pratiques et les méthodes d'intervention

Je souhaite m'abonner au tarif :

France métropolitaine 1 an (6 numéros)	**28 €** ❑
France métropolitaine 2 ans (12 numéros)	**48 €** ❑
Étudiants 1 an (6 numéros)	**19 €** ❑
Autres pays et outre-mer 1 an (6 numéros)	**38 €** ❑

• Soit un montant de ..... €

Je recevrai un numéro gratuit parmi les numéros suivants (en fonction des stocks disponibles) :

❑ Pratiques créatives, N° 344.
❑ Regards sur les dépendances, N° 347.
❑ De l'hygiène à la santé, N° 349.
❑ Handicaps : éduquer notre regard, N° 350.
❑ La démarche communautaire : un état d'esprit, N° 351.
❑ Jeunes et communication, N° 352.
❑ Les métiers de l'éducation pour la santé, N° 353.
❑ Sport et loisirs : prévenir les accidents, N° 354.
❑ Santé et travail, N° 355.
❑ Éducation à la sexualité, N° 356.

• Soit un montant total de ..... €

Ci-joint mon règlement par ❑ chèque bancaire ❑ chèque postal à l'ordre de l'INPES. ❑ Veuillez me faire parvenir une facture

Nom .....
Prénom .....
Organisme .....
.....
Fonction .....
Adresse .....
.....
.....
.....
.....
Date et signature : .....

SH 364

La Santé de l'homme

INPES, 2 RUE AUGUSTE COMTE, BP 51, 92174 VANVES CEDEX — FRANCE

SOMMAIRE

4 **Éditorial**
Donner aux jeunes les moyens et l'envie de préserver leur santé
Jean-Louis San Marco

5 **Cinésanté**
Les adolescents interpellés sur l'égalité garçons-filles
Clara Beelen

8 **Santé en chiffres**
Vente de préservatifs : tendance globale à la hausse
Judith Cytrynowicz

Dossier : P. 9 à 47

Jeunes et activité physique : quelle place pour la santé ?

Introduction

Donner un sens à l'activité physique chez les jeunes
Claire Perrin, Bruno Housseau 10

Les pratiques physiques et sportives des jeunes : approche théorique et état des lieux

Relations sociales et sensations : des bonnes raisons de pratiquer pour les jeunes
Anne-Laure Picot 11

L'adolescence, période de bouleversement des pratiques sportives
Marie Choquet 13

Filles et garçons face au sport : que faire des différences ?
Annick Davisse 14

L'éducation physique et sportive en milieu scolaire

Activités physiques et éducation pour la santé : un pont à consolider
Claire Perrin 16

Pour parler aux adolescents, la santé doit s'inviter dans les programmes scolaires
Daniel Motta 19

Quand lutte et littérature sont associées à la prévention du sida
Claire Perrin 21

Prévention : dans le Nord, une classe fait front au tabac
Thierry Tribalat 22

Activité physique et santé en milieu scolaire : le débat est ouvert
Ghislain Carlier, Jacques Mikulovic 23

Médecins scolaires : accompagner les adolescents vers la reprise de l'activité physique.
Entretien avec Agnès Ducros et Michèle Tricoire
Propos recueillis par Bruno Housseau . . . 25

F., 20 ans, ou comment une jeune fille dispensée d'éducation physique redevient actrice de sa santé
Anne-Marie Domergue 27

Les pratiques de loisirs formelles et informelles

La promotion de la santé investit les centres de vacances
Cécile Langeois 29

Clubs de mise en forme : dis-moi ce que tu fais...
Sophie Garnier 30

L'escalade, porte de la prévention pour les jeunes des cités
François Chobeaux 32

Associations : priorité à l'alimentation et au sommeil
Bruno Housseau 33

Les formations

Éducation à la santé : l'insuffisante formation des enseignants
Thierry Tribalat 34

Les étudiants en Staps se penchent sur leur corps
Annie-Claire Toutain 36

Chez les futurs enseignants, replacer la santé au cœur de l'activité physique
Daniel Lecharpentier 37

Mehdi, 22 ans, étudiant : *« On nous apprend à faire le lien entre sport et santé »*
Propos recueillis par Claire Perrin 39

Sports intensifs : quels risques associés ?

Plus vite, plus haut, plus fort... À quel prix ?
Olivier Middleton 41

Produits psychoactifs et sport : tordre le cou aux idées reçues
Sylvain Aquatias 43

Pour en savoir plus
Sandra Kerzanet 45

48 **Lectures - outils**
Anne Gareau et Fabienne Lemonnier

364

Au dossier du prochain numéro :
Statistiques : des outils pour la prévention ?

édito

Donner aux jeunes les moyens et l'envie de préserver leur santé

C'est le carrefour des paradoxes. Les jeunes représentent le groupe d'âge qui bénéficie du meilleur état de santé… pourtant nous ne pouvons pas nous en satisfaire. L'évolution de leur santé est au mieux stagnante, au contraire de ce qui se passe pour tous les autres groupes d'âge. Et les comparaisons internationales nous sont défavorables.

Exempts des maladies qui frappent les tout-petits, pas encore soumis à celles qui apparaîtront plus tard avec l'usure d'une existence dans laquelle ils ne s'engagent pas toujours de manière optimale, ils sont soumis à des risques spécifiques devant lesquels nous sommes d'une bien pauvre efficacité : nous les laissons souvent se débrouiller seuls ! Une bonne part d'entre eux fait plutôt bien face. Mais ceux qui en ont le plus besoin ne reçoivent pas l'aide qui leur serait nécessaire.

C'est l'amélioration de l'image de soi de chaque jeune qui doit être notre objectif, plus que la réduction de telle consommation ou la suppression de telle pratique à risque

Les jeunes ne sont pas soumis à des risques sanitaires relevant de soins, dans lesquels nous excellons. Découverte de soi, du monde, de la sexualité, de la consommation de produits psychotropes qui peuvent être immédiatement dangereux et source d'un taux important de dépendances… Inquiétude devant l'avenir, tant familial que professionnel. Cette période est pleine d'angoisse. Laquelle, associée à un manque de mode d'expression alternatif, peut expliquer la violence de leur comportement quotidien, qui les expose à un taux d'accidents élevé, de la circulation en particulier. Angoisse qui peut aussi, abandonnée à elle-même, déclencher un taux inacceptable de tentatives de suicide.

Les jeunes traversent une « crise de passage » difficile. Nous l'avons tous traversée avec des succès divers. Pour certains, elle est une vraie souffrance. Cette expérience que nous croyons partagée nous empêche de repérer à temps ceux qui sont en grande difficulté, afin de leur apporter l'aide nécessaire. Nous les laissons seuls rechercher un soutien. Ils ne choisissent pas toujours le meilleur. Lorsque le problème est enfin identifié, la représentation médicale dominante nous fait aborder chaque situation comme si elle était une entité à elle seule.

D'où l'organisation de campagnes ponctuelles et successives de prévention du tabagisme, du suicide ou de la violence routière… Actions qui ne sont pleinement efficaces que chez ceux qui en ont le moins besoin, et se limitent – au mieux quand elles y parviennent – à détourner la population cible du comportement concerné, pour l'amener à se tourner vers une autre solution, guère meilleure le plus souvent.

Cela jusqu'à ce que les plus chanceux, la majorité heureusement, abordent enfin l'âge adulte, sans que nous leur ayons apporté l'aide dont ils avaient besoin et dont le manque peut avoir des conséquences redoutables.

Les problèmes qu'ils ont à résoudre sont multiples : on ne peut leur apporter qu'une réponse unique. La prévention ne peut être que globale. Il nous incombe de faire émerger chez chaque jeune la raison qui lui est propre de faire fructifier sa santé, puissant moyen de promotion personnelle. La question des moyens, que nous privilégions trop souvent, est loin d'être négligeable mais elle est d'importance secondaire.

Une politique de prévention efficace consiste à offrir à chacun la possibilité de se réaliser, il faut pour cela lui donner à la fois les moyens et l'envie de le faire.

La situation dans ce domaine évolue dans le bon sens. Mais il reste bien des efforts à déployer pour que tous ceux qui partagent notre conviction nous aident à faire admettre à tous les responsables de la santé et des soins que la prévention est d'ordre plus culturel que sanitaire. C'est l'amélioration de l'image de soi de chaque jeune qui doit être notre objectif, plus que la réduction de telle consommation ou la suppression de telle pratique à risque, ramenées à un simple rôle de marqueurs d'efficacité. Dès lors que nous obtenons qu'il éprouve ce respect de lui-même, la partie est bien engagée. L'effort demandé pour faire partager cette conviction est plus important que celui nécessaire à l'organisation de n'importe quelle campagne. Mais notre jeunesse le mérite.

Si nous voulons cesser de nous lancer perpétuellement dans une guerre dépassée, il faut faire admettre par tous les intervenants que la prévention, chez des jeunes menacés par des risques plus comportementaux que médicaux, relève d'un domaine culturel et non médical. La déclinaison pratique de toutes nos actions doit être imprégnée de cette notion pour que les résultats suivent.

Pr Jean-Louis San Marco
Président du Conseil d'administration de l'INPES.

Les adolescents interpellés sur l'égalité garçons-filles

Confrontés par des éducateurs à la représentation des femmes à travers cinq films dont « Chaos » de Coline Serreau, des jeunes d'écoles professionnelles ont accepté de remettre en cause les stéréotypes masculins/féminins. Un débat utile pour décrypter la violence des comportements.

« Mais arrêtez de nous bassiner avec vos histoires d'égalité ! On n'est plus dans les années cinquante, et mai soixante-huit c'est fini. Vous avez obtenu ce que vous vouliez non ? N'êtes-vous pas ministres, médecins, avocates, pompiers ou policières ? Laissez donc le monde en paix et rangez au vestiaire vos rengaines féministes ».

LES AUTRES FILLES - D.R.

Ces quelques phrases, je les entends souvent et il m'arrive même d'acquiescer en souriant. Et pourtant, qu'en est-il vraiment ? Cette égalité des hommes et des femmes, reconnue et appliquée aujourd'hui dans certaines listes électorales, quelle est sa réalité au quotidien, notamment dans les groupes d'adolescents ? N'y a-t-il pas un hiatus important entre les volontés politiques et leur application ? Comment les jeunes de 2003 vivent-ils l'égalité prônée et réclamée par la génération de leurs parents ? Peut-on observer des différences de perception selon les milieux sociaux ? Que signifie l'égalité des sexes pour des jeunes de 15 à 18 ans, issus de milieux plutôt populaires ?

Pour répondre à ces questions et confronter les représentations des jeunes aux nôtres, nous sommes allés à la rencontre des adolescents de 15 à 18 ans de plusieurs écoles professionnelles de la région liégeoise.

L'équipe

Nous, c'est d'abord le Centre culturel *Les Grignoux* et son programme de matinées scolaires cinématographiques *Écran large sur tableau noir*. Le Centre Culturel *Les Grignoux* à Liège essaie, depuis plusieurs années, d'utiliser le cinéma dans un but éducatif qui ne se limite pas à la transmission de savoirs, mais porte également sur les représentations et les valeurs dont sont porteurs enfants et adolescents. C'est dans le cadre d'un cycle de cinq films regroupés sous l'appellation « Masculin/féminin : un autre regard » que nous avons décidé d'aborder la question.

Mais « nous », c'est aussi le Collectif contre les violences familiales et l'exclusion qui a détaché deux animateurs pour travailler avec moi sur ce projet. Le collectif gère un refuge pour femmes battues et leurs enfants. Leurs animateurs connaissent tristement bien les problèmes qu'engendre fatalement l'inégalité des hommes et des femmes dans le couple, la famille ou ailleurs.

Nous avons choisi de faire travailler une équipe « mixte » d'animateurs sur cette action, ce qui est déjà un message en soi et apporte beaucoup dans la dynamique d'animation.

Place des femmes : réactions violentes…et enrichissantes

Le cycle « Masculin/féminin : un autre regard » comprenait cinq films très différents : *Girlfight* de Karyn Kusama, *Chaos* de Coline Serreau, *Ghost World* de Terry Zwigoff, *Les Autres Filles* de Caroline Vignal et *Le Cercle* de Jafar Panahi. Chaque film aborde, à sa

manière, la condition des femmes aujourd'hui dans le monde, et ne prétend sans doute pas apporter des réponses décisives et complètes aux différents aspects de la question. Mais chaque long métrage donnait l'occasion de poser un regard singulier, parfois distant, souvent engagé, sur la place des femmes (ou d'un certain nombre de femmes) dans notre monde.

Ces films ont été diversement appréciés des élèves, mais celui qui a suscité les réactions les plus contrastées et les plus spectaculaires était sans conteste *Les Autres Filles* de Caroline Vignal. Moins consensuel que *Chaos* (qui remporta cependant un très vif succès tant auprès des filles que des garçons) et plus abordable que *Ghost World* dont le second degré n'a pas toujours été perçu, ce film déclencha des réactions parfois violentes mais néanmoins enrichissantes. Son héroïne fut jugée (parfois sans appel) putain ou révolutionnaire, mais pas un(e) seul(e) élève ne pouvait rester sans réaction.

À propos des Autres Filles

Zoom sur l'histoire du film *Les Autres Filles :* à 15 ans, Solange habite avec ses parents un village près de Toulouse. Depuis qu'elle est toute petite, Solange veut être coiffeuse. Elle suit à présent des cours de coiffure au lycée professionnel et tout semble aller pour le mieux. Seulement Solange n'a qu'une idée en tête, perdre sa virginité. Car toutes les autres filles de sa classe semblent déjà avoir franchi le cap depuis belle lurette… Alors Solange va s'atteler à perdre ce qu'elle considère comme un fardeau, elle va choisir un homme, plus âgé qu'elle, dont elle sait seulement qu'il ne devrait pas lui causer de soucis, et elle va faire l'amour avec lui, dans une chambre d'hôtel qu'elle aura elle-même payée. À l'issue de cette nuit, elle est, selon ses propres mots : *« explosée, morte, épanouie »*. Avec justesse et sans complaisance, Caroline Vignal dépeint les affres de l'adolescence, ses doutes et ses craintes. Solange veut être comme tout le monde, c'est-à-dire comme les autres filles de sa classe, mais pour cela elle empruntera un chemin personnel et, par ses choix, prendra sa vie en main sans laisser les autres lui dicter sa conduite. Portrait d'une adolescente momentanément paumée mais forte, le film suscitera, comme on l'a dit, réflexions et débats.

Le public

Nous avons travaillé dans un milieu socialement défavorisé, le plus souvent dans des écoles professionnelles, généralement considérées par les élèves, les enseignants et surtout l'institution scolaire comme des écoles de « la dernière chance ». Mais également dans l'enseignement spécial, pour jeunes filles essentiellement – où l'on apprend des métiers comme aide ménagère ou aide cuisinière –, ou encore dans un Institut pour la protection de la jeunesse (IPPJ) où les jeunes « à problèmes » se retrouvent isolés de leur milieu familial pour une période de quinze jours afin de réfléchir à leur situation et travailler « sur eux-mêmes ». Dans ces centres, il y a, en effet, des pavillons pour les mineurs qui subissent des peines d'enfermement à proprement parler. Notre état des lieux sera donc celui de ces jeunes-là.

Les animations

Faute de pouvoir livrer ici un compte-rendu détaillé de toutes les animations, nous nous sommes concentrés sur l'état des lieux que l'on peut dégager de toutes les conversations avec ces jeunes.

Notre méthode de travail, toujours la même, est simple : les élèves vont voir le(s) film(s) et ensuite nous les rencontrons en classe. Après avoir présenté notre travail dans nos associations respectives[1] et ce, afin que les élèves nous identifient sur base d'éléments concrets, nous entrons dans le vif du sujet : le(s) film(s) vu(s) par les élèves.

Notre objectif était de semer le doute dans les représentations souvent figées que ces adolescents se font des rôles masculins et féminins. Notre outil, la discussion sur le film, nous permet de leur renvoyer, en toute simplicité, un autre regard sur la société, sur les relations amoureuses, sur les valeurs d'égalité, de liberté et de respect de soi et de l'autre ; regard souvent aux antipodes du leur.

Par exemple, en ce qui concerne *Les Autres Filles,* des questions comme : *« Que pensez-vous de Solange (l'héroïne du film) ? », « Pourriez-vous avoir une petite amie comme elle ? », « Que lui donneriez-vous comme conseil ? »* ou encore *« Pensez-vous qu'elle a fait des choix faciles ? »* permettaient de lancer la conversation et de susciter les réactions des élèves sans qu'ils se sentent obligés de parler de leurs expériences personnelles. On leur demandait simplement de se prononcer sur les choix d'un personnage.

Une estime de soi quasi nulle

Soulignons que nous avons travaillé à la fois avec des groupes mixtes et des groupes composés uniquement de garçons ou de filles. Et que les résultats ont été très différents.

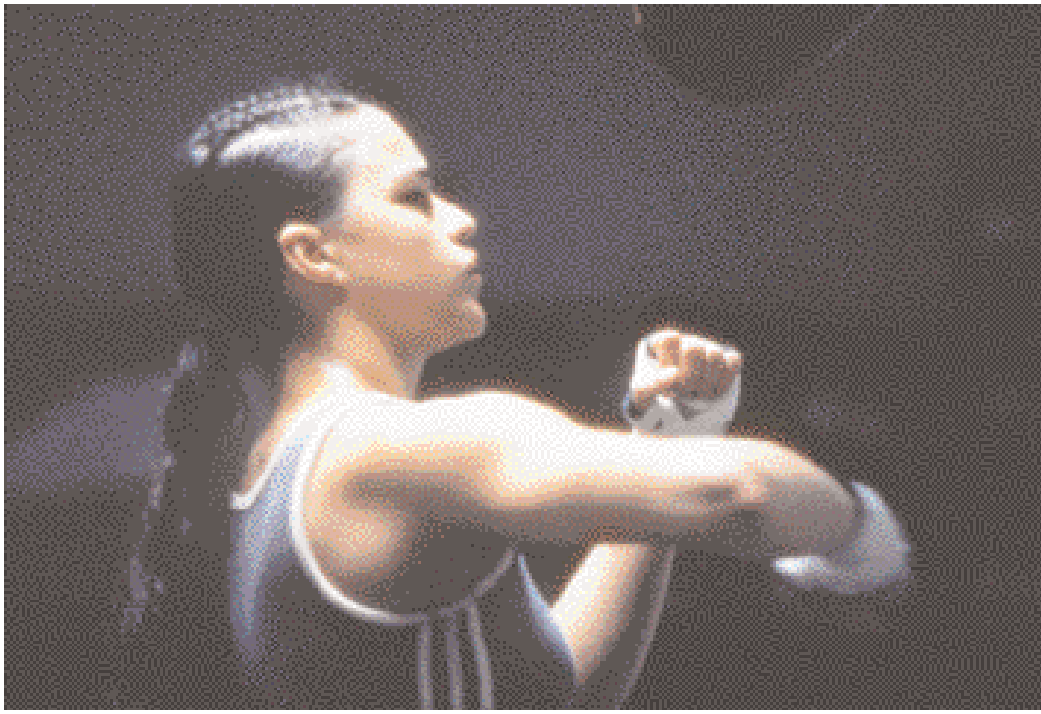
Par exemple, dans une école de mécanique où il n'y avait que des garçons, la violence était omniprésente et l'estime de soi des élèves quasi nulle. Après avoir rencontré ces garçons deux fois, nous avons constaté qu'ils avaient le sentiment d'être dans une « école poubelle » et qu'ils en souffraient. D'une part, ils faisaient état de la pauvreté du contenu des cours qui leur étaient dispensés en comparant avec les autres écoles qu'ils avaient fréquentées avant (et dont, souvent, ils avaient été exclus pour diverses raisons) ; et, d'autre part, ils affirmaient de façon contradictoire qu'ils ne permettraient en aucun cas à leurs sœurs de venir dans cette « école de fous » (sic !), mais qu'il y aurait certainement moins de violence si l'école était mixte ; eux-mêmes se sentiraient mieux dans une telle école, ajoutaient-ils, mais, dans ce cas, il faudrait ouvrir de nouvelles sections car *« la mécanique c'est pas un métier de fille : il faudrait une section coiffure ou couture »…*

Dans les classes sans filles, signalons encore qu'il n'y avait aucun tabou, ni frein à l'expression de la domination masculine et de sa légitimité ; dans les classes mixtes, en revanche, la situation était moins tranchée, toutefois le machisme de la société était – un peu paradoxalement – plutôt relayé par les filles...

Ces élèves avaient vu *Girlfight,* l'histoire d'une jeune fille du Bronx qui canalise sa rage de la vie dans la pratique de la boxe. L'histoire en soi les choquait un peu *(«Madame, les filles ça boxe pas»),* mais ils ne pouvaient s'empêcher d'admirer cette fille qui montait sur le ring et gagnait ses combats, même contre des « mecs ». Mais, résumaient-ils, le film est une chose et la réalité de la vie en est une autre : les filles doivent rester à la maison et sont

naturellement soumises à l'autorité de leurs pères et de leurs frères.

S'il serait naïf de prétendre avoir transformé leur façon de voir, la confrontation avec des intervenants extérieurs, qui n'étaient cependant porteurs d'aucune autorité instituée (contrairement aux professeurs), a sans doute permis, d'une part, d'améliorer un tant soit peu leur image d'eux-mêmes (puisque quelqu'un de l'extérieur se déplaçait pour s'enquérir de leur opinion) et, d'autre part, de les confronter à un point de vue différent du leur et qu'ils ont rarement l'occasion d'entendre (une équipe mixte d'animateurs était d'ailleurs un avantage de ce point de vue, comme on l'a déjà remarqué).



GIRLFIGHT - D.R.

Déroutés par les classes de filles

Les classes composées uniquement de filles nous ont, elles aussi, déroutés. En effet, celles-ci s'y révélaient bien souvent comme les garantes d'un ordre qui dénie pratiquement aux femmes, et en particulier aux jeunes filles, toute liberté en matière sexuelle sous peine d'encourir l'opprobre et le déshonneur.

Très dures vis-à-vis des autres, de celles qui ne se comportent pas correctement et notamment vis-à-vis de Solange (l'héroïne du film *Les Autres Filles*), elles réagissent souvent violemment à tout autre modèle de représentation. *« Ni putes, ni soumises »*, ce slogan, emblème de la marche des femmes des banlieues françaises pendant les mois de février et mars 2003, illustre parfaitement l'enfermement de certaines jeunes femmes. Si l'égalité semble avoir été difficile à admettre pour nombre d'hommes au début (ils craignaient de n'avoir rien à gagner dans cette aventure), il semble qu'on ait oublié d'apprendre aux jeunes filles qu'une relation amoureuse ne se mesurait pas à l'aune de la jalousie de leur petit ami ou même de ses poings. La position de femme-objet avait ses avantages (galanteries, protection face à certaines difficultés de la vie, etc.) que beaucoup de jeunes filles craignent de perdre en réclamant une liberté dont elles ne voient pas toujours l'intérêt.

Mais il ressort également de ces conversations qu'il y aurait une carence au niveau de la transmission des valeurs par les parents. Il semble que, pour beaucoup de parents, cette transmission s'apparente de plus en plus à une somme d'interdits vidés de sens. Ces jeunes, filles et garçons, sont sûrs qu'il est « mal » pour une fille de sortir seule après une certaine heure, mais n'ont aucune idée de ce que représente une relation égalitaire où chacun respecte l'autre, existe indépendamment de l'autre, pour créer un espace unique, celui de la relation amoureuse.

Adolescentes : un ordre établi parfois masculin

Et pourtant, nous avons aussi rencontré des jeunes curieux. Curieux de tout et pas toujours réfractaires à l'idée de voir le monde autrement. Des garçons à l'étroit dans leurs costumes de machos et des filles se demandant si, finalement, Solange n'avait pas trouvé l'épanouissement en prenant sa vie en main. Les moments difficiles que nous avons parfois passés (agressivité verbale en classe, tensions, interpellations injurieuses au sortir de l'école) montrent bien que le sujet est brûlant et que le miroir que nous proposons à ces jeunes est difficile à soutenir. Le coup de pied que nous lançons dans la fourmilière de leurs représentations figées fut, peut-être pour certains, le début d'une prise de conscience. Mais le travail qui reste à accomplir est immense, nous avons constaté un écart important entre nos idéaux et la réalité de ces jeunes gens. Un écart si grand qu'il fallait bien nous rendre compte que la plupart des jeunes filles rencontrées étaient à cent lieues d'être conscientes de vivre une situation d'injustice. Pour elles, l'ordre établi est l'ordre naturel des choses *(« Mais Madame, l'homme ne doit pas nettoyer la maison. C'est comme ça »)*. Nous pensons que si nous avions travaillé dans un autre milieu, les choses auraient peut-être été différentes. Sans croire naïvement que dans les milieux plus aisés, l'égalité est une chose définitivement acquise, nous devons constater qu'il y a plus de femmes ministres que d'hommes de ménage !

Quoi qu'il en soit, tout reste à faire dans ce domaine. Le travail sur les représentations et sur le démontage des stéréotypes sexuels est une des formes de prévention à la violence. Dans ce domaine, l'expérience montre en tout cas que le cinéma permet, grâce à la médiation de la fiction, de poser aux jeunes spectateurs des questions que l'école, l'enseignement, l'éducation… négligent le plus souvent de prendre en compte.

Clara Beelen
Animatrice,
Centre culturel Les Grignoux , Liège.

1. Par exemple, Jean-Louis s'occupe d'adolescents dans un refuge pour femmes battues où ils sont accueillis avec leur mère ; Florence fait des animations dans les classes sur la violence dans les relations amoureuses et Clara fait des animations dans les classes après la vision par les élèves d'un film du programme Écran large sur tableau noir.

Vente de préservatifs : tendance globale à la hausse

En 2001, l'INPES a passé un contrat avec l'institut ACNielsen afin de suivre l'évolution des ventes de préservatifs masculins. Ces données constituent un indicateur important de suivi de l'évolution des comportements individuels en matière de prévention du VIH/sida et des infections sexuellement transmissibles (IST). Méthodologie et résultats.

Méthodologie

L'institut ACNielsen travaille à partir d'un panel représentatif de 370 pharmacies, 500 magasins de grandes et moyennes surfaces (GMS), ainsi que d'un baromètre de 41 magasins de parapharmacies.

Les préservatifs vendus sont comptabilisés via leur enregistrement informatique à chaque passage en caisse *(scanning)*. Ce système existe depuis 1994 dans les grandes surfaces, depuis 1999 dans les pharmacies et, depuis février 2001, dans les magasins de parapharmacies. Auparavant, les quantités vendues étaient calculées par différence entre les achats déclarés et les stocks.

Évolution du volume des ventes entre 2000 et 2002

En 2000, 73,08 millions de préservatifs ont été vendus en pharmacies et grandes et moyennes surfaces, puis 76,05 millions en 2001 et 80,19 millions en 2002 (cf. figure 1). On observe ainsi une augmentation de 4 % du volume des ventes (soit près de 3 millions d'unités) entre 2000 et 2001et de 5,5 % (soit plus de 4 millions d'unités) entre 2001 et 2002. À noter que, si l'on inclut les ventes en magasins de parapharmacie, ce sont 81,13 millions de préservatifs qui ont été vendus en 2002.

Outre la tendance globale à la croissance, on observe une évolution cyclique des ventes (cf. figure 2) : une hausse très nette en été et une légère hausse pendant les fêtes de fin d'année. Le pic des ventes se situe en juillet (6,57 millions d'unités en 2000 / 7,03 en 2001 / 7,51 en 2002).

Évolution du prix moyen d'un préservatif entre 2000 et 2002

Le prix moyen du préservatif, tous circuits confondus, est passé de 0,43 € en 2000 à 0,51 € en 2002 (cf. tableau 1). Depuis 2000, c'est en grandes surfaces que le prix moyen du préservatif est le moins élevé (0,44 € en 2002). En 2002, les prix moyens en pharmacie et magasins de parapharmacie sont très proches. Il faut néanmoins noter que la gamme proposée dans les trois circuits n'est pas nécessairement la même.

Judith Cytrynowicz
Chargée d'études, INPES.

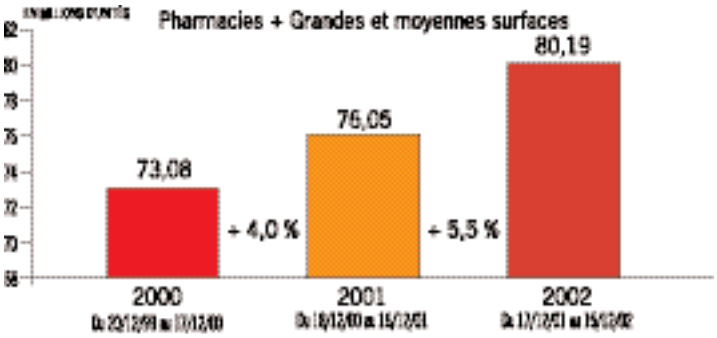


Figure 1 : Volume des ventes de préservatifs par année et lieux de ventes (Données ACNielsen)

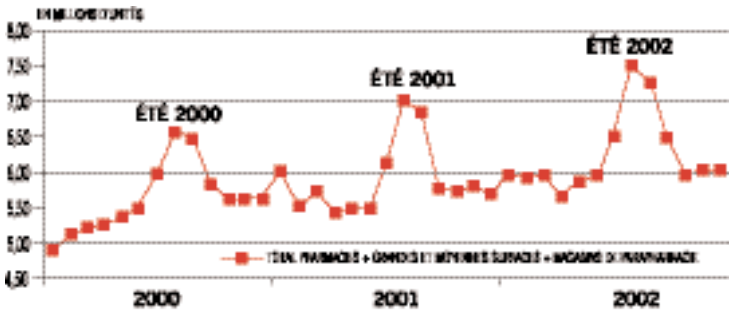


Figure 2 : Volume des ventes de préservatifs par mois et lieux de ventes (Données ACNielsen)

Tableau 1 : Prix moyen d'un préservatif en grandes surfaces, pharmacies et parapharmacies en 2000, 2001 et 2002 (Données ACNielsen)

(Euros)	2000	2001	2002
Grandes et moyennes surfaces	0,35	0,39	0,44
Pharmacies (hors stéribox)	0,52	0,55	0,60
Parapharmacies	(a)	0,59	0,59
Ensemble	**0,43**	**0,46**	**0,51**

(a) En 2000, les préservatifs vendus en parapharmacies n'étaient pas comptabilisés par scanning, donc ils ne font pas partie du volume de ventes ici présenté.

Introduction
Donner un sens à l'activité physique chez les jeunes
Claire Perrin, Bruno Housseau 10

Les pratiques physiques et sportives des jeunes : approche théorique et état des lieux

Relations sociales et sensations : des bonnes raisons de pratiquer pour les jeunes
Anne-Laure Picot 11

L'adolescence, période de bouleversement des pratiques sportives
Marie Choquet 13

Filles et garçons face au sport : que faire des différences ?
Annick Davisse 14

L'éducation physique et sportive en milieu scolaire

Activités physiques et éducation pour la santé : un pont à consolider
Claire Perrin 16

Pour parler aux adolescents, la santé doit s'inviter dans les programmes scolaires
Daniel Motta 19

Quand lutte et littérature sont associées à la prévention du sida
Claire Perrin 21

Prévention : dans le Nord, une classe fait front au tabac
Thierry Tribalat 22

Activité physique et santé en milieu scolaire : le débat est ouvert
Ghislain Carlier, Jacques Mikulovic 23

Médecins scolaires : accompagner les adolescents vers la reprise de l'activité physique
Entretien avec Agnès Ducros et Michèle Tricoire
Propos recueillis par Bruno Housseau 25

F., 20 ans, ou comment une jeune fille dispensée d'éducation physique redevient actrice de sa santé
Anne-Marie Domergue 27

Les pratiques de loisirs formelles et informelles

La promotion de la santé investit les centres de vacances
Cécile Langeois 29

Clubs de mise en forme : dis-moi ce que tu fais...
Sophie Garnier 30

L'escalade, porte de la prévention pour les jeunes des cités
François Chobeaux 32

Associations : priorité à l'alimentation et au sommeil
Bruno Housseau 33

Les formations

Éducation à la santé : l'insuffisante formation des enseignants
Thierry Tribalat 34

Les étudiants en Staps se penchent sur leur corps
Annie-Claire Toutain 36

Chez les futurs enseignants, replacer la santé au cœur de l'activité physique
Daniel Lecharpentier 37

Mehdi, 22 ans, étudiant : *« On nous apprend à faire le lien entre sport et santé »*
Propos recueillis par Claire Perrin 39

Sports intensifs : quels risques associés ?

Plus vite, plus haut, plus fort... A quel prix ?
Olivier Middleton 41

Produits psychoactifs et sport : tordre le cou aux idées reçues
Sylvain Aquatias 43

Pour en savoir plus
Sandra Kerzanet 45

Jeunes et activité physique : quelle place pour la santé ?

Dossier coordonné par **Claire Perrin,** maître de conférences à l'Université de Caen, Centre de recherche sur les activités physiques et sportives, et **Bruno Housseau,** chargé de mission à l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES).

64

La Santé de l'homme

intro

Donner un sens à l'activité physique chez les jeunes

La promotion des activités physiques et sportives est de plus en plus assimilée à la promotion de la santé. Mais au fait, les activités physiques sont-elles pour autant aussi bénéfiques que cela pour la santé des jeunes ? Et, au-delà, comment le dépassement de soi, la prise de risque, la recherche de l'autre, si prégnants à l'adolescence, se croisent-ils avec les activités physiques et sportives ? Comment les pratiques physiques deviennent-elles l'occasion d'expériences structurantes pour les jeunes, leur permettant de faire évoluer leur rapport à leur corps, à eux-mêmes et aux autres, dans une perspective d'éducation pour la santé ? Ce dossier tente de répondre à ces questions. Les spécialistes que nous avons sollicités expliquent dans quelle mesure les activités physiques et sportives peuvent être des supports d'une éducation pour la santé.

L'éducation pour la santé doit sortir de son ghetto, gagner toutes les disciplines, du français aux sciences, en passant par l'éducation physique et sportive, les arts plastiques

Nous avons privilégié quatre axes. Dans un premier temps, nous définissons les activités physiques et sportives et dressons l'état des lieux de la pratique des activités physiques selon l'âge et le sexe.

Dans un deuxième temps, nous faisons le point sur la façon dont les activités physiques sont pratiquées en milieu scolaire, en abordant notamment la délicate question de la dispense d'éducation physique et sportive. Les différentes expériences que nous présentons démontrent que le pont construit entre éducation physique et éducation pour la santé doit être consolidé, tout en favorisant les « circulations » avec les autres disciplines scolaires. Il n'est, en effet, pas question d'isoler la vie physique de la vie en général, ni l'activité physique de l'activité intellectuelle, sociale, émotionnelle, symbolique et culturelle. L'éducation pour la santé doit sortir de son ghetto, gagner toute les disciplines, du français aux sciences, en passant par l'éducation physique et sportive, les arts plastiques, ce qui s'avère difficile et ne peut s'envisager sans un travail de fond sur les programmes d'enseignement et sur les formations professionnelles...

Ensuite, nous donnons la parole aux acteurs de terrain, qui utilisent des activités physiques, comme l'escalade, pour aider les jeunes à s'intéresser aux autres, leur faire découvrir qu'une cordée est une affaire de solidarité. Nous scrutons le lien fragile mais profitable qui peut relier activités physiques et promotion de la santé dans les centres de vacances et de loisirs.

Enfin, ce dossier se penche sur la formation des professeurs d'éducation physique et sportive, mais aussi des différents intervenants dans le domaine des activités physiques (entraîneurs, éducateurs sportifs dans les collectivités territoriales, animateurs sportifs), qui peuvent désormais intégrer des savoirs allant au-delà du traditionnel apprentissage moteur et de la recherche de la performance individuelle. L'enjeu est de taille, il s'agit de former ces enseignants au bien-être et à l'approche globale et positive de la santé. C'est un autre regard porté sur les jeunes élèves. De telles formations se développent en France, nous en donnons plusieurs exemples qui sont appelés à prendre de l'ampleur dans le cadre de « Masters », dans la logique de l'actuelle réforme universitaire. La dernière partie de ce dossier aborde également la question des risques associés à la pratique intensive du sport.

Au final, il s'agit de passer d'une vision de l'enseignement de l'activité physique et sportive centrée sur la dépense énergétique, le respect des règles, la loi de l'effort, le corps sculpté et normatif, à une vision beaucoup plus large et dans laquelle un plus grand nombre de jeunes trouveront leur épanouissement : que les pratiques physiques, sportives et artistiques prennent un sens aux yeux de ces jeunes, que ces derniers puissent, certes, expérimenter leurs limites, mais aussi avoir le plaisir de partager, expérimenter les sensations de vie, les mouvements de leur propre corps… Tout un programme !

Claire Perrin
Maître de conférences à l'Université de Caen,
Centre de recherche sur les activités physiques et sportives,
Bruno Housseau
Chargé de mission à l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES).

Relations sociales et sensations : des bonnes raisons de pratiquer pour les jeunes

Activité physique moins encadrée, *« zapping »* d'un sport à l'autre, recul de la place du sport chez les adolescentes au profit d'activités de loisirs : la pratique des activités physiques a considérablement évolué. Contrairement aux adultes qui font du sport pour leur santé, les jeunes privilégient de plus en plus les relations sociales, le plaisir et les sensations.

À un extrême, les pratiques physiques tiennent du jeu, de la distraction et prennent des formes souples, parfois éphémères. À l'autre, elles ont toutes les caractéristiques du travail hautement spécialisé. Ainsi, la pratique sportive ne recouvre pas une réalité uniforme.

En 1987, l'Institut national du sport et de l'éducation physique (Insep) a proposé une définition large : le sport est ce que les gens font quand ils disent qu'ils font du sport. Celle-ci vise à n'exclure aucune activité vécue par ses acteurs comme étant sportive ; elle remet en cause la définition traditionnelle qui limite le sport aux pratiques compétitives institutionnalisées, pratiquées en associations ou en clubs. Le terme d'activités physiques et/ou sportives (APS) est alors plus largement utilisé pour rendre compte de l'ensemble des pratiques physiques de loisir, qu'elles soient formelles, organisées par une association sportive, ou informelles, à savoir autoorganisées, telles les pratiques du jogging ou du skate-board.

La pratique sportive est devenue *zapping*

Ce problème de terminologie est lié au processus de multiplication et de diversification des activités physiques et sportives en cours depuis une trentaine d'années. Christian Pociello (1), sociologue du sport, souligne une tendance, de plus en plus marquée, à pratiquer hors des institutions. Il pointe l'engouement des jeunes pour de « nouvelles pratiques », comme celles de glisse (surf, skate-board, planche à voile), qui développent un fort sentiment de liberté. Parallèlement, de nouvelles modalités de pratique apparaissent, fruits de l'évolution des activités traditionnelles. Le footing, activité de stade, s'est ainsi progressivement élargi à une pratique sur route ou en pleine nature.

Par ailleurs, les jeunes tendent à multiplier les activités afin de varier les plaisirs. Cette curiosité sportive, ou *zapping*, peut traduire une quête d'« expérimentations » (2), qui aboutit la plupart du temps à des abandons précoces (temporaires ou définitifs), des changements de pratiques ou de filières.

De 13 à 16 ans : chute libre chez les filles

La dernière enquête sur les 12-17 ans du ministère des Sports (3) recense un peu moins de cinq millions de sportifs. 77 % des garçons et 60 % des filles pratiquent au moins une activité physique et sportive en dehors des cours d'éducation physique et sportive dispensés par l'institution scolaire. Certaines sont pratiquées massivement (natation, vélo, football), alors que d'autres ne sont le fait que d'une minorité (combat, musculation). Il faut souligner que les filles ne pratiquent pas tout à fait les mêmes disciplines. Elles privilégient la danse, la gymnastique et sont relativement moins nombreuses à être en club et à détenir une licence.

Alors que les garçons restent aussi sportifs après 15 ans qu'avant, à peine plus de la moitié des jeunes filles de 15 à 17 ans déclare faire des activités physiques et sportives, contre les deux tiers de celles âgées de 12 à 14 ans. Cette période connaît donc un fort désinvestissement de la pratique physique, au profit de nouvelles activités comme le cinéma, la fréquentation d'un café ou les activités artistiques. Ceci rejoint les considérations de sociologues de la jeunesse (4) qui comparent régulièrement cette période à un carrefour, du fait de nombreuses bifurcations : entrée dans la vie active, préoccupations amoureuses, etc. Ce désinvestissement peut être dû aux réseaux sociaux auxquels ces jeunes appartiennent. Par exemple, la rencontre au lycée d'un groupe d'amis se retrouvant tous les samedis peut inciter un jeune à arrêter sa pratique de hand-ball en club, les matchs ayant lieu au même moment.

Pour les ados, le sport est un plaisir avant tout social

Contrairement aux adultes pour lesquels la pratique physique s'inscrit souvent dans une perspective de santé, les jeunes donnent le primat aux relations sociales, au plaisir et à la quête de sensations corporelles (5). Les activités

physiques et sportives leur permettent également de tester leurs limites, parfois par l'intermédiaire de pratiques à risque. Grimper une paroi en escalade permet par exemple de se mesurer, de multiplier les défis vis-à-vis de soi ou des autres. Les prises de risque dans les activités physiques et sportives sont alors multiples, souvent envisagées sous forme ludique, en quête d'un regard admiratif (6).

L'entourage joue un rôle important dans le choix de la pratique sportive. Ainsi, la moitié des jeunes a démarré une pratique sportive parce que des copains ou leurs parents la pratiquaient déjà (7). Ces activités offrent alors parfois l'occasion d'explorer des univers sociaux susceptibles d'accroître leurs ressources en terme de « capital social » (8). Par exemple, un jeune de 15 ans peut s'entraîner dans la même équipe de volley-ball qu'un professeur de mathématiques de 35 ans et s'apercevoir que *« c'est une personne comme tout le monde »*. En fréquentant des personnes d'autres milieux, les jeunes créent une expérience commune, découvrent d'autres valeurs et parfois d'autres activités.

Les activités physiques et sportives constituent également des occasions de fréquentation garçons/filles lorsqu'elles se présentent dans un cadre souple, organisé autour d'une activité à caractère peu absorbant, voire intermittent. Des occasions d'entrer en contact, de discuter, de se rapprocher, même physiquement, émergent ainsi tout naturellement (9). Dans ces loisirs, la pratique augmente avec l'âge, la danse (10) est par exemple une activité nettement plus pratiquée par les 17-20 ans que par les moins de 17 ans.

La pratique des activités physiques et sportives présente donc des spécificités pendant la jeunesse, qui ne sont pas sans liens avec le besoin de développement physique, psychologique et social de cet âge de la vie.

Anne-Laure Picot
Doctorante, UFR Staps, Caen.

Références bibliographiques

(1) Pociello C. *Les cultures sportives. Pratiques, représentations et mythes sportifs.* Paris : Puf, 1995 : 287 p.
(2) Galland O. *Les jeunes.* Paris : La Découverte, 2002 : 124 p.
(3) Truchot G., Pichault A., Moreau A. *Le sport chez les jeunes de 12 à 17 ans.* Sports Stats –info Bulletin de statistiques et d'études, octobre 2002, 02-04 : 1-4.
(4) Galland O. *Sociologie de la jeunesse. L'entrée dans la vie.* Paris : Armand Colin, 1991 : 231 p.
(5) Perrin C., Ferron C., Gueguen R., Deschamps J.P. *Lifestyle patterns concerning sports and physical activity, and perceptions of health.* Sozial und Präventivmedizin 2002 ; 47, 3 : 162-71.
(6) Le Breton D. *L'adolescence à risque.* Paris : Autrement, 2002 : 184 p.
(7) Truchot G., Pichault A., Moreau A. *Le sport chez les jeunes de 12 à 17 ans.* Sports Stats –info Bulletin de statistiques et d'études, octobre 2002, 02-04 : 1-4.
(8) Picot AL. *Itinéraires de pratiques physiques de loisir et réseaux sociaux : une approche par récits de vie de jeunes adultes.* Mémoire de DEA (dir. C. Perrin), Université de Caen, 2002 : 160 p.
(9) Bozon M., Héran F. *La découverte du conjoint.* II. Les scènes de rencontre dans l'espace social. Population 1987 ; n° 6 : 121-50.
(10) D'autres activités non sportives comme la fréquentation du café, la sortie au cinéma, l'assistance même très occasionnelle à un concert rock ou jazz, ou même la sortie au restaurant pour le plaisir, sont également des loisirs permettant ces rapprochements garçons/filles. Bozon M. *Les loisirs forment la jeunesse.* Données sociales Insee 1990 : 217-22.

L'adolescence, période de bouleversement des pratiques sportives

À l'adolescence, garçons et filles divergent dans leurs motivations face à la pratique du sport, et les filles ont tendance à délaisser cette activité. L'évolution des conduites remet en cause l'idée selon laquelle le sport participe forcément à une bonne santé. Un réexamen des pratiques de prévention s'impose. La vie de groupe est une valeur aussi importante que l'estime de soi.

L'adolescence est une période de mutation et de maturation. Entre 12 et 19 ans, avant d'atteindre leur taille adulte, les garçons grandissent en moyenne d'environ 27 cm et les filles de 16 cm. Dans le même temps, ils acquièrent non seulement un corps « sexué », mais aussi un mode de vie « sexué ». L'alimentation, le sommeil, l'investissement scolaire, le vécu de la vie familiale, les loisirs tout comme les troubles et conduites diffèrent selon le sexe, et ce, malgré le principe de « mixité » que les adolescents actuels ont toujours connu, À titre d'exemples, les garçons s'alimentent plus régulièrement que les filles (71% contre 55% prennent trois repas par jour), alors que les filles suivent plus souvent un régime (15% contre 4% des garçons) ; les garçons se sentent mieux en famille (74% contre 67 % des filles trouvent la vie de famille détendue, agréable et à rechercher), alors que les filles s'intègrent mieux au système scolaire (52% contre 42% des garçons aiment l'école, 42% contre 50% des garçons ont redoublé au moins une fois) ; les garçons s'expriment à travers des conduites plus « bruyantes » (consommation d'alcool, de drogues, conduites de violences), alors que les filles adoptent surtout des troubles « somatiformes » (plaintes somatiques, tentative de suicide, troubles alimentaires).

Sport : un rôle important à l'adolescence

72% des garçons et 50% des filles font du sport en dehors de l'école, respectivement 14% et 4% en font plus de huit heures par semaine. Le nombre moyen de sports pratiqués est élevé : 3,5 pour les garçons et 2,6 pour les filles. Toutefois, la pratique diminue avec l'âge, ceci est particulièrement vrai pour les filles qui fréquentent le lycée : elles ne sont plus que 27 % à faire du sport (contre 77 % des garçons collégiens).

Les adolescents aiment faire du sport. D'ailleurs, le plaisir est la première motivation d'une pratique sportive. Même si d'autres motivations jouent un rôle important à l'adolescence, comme la santé, le fait de rencontrer d'autres jeunes hors du cadre scolaire, de se muscler (pour les garçons), de maigrir (pour les filles), de gagner (pour les garçons).

Le sport n'occupe pas seulement le temps de loisir des jeunes, il occupe leur vie tout court. Ils s'habillent « sport » (avec des tendances très différentes selon le type de sport pratiqué), ils parlent « sport » (même les enfants de primaire commentent les grands matchs sportifs, et certains termes sportifs sont entrés dans le langage quotidien), ils vivent au rythme des manifestations sportives.

Contrairement à certaines activités mises en cause dans l'émergence des conduites à risque (comme la télévision ou les sorties entre copains), le sport est nettement valorisé. Pas une commune, pas une région, pas une politique de la ville, pas une association ne développe désormais une politique en faveur des jeunes sans proposer une palette d'activités sportives. D'ailleurs, le sport a connu les trente dernières années un essor très important et, dès l'âge de la maternelle, en ville comme à la campagne, parents et enfants sont sollicités pour une voire plusieurs inscription(s) dans des clubs.

Image positive, effets parfois négatifs

Effets positifs et négatifs ? De nouvelles questions se posent : si le sport a longtemps fait partie des activités *a priori* (je pourrais dire « passionnément ») positives, des faits actuels (actes de violence dans et autour des stades, usage de stupéfiants par certains sportifs) obligent à une analyse plus fine des liens entre l'activité sportive, l'estime de soi, les troubles et conduites à risque. Certes, les jeunes pratiquants ont une image plus valorisée d'eux-mêmes, sont moins déprimés que les non-pratiquants et moins enclins à faire une tentative de suicide. Mais ils sont aussi consommateurs d'alcool, de cannabis ou d'autres drogues que ceux qui ne pratiquent pas, et ont même plus de comportements violents (et pas uniquement des bagarres). Surtout quand ils ont une pratique en compétition à un niveau national. Ce qui devrait réinterroger les pratiques de prévention, tout comme les pratiques sportives et leur contexte.

Enfin, la pratique sportive, c'est aussi des moments de rencontres et d'échanges. Outre l'apprentissage d'une discipline sportive, la pratique sportive devrait aussi répondre à une autre demande formulée par les adolescents : rencontrer des adultes « exemplaires » (ce qui ne veut pas dire parfaits, mais responsables et dignes d'être référents) et échanger autour des valeurs de vie et des questions qui les préoccupent ; rencontrer d'autres jeunes du même âge dans un projet commun et échanger avec eux autour des expériences vécues, des attentes et solutions possibles. La vie et la solidarité de groupe sont des valeurs aussi importantes que l'estime de soi, trop longtemps mise en avant comme valeur principale.

Marie Choquet
Directeur de Recherche,
Inserm, Unité 472,
Villejuif.

Filles et garçons face au sport : que faire des différences ?

Les activités physiques et sportives se sont construites au masculin. L'école a un rôle à jouer pour rendre l'accès à ces pratiques moins typé selon le sexe. L'activité future des adolescentes, en particulier dans les milieux défavorisés, dépendra du sens que ces pratiques prendront en milieu scolaire.

Si les deux tiers des filles de moins de 13 ans font du sport (les trois quarts chez les garçons), c'est le cas seulement d'une adolescente sur deux, moins encore après 15 ans, alors que les garçons pratiquent encore, pour deux tiers d'entre eux, à 18 ans et plus[1]. Observé dans le sport scolaire – où l'engagement est important au niveau des 6e et 5e – ce décrochage des adolescentes à partir de la 4e est encore plus fort pour les jeunes filles en lycée professionnel, conséquence d'un cumul hélas habituel entre les effets d'âge, de milieu et de réussite scolaire.

S'ils partagent comme activités les plus pratiquées le vélo et la natation, filles et garçons divergent ensuite : les filles vers les diverses formes de danses (plus petites, elles pratiquaient de la gymnastique), les garçons vers le football.

À l'adolescence, des motivations différentes

Les causes de ces différences sont encore souvent recherchées dans les déterminants biologiques. Or, si ceux-ci peuvent expliquer des différences dans la haute performance, ils sont inopérants pour comprendre, par exemple en éducation physique et sportive (pratique réelle de tous et toutes), ce que filles et garçons recherchent et aiment dans une activité. Ainsi, au volley, la plupart des adolescentes sont indifférentes au sort final de la balle, alors que sur ce même terrain de volley, beaucoup de garçons du même âge jouent leur fierté à chaque point. Ce n'est pas du côté des moyens d'agir (neuronaux ou hormonaux) que l'on trouvera l'origine de tels écarts, mais bien du côté des raisons d'agir, des mobiles, des motivations et, *in fine,* du sens que prend pour les sujets cette forme de l'engagement physique, et des représentations de soi-même et des autres qui lui sont associées.

Tout le problème est que le défi, l'épreuve, l'affrontement physique sont à l'origine de la construction historique de nombreux sports. Ce n'est pas sur ces types d'engagement que les femmes ont construit leur histoire et leurs désirs. Ont-elles aujourd'hui un intérêt à s'y engager ? Dire que ces activités se sont construites dans l'« histoire des hommes » indique que leur nécessaire ouverture aux filles exige un travail pédagogique et didactique.

Sortir de la référence culturelle masculine dominante

Pour que filles et femmes se retrouvent dans une activité physique qui corresponde aux désirs d'un plus grand nombre d'entre elles, il faut donc veiller aux deux préalables[2] suivants :
- déconstruire ce modèle culturel – ce qui ne veut pas dire l'invalider –, autrement dit en faire émerger les prémices, en identifier les ressorts ; faute de quoi, chez les adolescents, les filles qui jouent « pour jouer » et les garçons qui jouent « pour gagner » se croiseront sans se comprendre ;
- valoriser les filiations culturelles plus familières aux femmes, en particulier la danse, ou plutôt les danses : les adolescents garçons ont eux aussi un monde à gagner (et à partager) dans ce domaine ! Dans une visée de culture « commune » de mixité, l'éducation physique et sportive doit prendre comme

référence culturelle l'ensemble du champ des activités physiques sportives et artistiques.

Si la pratique adulte est, en effet, affaire de liberté pour chacun(e), l'école a la mission spécifique de veiller à ce que ces choix ne soient pas la simple reproduction sociale des inégalités de fortune ou de sexe. Y parvient-elle ? C'est évidemment une autre question, et l'on bute alors sur deux difficultés : initier à la diversité des sports et des danses, tout en parvenant à laisser d'assez bons souvenirs de pratique à tous les élèves (donc toutes…) pour qu'elles et ils aient envie de pratiquer après le temps de l'école. Cet enjeu est particulièrement fort auprès des filles des milieux populaires. L'autre difficulté concerne le fait de pratiquer ensemble filles et garçons, mais c'est aussi une autre question…

Annick Davisse
Pédagogue, ancienne formatrice à l'Institut universitaire de formation des maîtres (IUFM), Créteil.

1. Ces estimations regroupent les données convergentes de l'Inserm, du ministère des Sports et du laboratoire de sociologie de l'Université Paris Sud (Orsay, enquête dirigée par Catherine Louveau), et du ministère de l'Éducation nationale.
2. Cf Davisse A., Louveau C. Sports, école, société : la différence des sexes. *Préface de Geneviève Fraisse. Paris : L'Harmattan, 1998. L'échec des garçons dans les activités langagières, lourd de conséquences dans leur scolarité, appelait une réflexion du même type sur les références culturelles.*

• COMMUNIQUÉ •

Education Santé

sommaire

n° 179 - mai 2003

Initiatives

Bruxelles, ville-région en santé !
par Sylvie Bourguignon

Santé, culture et participation des habitants
par Bénédicte Meiers

Le Tableau de bord de la santé des Bruxellois
par Michel Kesteman

Puis-je vous présenter Bruxelles-santé
par Alain Cherbonnier

Méningite Belgique : bilan de campagne
par Christian De Bock

Méningite en Afrique : on attend le vaccin
par Marie-Agnès Leplaideur

Le premier Prix CLPS Liège en médecine générale

Stratégie

Un plan d'action contre le cancer et les maladies cardio-vasculaires
par Nicole Maréchal

Lu pour vous

L'enquête de santé : grandes tendances
par Sylvie Bourguignon

Brèves

Éducation Santé est un mensuel, réalisé avec l'aide de la Communauté française de Belgique – Département de la santé.
Pour recevoir un exemplaire de ce numéro: education.sante@mc.be.
L'abonnement est gratuit en Belgique; pour les abonnements à l'étranger, une contribution de 20 € est demandée (l'abonnement prenant cours dès réception du paiement).
Nos références bancaires: Banque Bacob, rue de Trèves 25, B-1040 Bruxelles, Belgique. Compte 799-5524509-70 d'Infor Santé, chaussée de Haecht 579, 1031 Bruxelles. Swift BACBBEBB. Code IBAN 75 7995 5245 0970.
Pour s'abonner en ligne ou pour consulter les articles parus dans la revue: http://www.educationsante.be

Activités physiques et éducation pour la santé : un pont à consolider

Finie la gymnastique des années cinquante ; l'éducation physique en milieu scolaire utilise les activités physiques sportives et/ou artistiques (Apsa) pour permettre aux jeunes d'expérimenter une large palette de relations à leur corps, à eux-mêmes et aux autres. Tour d'horizon des potentiels et des difficultés de cette discipline dans ses contributions à l'éducation pour la santé.

L'éducation physique scolaire a toujours poursuivi des finalités de santé. Elles ont cependant évolué au cours du siècle : d'abord essentiellement centrées sur le bon maintien du corps et son développement, ces finalités se sont ouvertes aux dimensions psychologiques et sociales dans une perspective d'épanouissement mais également de responsabilisation de l'élève.

Petit retour en arrière : fin du XIX[e]-début du XX[e] siècle, il s'agissait d'entretenir et de développer la santé de l'élève en le soumettant à l'exercice physique par la pratique de différentes gymnastiques[1]. Il était donc de la responsabilité du système scolaire de mettre l'élève en mouvement, de le redresser, de développer ses fonctions cardio-respiratoires, sa condition physique en général, dans une perspective hygiéniste. Puis, dans les années soixante, un tournant intervient dans la mesure où c'est par la pratique sportive de l'athlétisme, de la gymnastique, de la natation et des sports collectifs que doivent être atteintes les finalités de santé. L'éducation physique devient sportive dans les instructions officielles de 1967 et le développement de la culture sportive constitue sa deuxième finalité, à une époque où l'amélioration des résultats sportifs français constitue un réel enjeu politique. Depuis cette période, l'activité physique en milieu scolaire a été davantage orientée vers les pratiques de loisirs visant le plaisir et le bien-être.

Enfin, au cours de la dernière décennie, une nouvelle finalité a émergé dans les instructions officielles : *« apprendre à gérer sa vie physique aux différents âges de la vie »*. L'élève est engagé à développer sa connaissance des activités physiques et sportives (APS), mais aussi à apprendre à pratiquer ces activités dans une perspective de préservation de soi et de santé. Il doit ainsi prendre conscience du fait qu'un travail en force, s'il permet la performance ponctuelle (gagner contre son adversaire), nuit à l'intégrité physique et psychologique… Le corps ne se confond pas avec une machine dont on peut changer des pièces. Sa préservation lui permet de traverser le temps et les pratiques de loisir dans de bonnes conditions. La qualité de l'environnement social joue par ailleurs un rôle important : une pratique qui se déroule dans un environnement social conflictuel et agressif ne saurait être bénéfique pour la santé.

Les finalités actuelles de l'éducation physique et sportive[2] exposées ci-dessus sont donc liées à des dimensions différentes de la santé (biologique, psychologique, cognitive et sociale) ; elles puisent leur origine dans une stratification progressive qui s'est étalée sur près de quarante années.

Ne pas réduire l'éducation physique à une action sur le corps biologique

Composante d'une éducation globale, l'éducation à la santé se développe aujourd'hui dans le cadre des enseignements et de la vie scolaire. Or, l'éducation physique et sportive apparaît comme une discipline de prédilection, avec les sciences de la vie et de la terre, pour contribuer à l'éducation à la santé des élèves. Les circulaires de novembre 1998, qui fixent les *« orientations pour l'éducation à la santé à l'école et au collège »,* lui donnent en effet une place explicite. Ainsi, ces textes officiels soulignent le rôle que l'éducation physique et sportive peut jouer dans le développement de compétences *« relatives à la connaissance et à la maîtrise du corps »*.

Toutefois, si l'on entrevoit, à la lecture de ces documents, une possible contribution au développement des compétences personnelles et relationnelles, celles-ci n'apparaissent pas explicitement. Les objectifs proposés dans cette circulaire sont ainsi formulés : *« s'engager dans une activité physique ou sportive en tenant compte des risques encourus, de la nécessité d'assurer sa santé, sa sécurité et celle des autres »*. Ils s'inscrivent donc majoritairement dans une approche sécuritaire et incomplète des pratiques physiques et sportives dans leurs relations avec la santé. Les grands absents de cette approche sont les dimensions émotionnelles, relationnelles et symboliques des pratiques qui forgent pourtant le support majeur de la pratique des jeunes. L'éducation physique et sportive offre, dans le cadre scolaire, l'opportunité d'expériences qui engagent l'élève, lui permettent de s'essayer

et de se construire dans la relation aux autres, mais cette dernière dimension reste insuffisamment exploitée dans la perspective d'éducation pour la santé.

Éducation à la santé : difficile de se frayer un chemin

Si donc les textes de l'éducation physique et sportive intégraient déjà la perspective d'éducation à la santé avant la circulaire de 1998, les enseignants éprouvent des difficultés dans la mise en œuvre de cette finalité.

À cet égard, les études de Geneviève Cogérino (1) ont fait apparaître certaines résistances d'une partie des professeurs à créer de nouveaux contenus d'enseignement répondant à cet objectif. Quant aux enseignants convaincus de l'intérêt de l'éducation pour la santé dans leur discipline, ils se heurtent à la difficulté de la traduire concrètement dans leurs cours. Cette difficulté est renforcée par l'idée dominante selon laquelle le sport est forcément bon pour la santé.

Les propositions continuent de s'articuler de façon privilégiée autour de la pratique de la course d'endurance, du renforcement musculaire, des étirements, et intègrent un travail spécifique sur la méthodologie de l'échauffement ou sur la gestion de la sécurité. Ces choix sont essentiellement centrés sur la préservation et le développement des ressources biologiques et motrices selon une approche traditionnelle privilégiant l'exercice, l'entraînement, la performance.

Toutefois, les pratiques de la relaxation ou d'autres approches non sportives, moins traditionnelles, commencent à trouver leur place dans une quête de mieux-être. Il est intéressant de noter que, lorsqu'elles sont intégrées dans les programmes de lycée (2001), l'objectif annoncé reste de facture très classique, privilégiant efficacité et utilité scolaire : « *assurer la transition physiologique, affective et mentale avec la séance suivante en appréciant précisément les effets kinesthésiques, sensoriels et affectifs de son engagement* ». La valorisation de la dimension biologique de la santé et de son approche rationnelle n'est pas sans liens avec la longue influence médicale qu'a connue l'éducation physique dans la première partie de son histoire, ni avec le poids des études épidémiologiques qui tendent à réduire les activités physiques et sportives à de l'exercice physique permettant de lutter contre les effets de la sédentarité.

La perspective très rationnelle de « gestion de la vie physique » s'organise donc majoritairement autour du développement de la condition physique, de la préservation de soi (prévention du mal de dos, diminution des risques d'accidents) et de la régulation du stress. Mais cette manière de voir est plutôt celle que l'adulte porte sur sa propre activité physique, l'élève n'étant pas centré sur les mêmes préoccupations.

Les études que j'ai pu mener sur les représentations des activités physiques et sportives en relation avec la santé (2, 3) ont effectivement conclu que l'âge avait un effet sur l'évolution de ces représentations. D'un côté, les jeunes adultes (18-24 ans) pratiquent des activités physiques dans une recherche de plaisir immédiat ; c'est à la relation aux autres qu'ils accordent la plus grande importance. De l'autre, les plus âgés (plus de 60 ans) pratiquent des activités physiques dans une perspective de santé ; ils donnent ainsi priorité à la préservation d'eux-mêmes.

Quant aux adolescents, ils perçoivent les problèmes de santé comme résultant d'atteintes extérieures imprévisibles et accidentelles. De ce fait, ils sont peu sensibles aux discours de prévention, y compris dans le cadre de leurs pratiques sportives. Ce qui évolue ensuite notablement avec l'âge.

Puberté : le rapport au corps bouleversé

Comment faire se rencontrer des perceptions du bien-être aussi éloignées que celles des adultes et celles des adolescents ? Ni la « vie physique » – ni d'ailleurs la vie psychique – des adolescents ne se confondent avec celle de leur enseignant d'éducation physique et sportive, ni d'ailleurs avec celle de leur médecin. L'éducation pour la santé suppose de partir de ce qui « fait sens » pour celui avec lequel on s'engage dans une relation éducative. Avant de se préoc-

cuper de la « gestion de leur vie physique » future en plaquant sur les adolescents les préoccupations des adultes (stress, maux de dos, etc.), il faut être capable de s'intéresser à leur « vie physique » actuelle. Avec la puberté, l'irruption chez l'adolescent d'un potentiel de sexualité adulte modifie profondément l'image du corps, ce dernier devient avant tout le support du rapport voire de la relation avec l'autre.

Cette modification n'est pas sans répercussions sur l'investissement dans les pratiques physiques et sportives et va affecter les attitudes et le vécu en cours d'éducation physique et sportive. La « gestion de la vie physique » à cet âge ne consiste alors pas tant à s'échauffer, s'étirer, renforcer sa musculature, se détendre, courir, etc. qu'à maintenir un état de bien-être mental. Comment ? En adoptant un comportement approprié et positif dans les relations qu'on entretient avec les autres, avec son environnement et sa culture.

Se construire dans la relation aux autres

En conclusion, d'un côté, l'éducation pour la santé ne profite pas des potentialités qu'offre l'éducation physique et sportive. De l'autre, l'éducation physique et sportive tend à rester marquée par une vision très biomédicale de la santé et gagnerait à s'ouvrir aux formations en éducation pour la santé. Le pont établi entre les deux matières doit être consolidé pour provoquer un enrichissement mutuel.

Pour nous, l'éducation physique et sportive est avant tout le lieu d'une forte expérience sociale, mettant en jeu non seulement le corps, mais aussi l'élève dans sa globalité, selon une large palette de relations à soi et aux autres. *« Le but n'est pas seulement d'écarter le mal, il est aussi d'approfondir une façon d'éprouver le corps, d'en accroître et d'en réaliser les potentialités »* (4). Mais les relations aux autres dans le cadre de la classe sont également structurantes, elles permettent à l'élève de construire du sens et de prendre conscience de ses possibilités d'action dans toute situation. Les ressorts de cette expérience peuvent être utilisés dans d'autres matières d'enseignement (voir plus loin l'article de C. Perrin *Quand lutte et littérature sont associées à la prévention du sida*).

Jacques Ulmann écrivait en 1967 : *« La santé ne consiste pas à vivre une vie rabougrie et chétive mettant tous ses soins à se protéger des cataclysmes… L'homme en bonne santé est celui qui affronte des problèmes ou des difficultés qu'il n'a pas encore rencontrés, trouve en lui de quoi les surmonter »* (5). Cette position critique reste d'actualité dans notre réflexion mais, dépassant le vécu du risque et de la difficulté, elle s'enrichit du plaisir de la pratique physique ludique, de l'expérience du bien-être et de l'harmonie. Permettre à l'élève de s'éprouver pour se construire, maintenir la quête de sens dans le cadre des situations proposées et offrir des temps de parole favorisant l'appropriation de l'expérience : tels sont les enjeux pédagogiques de l'EPS, acronyme qui signifie « éducation pour la santé » mais également « éducation physique et sportive ». Ces deux problématiques se rejoignent pleinement.

Claire Perrin
Maître de Conférences,
Centre de Recherche sur les activités physiques et sportives,
Université de Caen – Basse-Normandie.

1. Historiquement, le domaine de l'éducation physique et du sport a d'abord été un enjeu médical. Le corps humain intéresse alors davantage les médecins que les éducateurs, et le modèle médical est prescripteur pour certaines conceptions de la gymnastique jusqu'au milieu du XX^e siècle (Terret T. Approches historiques. In : Manidi-Faes MJ., Dafflon-Arvanitou I. (Coord.). Activité physique et santé. *Paris : Masson, 2000 : 371-7.*

2. « L'éducation physique et sportive vise :
- le développement des capacités nécessaires aux conduites motrices ;
- l'acquisition, par la pratique, des compétences et connaissances relatives aux activités physiques sportives et/ou artistiques ;
- l'accès aux connaissances relatives à l'organisation et à l'entretien de la vie physique ».
Programme d'éducation physique et sportive, 1996, Bulletin Officiel n°29.

Références bibliographiques

(1) Cogerino G. *Apprendre à gérer sa vie physique*. Paris : Puf, 1999.
(2) Perrin C. *La santé en éducation physique et sportive : de l'évidence à l'éducation*. Spirale, revue de recherche en éducation, n° 25, 2000 : 83-8.
(3) Perrin C. *Approches psychosociologiques*. In Manidi-Faes MJ., Dafflon-Arvanitou I. (Coord.). *Activité physique et santé*. Paris : Masson, 2000 : 46-61.
(4) Vigarello G. *L'éducation pour la santé : une nouvelle attente scolaire*. Esprit, 2, 1997 : 72-82.
(5) Ulmann J. *Sur quelques problèmes concernant l'éducation physique*. Revue Éducation physique et sportive, 1967, n°81 : 7-11.

Pour parler aux adolescents, la santé doit s'inviter dans les programmes scolaires

Les programmes scolaires ne sont pas suffisamment adaptés à l'éducation pour la santé. Il faut former les enseignants et inventer de nouveaux contenus pour pouvoir former l'esprit critique des adolescents. Des expériences menées dans différentes académies montrent qu'un tel travail, lorsqu'il est mené en commun par plusieurs enseignants, fait progresser les adolescents dans la prise de conscience de leur propre santé.

Comment promouvoir la santé dans le cadre scolaire, au travers des différentes matières d'enseignement ? Des travaux anglophones ainsi que ceux menés en France à l'Institut national de recherche pédagogique (INRP) ont fait émerger des contenus d'enseignement susceptibles de contribuer à l'éducation « scolaire » à la santé. Ceci à partir de la pratique des activités physiques pendant les cours d'éducation physique et sportive (EPS). À condition toutefois de tenir compte du profil des élèves et du contexte social. À condition aussi que l'éducation pour la santé ne soit pas cantonnée aux seuls cours d'éducation physique et sportive, mais traitée dans plusieurs autres disciplines comme le français ou les sciences de la vie et de la terre (SVT).

Quelques grands principes doivent être respectés :
- que l'activité prenne du sens aux yeux des élèves, dans une optique de promotion de la santé. Exemple : la pratique d'une activité physique comme la course de fond permet au jeune de mesurer l'évolution de son propre corps (en prenant son pouls, en connaissant sa capacité aérobie, en relevant des indices d'aisance ou de fatigue), informations qui peuvent être ensuite analysées pendant les cours de SVT ;
- donner une place aux activités physiques « artistiques » (danse, mime, jeu dramatique), souvent délaissées. Or elles sont particulièrement indiquées pour explorer, par soi-même, des situations correspondant à la vie sociale ; les jeux de rôle sont ainsi très utiles dans les actions de prévention ;
- adapter l'activité physique et sportive scolaire aux goûts et compétences des élèves. C'est alors un terreau favorable pour aborder la prévention, par exemple de l'obésité et des pathologies qui y sont associées (hypertension et maladies cardio-vasculaires, diabète gras et complications, problèmes articulaires).

Briser les stéréotypes

À l'adolescence, les élèves hésitent entre deux « comportements » : prendre soin de leur santé ou la mettre en jeu. Dans une démarche d'éducation pour la santé, si l'on prend l'exemple des cours d'éducation physique, la promotion de modèles de filles physiquement actives et de garçons sachant gérer raisonnablement les risques permet de rompre avec les stéréotypes dominants de féminité (passive) et de virilité (casse-cou). Ce sont les sensations vécues par les élèves pendant l'activité physique (perceptions corporelles, plaisirs d'agir, signes d'effort et de souffrance, émotions, relations affectives) qui servent de matériaux pour la promotion de la santé, au travers d'autres disciplines comme le français et les SVT. Ainsi, ces sensations éprouvées par les jeunes, décryptées en français ou en SVT, permettent de dialoguer sur les relations gestuelles ou sexuelles, de discuter des identités et de voir comment ces identités se sont construites culturellement.

Mettre des mots sur le corps

À titre d'exemple, au collège, le thème « perceptions corporelles » est étudié dans le cadre de travaux conjoints en EPS et SVT (voir article suivant). Il peut aussi être travaillé en français, en examinant comment les grands auteurs ont traduit ces perceptions corporelles.

Plus généralement, en français, on peut mettre des mots sur le corps et sur ce que l'on éprouve en activité physique. C'est une base fondamentale pour l'éducation à la santé, en particulier pour les garçons qui connaissent un développement du langage moins précoce que les filles. Or, ce retard est un handicap sur le plan de l'équilibre personnel, de la santé psychique, il favorise le passage à l'acte, voire aux violences, des garçons en difficulté, alors que les filles traduiraient plutôt leur mal-être par des somatisations (troubles du sommeil, spasmophilie).

Mettre des mots sur une activité physique, cela aide donc tout particulièrement les garçons à établir une première distance par rapport à ce qu'ils éprouvent, à en former une représentation.

Cela crée les conditions d'un travail sur son identité personnelle, particulièrement à l'adolescence : cette période est bouleversée par les réélaborations identitaires, ce qui peut se traduire par des interrogations sur soi, des conduites d'essais et donc des prises de risques. Les différentes matières scolaires permettent aux élèves de représenter ce qu'ils éprouvent, au moyen du langage, de l'expression mais aussi des portraits en art plastique. Tout cela permet d'engager un travail sur sa propre identité.

Forger l'esprit critique des adolescents

Concrètement, quels contenus proposer dans les enseignements scolaires ? Nous préconisons d'étudier des textes littéraires sous l'angle des interrogations identitaires des adolescents. L'interrogation identitaire, c'est le ressort qu'utilise la publicité télévisée lorsqu'elle présente habilement aux adolescents des modèles au travers des fictions et autres « *reality shows* » : les ados y trouvent leur compte, s'y identifient, s'y projettent. Mais alors que la publicité réduit la distance critique, le rôle de l'institution scolaire est de travailler ces contenus pour parvenir au résultat opposé ! Permettre aux adolescents de prendre une distance critique par rapport aux modèles qui s'offrent à eux, dans une démarche de « réélaboration » identitaire.

Plus généralement, nous en sommes au balbutiement pour inclure une composante « éducation à la santé » dans les enseignements scolaires. Comme l'école ne peut pas tout, nous devons concentrer nos contenus d'enseignements sur une dimension essentielle : la construction identitaire à l'adolescence, construction du masculin/féminin. Car c'est en fonction de l'idée que les adolescent(e)s se font d'eux-mêmes en tant que garçons/filles qu'ils adoptent un comportement de santé ou vont vers la prise de risques. La consommation de tabac et d'alcool est ainsi très dépendante des modèles de masculinité et féminité de chaque personne (voir l'évolution des consommations de ces produits chez les filles).

En conclusion, nous ne devons pas nous précipiter sur des actions ponctuelles en milieu scolaire, mises en place de façon anarchique. Le saupoudrage ne générera pas des résultats efficaces sur l'ensemble d'une classe d'âge ; dans le meilleur des cas, il profitera aux élèves culturellement préparés à recevoir ce type d'information. L'école ne jouerait alors pas du tout son rôle de réduction des inégalités sociales. Nous devons nous atteler à un travail de fond autrement plus ambitieux : former les enseignants pour qu'ils puissent reconsidérer les contenus qu'ils enseignent et leur finalité, et ce dans une optique d'éducation pour la santé. Ceci suppose aussi de remettre à jour les programmes scolaires, qui ne tiennent pas suffisamment compte des avancées dans les sciences humaines, des connaissances sur la santé et sur les comportements, avancées réalisées au siècle précédent.

Daniel Motta
Chargé de recherches, Institut national de recherche pédagogique (INRP) Paris.

Bibliographie

• Mérand R., Dhellemmes R. *Education à la Santé*. Paris : INRP, 1988.
• Motta D. Didactiques des disciplines scolaires et éducation à la santé - perspectives pour l'éducation physique. In : Manidi M.-F., Dafflon-Arvanitou I. *Activité physique et santé*, Paris : Masson, 2000 :178-87.
• Motta D. *Éducation à la santé et disciplines scolaires - Réflexions sur les expériences anglo-saxonnes*. Recherche et Formation (INRP) 1998 ; n° 28 :79-99.
• Perrin C., Beauquel L., Lopparelli J., Salzig M-C. *Connaissance de soi, relation à l'autre*. Module interdisciplinaire élaboré au collège J. Callot de Vandoeuvre-lès-Nancy, dans le cadre d'une recherche INRP, consultable et téléchargeable (40 pages) sur le site de l'académie de Nancy-Metz (http://www.ac-nancy-metz.fr)

Quand lutte et littérature sont associées à la prévention du sida

À Nancy, une équipe d'enseignants a sensibilisé les collégiens sur les conduites à risque face au sida. Une expérience-pilote interdisciplinaire, puisque les jeunes ont abordé la prévention via quatre matières : éducation physique (lutte, spéléologie, danse, escalade), français, arts plastiques et sciences de la vie.

Le projet[1] intitulé « Connaissance de soi, relation à l'autre » a été proposé à partir de 1993 à des classes de 3e du collège Jacques Callot de Vandœuvre-lès-Nancy. Cette expérience avait pour objectif de sensibiliser les jeunes sur l'attention qu'ils portent à eux-mêmes… et aux autres, dans un contexte de conduites à risque.

En éducation physique et sportive, le projet proposait aux jeunes de mettre en jeu leur corps, selon une large palette de relations à soi et aux autres. Les activités servant de support à cette exploration ont été successivement la lutte, la spéléologie, la danse contemporaine et l'escalade.

Quatre modules interdisciplinaires ont ainsi été mis en œuvre, intégrant très progressivement les notions de risque et de préservation :
- le premier (35 h) propose une exploration de soi dans la relation à l'autre ;
- le deuxième (39 h) introduit la notion de risque dans cette relation ;
- le troisième (32 h) colore la relation du sentiment amoureux et prend en compte le risque du sida au nom d'une préservation mutuelle ;
- enfin, le quatrième module (11 h) a fait circuler cette action de prévention dans l'établissement : toutes les classes de 3e ont été informées par les élèves qui avaient eux-mêmes été sensibilisés (technique d'éducation par les pairs).

Franchir ou pas la limite

En éducation physique et sportive, l'expérience de la relation physique dans le sport qu'est la lutte a donc donné lieu à une prise de conscience des différentes réponses possibles à une intervention d'un autre sur moi : « laisser faire », « faire contre » et « faire avec ». En cours de français, les jeunes ont travaillé sur la communication orale et écrite ; via des textes littéraires, ils ont exploré une diversité de situations, tenté d'en décrypter le sens. Ils ont étudié des textes pour analyser les enjeux qui se dégagent de la relation forte entre deux personnages de roman[2].

En sciences de la vie et de la terre, les jeunes ont exploré la logique et l'explication rationnelle, afin de mettre à distance les émotions. En arts plastiques, ils ont travaillé sur la symbolisation de l'opposition « faire contre » et du « laisser faire », à travers des photographies qu'ils avaient eux-mêmes prises de leur chorégraphie (voir plus loin). En biologie, ils ont tout particulièrement étudié les comportements, en distinguant les influences de l'inné et de l'acquis, et les attitudes de réflexes face à une situation.
Pièce maîtresse de cette expérience, c'est à travers la danse – en travaillant en duo mixte garçons/filles – que les jeunes ont éprouvé la notion de risque dans la relation ; ils ont improvisé sur le thème *« franchir ou ne pas franchir la limite »*. Le spectacle a été chorégraphié puis joué « en public », devant élèves et enseignants. Confrontés à la situation émotionnellement forte de la prestation finale regardée, les élèves ont alors modifié leur composition et se sont surpris eux-mêmes : la relation à l'autre a laissé surgir de l'imprévisible comme *« se retrouver de l'autre côté de la limite sans l'avoir prévu »*.

La rédaction d'un résumé par chacun des deux danseurs a fait émerger la notion de points de vue divergents, essentielle en éducation pour la santé et partie intégrante du programme de français[3]. À noter que l'écriture des chorégraphies par les élèves a débouché sur la rédaction d'une histoire d'amour, bien que cela n'ait aucunement été la demande de l'enseignante de français. Cette bascule a fait entrer la classe de plain-pied dans le cadre de l'éducation affective et sexuelle avec les professionnels du service de promotion de la santé, mais également avec l'enseignante de sciences de la vie et de la terre.

L'histoire de l'amour a été étudiée en littérature. L'éducation physique et sportive a permis de faire le lien sur la prise en compte de l'autre, par un travail sur la préservation mutuelle en escalade, en particulier sur le sens que prend la vérification que l'on est bien assuré à l'autre lorsqu'on est en « cordée », une vérification souvent vécue comme un manque de confiance en l'autre. Or, la mise en doute commence vis-à-vis de soi, d'où l'intérêt de vérifier plutôt deux fois qu'une une attitude de précaution. De même, l'intérêt de se parler pendant que l'on s'assure l'un à l'autre a pu émerger… D'abord orientée vers la prévention du sida durant les trois premières années de recherche INRP/ANRS, cette expérience s'est poursuivie dans le collège les années suivantes, en s'ouvrant à l'ensemble des conduites à risque.

Claire Perrin
Maître de conférences à l'Université de Caen,
Centre de recherche sur les activités physiques et sportive.

Bibliographie

• Perrin C., Motta D. Éducation à la santé : analyse d'un cas de mise en œuvre de contenus interdisciplinaires visant la prévention du sida. Amade-Escot C. et col. (Ed.) Recherche en EPS : bilan et perspectives, Ed. Revue EPS, 1998 : 371-7.
• Perrin C., Beauquel L., Lopparelli J., Salzig M.-C. Connaissance de soi, relation à l'autre. Module interdisciplinaire élaboré au collège J. Callot de Vandoeuvre-lès-Nancy, dans le cadre d'une recherche INRP, consultable et téléchargeable (40 pages) sur le site de l'académie de Nancy-Metz (http://www.ac-nancy-metz.fr

1. Action mise en œuvre dans le cadre d'un projet INRP, avec le soutien de l'ANRS (1993-1995). Pilotée par Daniel Motta au niveau national, la coordination de l'élaboration des contenus interdisciplinaires a été assurée par Claire Perrin au niveau local.
2. Renoncer/laisser faire, les enjeux sociaux, au travers du « Colonel Chabert » de Balzac, s'affirmer/s'opposer, l'affirmation de la personnalité au travers de « Vipère au poing » de Bazin, s'opposer dans l'urgence et la tension dramatique avec « Le salaire de la peur » d'Arnaud, laisser faire, la mise à distance du pathétique avec « L'Enfant » de Vallès.
3. Les élèves ont souvent des difficultés à intégrer cette notion de narration. Dans le cadre du projet, l'ensemble des élèves de la classe l'a acquise, à la grande satisfaction de l'enseignante de français.

Prévention : dans le Nord, une classe fait front au tabac

L'expérience se déroule au collège Anatole France de Ronchin dans le Nord, elle concerne les contenus d'enseignement élaborés dans le cadre d'une action de recherche de l'Institut national de recherche pédagogique (INRP), pilotée par Daniel Motta.

La classe concernée est une 5e de collège comportant dix-huit élèves de cultures différentes, âgés de 12 à 16 ans, de niveau très hétérogène, dont une bonne partie en grande difficulté. Il n'y a dans cette classe pas de problèmes de discipline grave. L'objectif de l'expérience est de dégager des contenus pour faire de la prévention en s'appuyant sur plusieurs matières.

Au-delà des thèmes choisis dans l'académie – le bien-être, l'épanouissement de la personne –, l'équipe en a retenu trois : « être bien dans son corps », « comprendre son fonctionnement » et enfin, « adopter une attitude responsable vis-à-vis de soi ».

L'équipe pédagogique a décidé de travailler sur les thèmes suivants : la respiration, la nutrition, les sensations, l'ensemble étant relié au thème intégrateur « la consommation du tabac ». Elle a choisi quatre « moments » d'expérience pour la classe :
- se présenter : s'exprimer à l'oral et corporellement ;
- se documenter ;
- débattre : l'argumentation sera un thème fort du français ;
- expérimenter/ressentir : l'élève devient alors acteur.

L'équipe a valorisé le travail dans certaines matières, mais surtout de manière pluridisciplinaire. Fer de lance de cette action, la présentation de saynètes jouées par les élèves autour du thème du tabac. Les arguments ont été travaillés en sciences de la vie et de la terre et en cours de français. Les dialogues ont été construits en cours de français. En cours d'éducation physique, les élèves ont travaillé sur l'interprétation des personnages, et plus précisément sur la respiration au travers des courses de longue durée. Ces saynètes ont été filmées. En français, l'argumentation a été travaillée en plusieurs étapes :
1. écriture d'un texte sur le tabac « *On vous propose une cigarette. Que faites-vous ? Pourquoi ?* » ;
2. exploitation des productions des élèves : « *Pourquoi je fume ? Pourquoi je ne fume pas ?* » ;
3. mise en situation sous la forme de courts dialogues ;
4. passage à l'écriture avec révision de vocabulaire, de ponctuation, d'argumentation ;
5. présentation collective par lecture des dialogues réalisés.

En Sciences de la vie et de la terre, les élèves ont travaillé sur la respiration et les connaissances scientifiques sur le sujet, en partant de la réalité constatée en éducation physique et en français :
- le renouvellement des gaz respiratoires du sang. Observation du fonctionnement, de la cage thoracique au système cardiovasculaire ;
- recherches documentaires, questionnaire, vidéo ;
- présentation et discussion en classe sur les risques du tabac au travers des acquis réalisés.

En éducation physique, les enfants ont, à partir de la course de longue durée, été amenés à établir des liens entre santé, pratique physique régulière, hygiène de vie (tabac, nutrition). Et ce, à partir de quatre axes :
- partir d'un test, observer et constater que tous les élèves n'ont pas les mêmes possibilités d'endurance, que ceux qui pratiquent une activité physique ont une endurance plus grande ;
- travailler sur les sensations : constat subjectif sur la sensation de fatigue, de pénibilité, de facilité. Notion de bien-être/mal-être ;
- effet de l'activité physique sur l'organisme : modification du pouls, de la respiration, apparition de la sudation. Repérage de critères subjectifs et objectifs ;
- construire son allure et la réguler. Déterminer un contrat individuel pour courir longtemps.

Dans chaque matière, enseignants et élèves ont dressé un tableau récapitulant le travail effectué, ces tableaux ont ensuite été rassemblés pour mettre en évidence les liens entre les matières. C'est l'ensemble de ce travail qui a été « mutualisé » au travers des saynètes à l'occasion desquelles les élèves et les enseignants se sont retrouvés pour une séquence collective.

Thierry Tribalat
Inspecteur d'académie, Inspecteur pédagogique d'éducation physique et sportive, Rectorat de Lille.

Activité physique et santé en milieu scolaire : le débat est ouvert

Comment marier activité physique et éducation pour la santé à l'école ? Un colloque organisé à Dunkerque fin mars 2003 a relancé un débat contradictoire sur ce thème, dans le champ des Staps (Sciences et techniques des activités physiques et sportives). Le point de vue de deux participants.

Personne ne conteste le fait que la santé doit faire sens et être éprouvée dès le plus jeune âge, afin de convoquer l'émotion personnelle, le vécu propre de l'enfant. Or, si la population est de plus en plus attentive à sa santé et si les adultes, voire les seniors, profitent de l'activité physique, les pratiques physiques diminuent chez les jeunes. Ceci est amplifié par l'absence de modèles sociaux convaincants sur les bienfaits de la pratique physique tout au long d'une vie, par des pratiques intégrées dans les valeurs de sociabilité des jeunes (consommation de cannabis, alcool, etc.), par une éducation du corps trop centrée sur l'« organique ».

Alors, comment associer activité physique et santé ? L'un des ateliers du colloque de Dunkerque[1] traitait justement de l'éducation pour la santé et de l'activité physique et sportive en milieu scolaire. Le débat a mis en avant la nécessité de clarifier les concepts d'éducation et de santé dans l'optique d'une pratique éducative. Mais c'est là que les experts divergent. Schématiquement, pour prendre l'exemple de l'obésité, il y a, d'un côté, les chercheurs et professionnels de santé qui privilégient l'unique objectif *« faire perdre du poids par l'activité physique »* et, de l'autre, des professionnels de l'éducation physique qui plaident pour la prise en compte du vécu psychologique du jeune obèse et sur la nécessité de faire prendre conscience à l'élève qu'il est *« transformable »*, pour reprendre les réactions d'une des participantes à l'issue d'une conférence plénière.

En d'autres termes, deux approches se font face. La première, plutôt biomédicale, tend à réunir la majorité des travaux scientifiques présentés, la conception de la santé véhiculée continue à se référer au point de vue biomédical qui la réduit à l'absence de maladie. Ou alors la conception de la santé est présentée comme étant l'affaire des chercheurs qui prescrivent ce qu'il faut faire, bien plus que celle des publics. Cette première école met en avant le paradigme de la preuve (nomothétique), autrement dit celui qui construit la connaissance sous forme de lois. Quelques travaux présentés lors de ce colloque se sont néanmoins positionnés explicitement dans une recherche de sens, en se centrant sur les représentations des pratiquants (paradigme heuristique).

1. Colloque Afraps « Éducation pour la santé et activité physique et sportive », Dunkerque 27 et 28 mars 2003.

L'ensemble des communications du colloque est accessible sur le site : http://www.univ-littoral.fr/afraps.htm
Les actes écrits seront accessibles à partir de septembre 2003 et peuvent être commandés à Afraps : La Pergola - Rue Paul Rimbaud - Cour de la Monnaie - Bât.1 - escalier 7 – 34080 Montpellier - Tél./fax : 04 67 16 42 56.

Dans la seconde approche, plutôt sciences humaines, les chercheurs insistent sur le fait que la santé, c'est aussi et surtout la qualité globale de la vie et la recherche du bien-être, en se fondant sur la charte d'Ottawa (1986). Les travaux présentés s'inscrivent alors dans des démarches qualitatives, s'appuient davantage sur la recherche-action et sur des démarches participatives. Ces travaux, encore peu nombreux à ce jour, font apparaître des données intéressantes sur la forme perçue, le plaisir du mouvement et la compétence estimée. D'une manière générale, de nombreuses recherches étaient donc de nature prescriptive et prenaient l'allure de recommandations faites par des experts. Elles se caractérisent par la formulation de modèles, projets, programmes, dispositifs d'appels à des partenariats extérieurs à l'école, à des plaidoyers pour l'interdisciplinarité. Tout cela relève d'une conception qui, de notre point de vue, place le chercheur à l'extérieur de la réalité. Il apparaît aussi que la notion de calendrier, de phasage, est rarement prévue. Dès lors, les modèles proposés sont très lourds à mettre en place et difficiles à généraliser.

Nombre d'intervenants ont souligné le fait qu'une intervention d'éducation pour la santé doit être adaptée en fonction du milieu, par l'utilisation d'une activité physique signifiante, puis interpeller le politique, notamment sur les projets d'aménagement de territoire. Cela interpelle éventuellement de nouveaux acteurs ; cela souligne aussi la nécessité qu'une nouvelle mission soit confiée aux professeurs d'éducation physique, qui ne sont pas toujours suffisamment les interfaces ou les acteurs que l'on souhaiterait qu'ils fussent. Cette nouvelle mission leur permettrait d'assumer un nouveau rôle sur les questions d'éducation à la santé.

Ce colloque a tenté de rendre compte des différentes approches. Il appartient aux professionnels et chercheurs d'en expérimenter de nouvelles, pour proposer à l'ensemble des acteurs une politique de santé publique pluridisciplinaire et préventive.

Ghislain Carlier
Professeur en didactique de l'éducation physique et sportive, Université catholique de Louvain-la –Neuve,
Jacques Mikulovic
Maître de conférences en Sciences de l'éducation, directeur du département Staps à l'Université du Littoral Côte d'Opale.
Membres de l'Association francophone de recherches en activités physiques et sportives (Afraps), organisateurs du colloque.

adsp
actualité et dossier en santé publique
numéro 41

Revue trimestrielle
du Haut Comité de la santé publique
Éditée par La Documentation française
La Documentation Française
29-31, quai Voltaire – 75344 Paris Cedex 07
Téléphone : 01 40 15 70 00
Téléphone : 01 40 15 68 00
Site : www.ladocfrancaise.gouv.fr

Éditorial
- La sécurité routière : un volet de la politique de santé, Jean-François Mattei

HCSP DIRECT
- Loi de programmation en santé publique :contribution du HCSP,
- HCSPi fête ses deux ans

Actualité
- Prévenir les maladies cardio-vasculaires, Martine Le Quellec-Nathan

Régions
- *Santé et recours aux soins des étudiants affiliés à la Smerep, Isabelle Grémy, Catherine Embersin, Cécile Brouard, Emmanuel Daydou*

Études
- *100 ans d'une histoire des médecins inspecteurs de santé publique, Jacques Raimondeau, Pierre-Henri Bréchat*

Repères
- *brèves européennes*
- *organisme*
  Institut de recherche pour le développement
- *recherche*
  Épidémiologie, démographie et sciences sociales : santé reproductive, sexualité et infection à VIH
- *lectures*
- *en ligne*
- *lois & réglementation*
- *calendrier*

ACCIDENTS DE LA ROUTE DES HANDICAPS ET DES DÉCÈS ÉVITABLES
Dossier coordonné par Pascale Gayrard

L'importance du problème et son contexte
- *Les grandes données de l'accidentologie, Jean Chapelon*
- *Les handicaps liés aux accidents de la route, Les données de l'enquête HID, Vanessa Bellamy*
- *Estimation à partir d'un registre départemental, Blandine Gadegbeku, Mireille Chiron*
- *Le contexte culturel de l'insécurité routière en France, Jean-Pascal Assailly*

Stratégies préventives et acteursi
- *La politique de sécurité routière, Isabelle Massin*
- *Mobilisation à Saint-Fargeau-Ponthierry*
- *Le plan gouvernemental*
- *Une nuit pour la vie, une action menée par les jeunes pour les jeunes*
- *Comprendre et prévenir les accidents, Pierre Van Elslande*
- *Prévenir le risque routier encouru par les salariés, Jean Studer*
- *L'expérience de la prévention des accidents domestiques : des connaissances applicables aux accidents de la route ? Anne Tursz, Pascale Gerbouin-Rérolle*

Deux axes majeurs d'actions pour changer les comportements
- *L'amélioration de la formation des conducteurs, Jean Flory*
- *Un outil pédagogique pour les lycées*
- *Le dispositif de contrôle-sanction : limites et progrès possibles, Marie-Chantal Jayet*

Focus sur des facteurs de risques
- *La vitesse dans le système social de circulation, Marie-Berthe Biecheler-Fretel*
- *Alcool, drogues, médicaments et conduite automobile, Charles Mercier-Guyon*
- *La sécurité des véhicules, Dominique Cesari*
- *L'action sur l'infrastructure routière, Jean-Pierre Jouineau*

Tribunes
- *Ne plus mourir à vingt ans sur les routes, Claude Got*
- *Pour une généralisation des démarches locales de prévention des risques routiers, Guillaume Rosenwald*
- *La loi... des grands nombres ? Brève analyse de la délinquance routière, François Leplat*
- *Bientôt, la préhistoire ! Geneviève Jurgensen*
- *La dépendance automobile, Entretien avec Gabriel Dupuy*

Bibliographie. Adresses utiles

Médecins scolaires : accompagner les adolescents vers la reprise de l'activité physique

Les médecins scolaires peuvent aider les élèves en difficulté à renouer avec l'activité physique à l'école. À condition de se mettre à leur écoute pour pouvoir entendre leur détresse et leur proposer un parcours adapté à leurs capacités. Cette réintégration nécessite une coordination étroite avec les enseignants et la direction des établissements. Entretien avec Agnès Ducros et Michèle Tricoire, médecins scolaires.

La Santé de l'homme : Que cache une demande de dispense d'un élève ?

Michèle Tricoire : Je voudrais d'abord clarifier un problème de terminologie. Vous parlez de dispense de sport alors que le médecin « scolaire » (de l'Éducation nationale) n'a à se positionner que sur une inaptitude de sport. Ce qui n'est pas la même chose.Avant le décret du 11 octobre 1988, le médecin scolaire avait à se prononcer sur tout nouvel élève arrivant à l'école de la façon suivante : il estimait l'enfant « apte », il le dispensait ou l'enfant était « à ménager ».

Depuis 1988, l'a priori c'est que tous les enfants sont aptes à faire du sport et on ne va s'occuper que de ceux qui demandent une inaptitude. Les inaptitudes vont être définitives ou temporaires, totales ou partielles…, par exemple pour certains types de mouvement. Le médecin de l'Éducation nationale va beaucoup travailler à préciser l'inaptitude. On peut très bien avoir un élève qui a une inaptitude partielle et qui va participer au cours en étant par exemple arbitre. L'élève sera intégré à l'activité. Depuis plus de dix ans, les médecins ne doivent parler que d'inaptitude, et c'est le chef d'établissement, au vu de l'inaptitude de sport, qui peut dispenser de cours.

Agnès Ducros : Il y trois cas de figure pour une demande d'inaptitude au sport. Les sportifs : avec eux, c'est très simple. Quand ils sont blessés, ils sont souvent très contents que le médecin puisse modifier leur inaptitude totale en inaptitude partielle pour réintégrer les cours d'éducation physique et sportive, et partager avec leurs copains des cours un peu différents des cours magistraux dans une salle de classe. Il y a ceux qui n'aiment pas le sport, qui ne veulent pas en faire et qui vont être amenés à reprendre l'activité sportive scolaire.
Et puis il y a la troisième catégorie pour laquelle on constate une souffrance psychologique derrière la demande d'inaptitude, sans raison physique possible à diagnostiquer. Après un bilan plus approfondi de leur situation, ceux-là souvent pourront bénéficier d'une inaptitude. Prenons l'exemple d'un élève qui est en surcharge pondérale voire obèse, il est évident que l'activité sportive lui est fortement conseillée. Mais il souffre d'aller en sport et le forcer à y aller, c'est le mettre dans une classe où de toute façon, on lui fait ressentir en permanence qu'il n'y arrive pas parce qu'il est gros. On se moque de lui ; on en rajoute à sa souffrance psychique… Je préfère qu'on essaie d'y travailler autrement, par exemple que, dans un premier temps, l'élève puisse réintégrer une activité sportive dans un club où il sera mieux accueilli que dans une classe où il n'y a pas une bonne ambiance et où il se sent en difficulté en permanence.

SH : À vouloir améliorer sa santé physique, on pourrait fragiliser sa santé mentale…

Agnès Ducros : Oui, et ça n'a pas de sens, pas d'intérêt pour les élèves. Il y a aussi le cap très particulier de la piscine à l'adolescence. C'est une période où beaucoup de filles ne veulent pas se montrer en maillot de bain – en tout cas sûrement pas devant les garçons – et où ce n'est pas toujours facile à gérer. Faut-il les pousser ? C'est vraiment au médecin de l'Éducation nationale d'évaluer le moment où, au contraire, il ne faut pas insister.

Michèle Tricoire : Pour la piscine, il faut tenir compte du fait que l'élève sait ou non nager. A-t-il peur de l'eau ? Aime-t-il son corps ? Pourquoi est-il en difficulté pour se déshabiller, se montrer en maillot de bain ? Le médecin de l'Éducation nationale doit apprécier la difficulté de l'élève à participer au cours ; il doit identifier le problème qui se pose derrière la demande d'inaptitude au sport.

S.H. : Qu'est-ce qui est finalement le plus difficile à gérer : les relations avec les enseignants ou celles avec le médecin traitant ?

Michèle Tricoire : Pour les enseignants, c'est beaucoup de complications d'avoir un élève qui a une diffi-

culté avec son bras, un autre qui a un problème avec son genou, un autre qui ne peut pas courir longtemps pour cause d'asthme. Ils doivent donc adapter leur enseignement à chaque enfant ou aux élèves qui ont des inaptitudes partielles. Ce qu'ils n'apprécient pas toujours… Le médecin et l'infirmière dans l'établissement connaissent les enseignants et savent très bien que celui-là va pouvoir intégrer tous les élèves, même ceux qui ont des difficultés, alors que cet autre ne le pourra pas. Le travail d'équipe entre les enseignants d'éducation physique et sportive, les infirmières et les médecins est alors essentiel. Le médecin et l'infirmière, faisant partie de la communauté éducative, connaissent bien l'environnement et les contraintes scolaires, les personnels des établissements… Ils peuvent conseiller les enseignants d'éducation physique en fonction des problèmes de santé que présentent certains élèves. Les enseignants peuvent ainsi accueillir en cours des élèves qui ont un problème de santé, en sachant ce qu'ils peuvent leur demander comme activité physique. Ils peuvent adapter leur enseignement dans l'intérêt de ces élèves qui restent alors intégrés à leur classe.

L'autre problème pour le médecin de l'Éducation nationale, c'est que l'élève va souvent chercher un certificat d'inaptitude auprès de son médecin traitant. Or, le médecin de l'Éducation nationale connaissant le milieu scolaire peut avoir une approche différente de celle du généraliste. Se pose alors la question des relations entre confrères. Le médecin de l'Éducation nationale peut-il se permettre de téléphoner au médecin traitant et lui demander de revenir sur son certificat ? Ou lui proposer de le réaménager, d'essayer d'étudier avec l'élève et l'enseignant les possibilités d'une remise au sport petit à petit sur des activités qui vont plaire à l'élève ? Ceci pour l'aider à se réconcilier avec une activité sportive, mais aussi avec son corps et …avec lui-même ? Le médecin de l'Éducation nationale est en tout cas le seul interlocuteur légitime aux yeux des médecins traitants pour dialoguer sur les problèmes de santé de ces jeunes. C'est bien lui qui doit entrer en contact avec le médecin traitant et qui doit faire le lien avec les enseignants, dans le respect du secret professionnel.

Agnès Ducros : Il y a certains médecins qui perçoivent ce contact comme un système de contrôle ; nous devons leur expliquer que c'est pour aider les élèves à avoir une activité sportive dans le cadre scolaire en dépit de leur problème de santé. Notre position au sein de l'institution nous permet ensuite de travailler avec les enseignants. Il faut également gérer la famille. *« Mais pourquoi vous revoyez ce que le médecin a dit ? »* me demande-t-on régulièrement. En collaboration avec les enseignants, il y a un travail de réflexion à mener autour de l'adolescence. Quand un professeur d'éducation physique dit à des filles devant toute la classe *« Tu ne vas pas à la piscine ? Tu as encore tes règles ? C'est la 3e fois ce mois-ci ! »*, de tels propos choquent profondément les jeunes filles, même si elles montrent leur ventre avec leur piercing. Nous sommes souvent confrontés au paradoxe d'adolescentes qui, d'un côté, ont les vêtements à la mode avec des petits hauts très courts où l'on voit le nombril et, de l'autre, refusent d'aller à la piscine parce qu'elles ne veulent pas se montrer. Il faut expliquer aux adultes que l'un n'empêche pas l'autre. Ceci doit rentrer dans le cadre d'une réflexion commune sur l'adolescence aujourd'hui.
Nous avons d'excellents textes, notamment les circulaires de l'Éducation nationale, sur lesquels on peut s'appuyer pour mettre en œuvre des dynamiques positives dans les établissements.

Michèle Tricoire : Effectivement, des établissements scolaires mettent en place de très beaux projets pour remettre les élèves au sport quand ils sont démobilisés, quand il y a trop de demande d'inaptitudes. Il s'agit de projets éducatifs de promotion des activités sportives avec les professeurs d'éducation physique. C'est très intéressant et chacun trouve sa place : le médecin, l'infirmière, les profs d'EPS et puis les médecins de ces jeunes.

Propos recueillis par **Bruno Housseau**

F., 20 ans, ou comment une jeune fille dispensée d'éducation physique redevient actrice de sa santé

Dispensée d'éducation physique et sportive depuis la classe de 4e, F., 20 ans, a renoué avec l'activité physique en entrant au lycée professionnel. Le projet de l'équipe pluridisciplinaire de l'établissement a permis une écoute différenciée des difficultés de santé de la jeune femme, favorisant des possibilités de mieux-être et de transformation.

Les performances sportives attendues par l'institution scolaire dans le cadre des programmes d'éducation physique du baccalauréat sont, pour certains élèves, complètement hors d'atteinte de leurs possibilités. Dans ce cas, les mauvais résultats se répètent, les attitudes de passivité ou de rejet de l'activité sportive se développent. Le recours au certificat médical devient alors la solution la plus couramment employée, en particulier en lycée professionnel, pour faire face – avec moins de souffrances et de dévalorisation – aux échecs répétés.

Pourtant, les règles du jeu ont changé : depuis le décret de 1988 (1) la dispense d'éducation physique a disparu au profit du certificat d'inaptitude partielle. Cette nouvelle législation – peu appliquée – encourage la pratique d'efforts adaptés aux possibilités des jeunes. Les prescriptions des médecins sur les précautions à prendre, les limites individuelles à respecter, ouvrent la voie, non plus aux dispenses d'activité sportive, mais aux conduites dynamiques de la part des élèves comme des enseignants.

Cette évolution va à l'encontre de la seule référence au modèle sportif, elle favorise d'autres conceptions de l'activité physique et de l'effort, plus proches de la recherche d'un mieux être physique, psychique et social.

Un climat d'écoute propice aux changements d'attitude

Il n'est pas question d'ignorer le malaise et le désintérêt de l'activité physique scolaire, accumulés pour certains depuis plusieurs années. C'est pourquoi certains professeurs d'éducation physique choisissent de proposer à tous les élèves – quelles que soient leurs difficultés – un modèle alternatif au seul modèle sportif. Dans ce cas, chacun explore à son rythme et à sa manière ce qui convient le mieux à ses possibilités, sans se préoccuper de devoir répondre à un modèle ou à une performance extérieure préétablis.

Cette non-conformité au seul modèle sportif atténue les craintes de se sentir classé, jugé et dévalorisé, elle ouvre la porte à d'autres modes d'entrée dans l'activité, comme celui de faire l'expérience d'un corps qui sent, éprouve autant qu'il agit.

La pratique d'eutonie (de *eu* égal, juste, et de *tonos* tonus, tensions) désigne à la fois un équilibre tonique et la méthode mise en place par la danseuse rythmicienne Gerda Alexander (2) pour y parvenir. Le tonus musculaire varie en fonction de l'activité ou de la situation que nous vivons. Un travail d'eutonie sollicite donc les élèves en tenant compte de leurs capacités d'adaptation et de régulation des tensions.

Au centre de la démarche proposée aux élèves, l'eutonie permet de se familiariser avec une démarche inhabituelle d'attention aux sensations de fatigue ou de tensions. L'objectif est d'explorer par soi-même – quels que soient l'âge, l'état de santé ou l'activité – une meilleure détente, aisance dans les attitudes et les déplacements. Le développement de la conscience sensorielle devient un moyen de diminuer, d'équilibrer les crispations et les douleurs parasites qui entravent les attitudes, les déplacements et les relations avec les autres.

Dispensés : souvent ceux qui ont le plus besoin d'activité

Un exemple ? Quand F. arrive, à 20 ans, au lycée professionnel, cela fait trois ans qu'elle a un certificat médical qui autorise son absence du cours d'éducation physique. Elle fait partie du tiers de la classe qui se plaint de nombreuses douleurs au dos, à la nuque ou aux genoux et qui refuse de pratiquer l'activité physique dans le cadre du lycée. Cette dispense ne l'empêche pas d'aller à la piscine avec ses copains.

Enseignante d'éducation physique soucieuse de l'objectif de santé de ma discipline, je me trouve face à un paradoxe : l'élève qui se fait dispenser figure parmi ceux qui ont le plus besoin de l'activité physique pour préserver leur santé et exprimer leurs potentialités.

Grâce au travail conjugué de la direction de l'établissement, de l'équipe d'enseignants et du médecin scolaire, les élèves « dispensés » sont pris en compte dans le cours d'éducation physique. C'est dans ces conditions et avec indications médicales précises que F. accepte de s'engager progressivement dans l'activité physique scolaire. Nous constatons que F. semble plutôt satisfaite de venir régulièrement aux séances d'éducation physique et sportive pendant les deux ans de sa formation au lycée professionnel. Elle décide, elle-même, de son mode d'entrée et d'engagement dans l'activité physique. Elle s'applique pour faire à sa mesure ce qui lui est demandé. Elle s'arrête dès que les douleurs apparaissent et reprend quand elle se sent mieux.

Un climat de confiance et de non-jugement s'installe, ce qui facilite l'investissement progressif de F., d'abord dans l'activité d'eutonie, puis dans les activités physiques plus habituelles telles que l'endurance, la course et la gymnastique. Elle découvre de nouveaux appuis, de nouveaux placements et équilibres du corps qui allègent ses douleurs dorsales et lui permettent de retrouver progressivement plus d'élasticité et de mobilité de la colonne vertébrale. En ayant moins mal, elle prend confiance et devient de plus en plus capable d'atténuer ses tensions de manière dynamique, c'est-à-dire en agissant pour y changer quelque chose.

Oser se montrer

L'année suivante, F. décide d'accepter les contraintes imposées par l'évaluation des épreuves physiques adaptées. Nous cherchons ensemble les indices d'attitudes et de déplacements qui n'occasionnent pas un excès de tensions dans les épaules, le dos ou le bassin. L'exploration d'une diversité d'allures et de situations multiplie les ajustements, affine les perceptions et les possibilités de choix individuels. Une marche dynamique alternée avec du *trotting* (course légère peu intense) lui permet de faire l'expérience d'un tonus adapté dans une épreuve adaptée d'endurance. Sans la peur de se faire mal ou de paraître ridicule, elle accepte de présenter devant les autres une prestation gymnique.

Enfin, alors que les épreuves du baccalauréat sont terminées, elle se sent capable de se mettre en maillot de bain devant et avec ses camarades, ce qu'elle a refusé toute l'année précédente. Après avoir effectué à son rythme et à sa façon plusieurs longueurs de piscine, elle consent à entendre et à appliquer quelques conseils lui permettant d'explorer une meilleure économie et efficacité dans ses déplacements. Il apparaît clairement que ce qui faisait obstacle au changement ce n'était pas la natation, mais plutôt la perception sensible et subjective de son corps au travers du regard des autres (3).

Ce travail démontre que l'accueil des tensions dans l'activité physique devient un moyen de restauration et de prise en charge de la santé, quand le pratiquant se sent accompagné pour y découvrir aussi quelque chose sur lui. Ces apprentissages d'une connaissance sensible de soi vers un mieux-être prennent tout leur sens quand ils se prolongent en dehors du cours d'éducation physique et sportive, par exemple dans les postures au travail en classe, en entreprise et dans les activités quotidiennes.

En conclusion, il est important de souligner que ce type d'expérience – qui requiert l'engagement de l'ensemble des enseignants et de l'établissement – demeure isolé.

Anne-Marie Domergue
Professeur d'éducation physique et d'eutonie,
Lycée Claudel, Caen.

Références bibliographiques

(1) n° 88-97, 11 octobre 1988.
(2) Alexander G. *L'eutonie*. Paris :Tchou, 1976.
(3) L'expérience du corps aquatique en piscine, « Au-delà du principe d'Archimède », Paul Fernandez. In : Barbier René, Pineau Gaston. *Les eaux écoformatrices*. Paris : L'Harmattan, 2001 :350 p.

La promotion de la santé investit les centres de vacances

Dans les centres de vacances, pluri-activité ne rime pas forcément avec démarche de prévention. Seul le développement d'un projet éducatif prenant en compte l'hygiène de vie (nourriture, sommeil) et les désirs des enfants peut permettre d'atteindre un tel objectif. Réflexion et pratiques.

Les centres de loisirs sans hébergement (CLSH) et les centres de vacances (CV) accueillent les mineurs jusqu'à 17 ans, pendant leur temps de loisirs et les congés scolaires.

Tous offrent un panel diversifié d'activités, même si quelques-uns privilégient les activités sportives ou culturelles. La consultation des catalogues de centres de vacances montre en effet le développement des centres « à dominante » sportive, culturelle ou autre – la dominante peut être linguistique, mais pour les sports, elle peut être sports de montagne, voire foot… Il s'agit vraiment de séjours thématiques – corrélé avec l'âge du public accueilli.

Depuis le mois de mai 2002, les organisateurs doivent élaborer un projet éducatif et un document en précisant la mise en œuvre, avec notamment :
- la nature des activités proposées en fonction des modalités d'accueil et, lorsqu'il s'agit d'activités physiques ou sportives, les conditions dans lesquelles celles-ci sont mises en œuvre ;
- la répartition des temps respectifs d'activité et de repos ;
- les modalités de participation des mineurs ;
- le cas échéant, les mesures envisagées pour les mineurs atteints de troubles de la santé ou de handicaps.

Quelques questions posées aux organisateurs de ces centres et aux conseillers des directions départementales de la Jeunesse et des Sports permettent de dégager différents types d'objectifs relatifs à l'éducation à la santé ou à la citoyenneté, assignés aux activités physiques et sportives. À ces objectifs correspondent des pratiques et une perception de la santé différentes.

Des objectifs « occupationnels » et de découverte

Certains centres proposent aux jeunes des activités sportives pour qu'ils se dépensent dans une activité plaisante, voire tout simplement pour les distraire, éloignant ainsi les mineurs de leur environnement quotidien. Les animations peuvent être très variées, du match de foot à l'après-midi kart ou équitation.

Cependant, la plupart des pratiques, parfois présentées comme des supports d'actions de prévention, nécessitent un apprentissage de gestes et de comportements, en particulier lorsqu'il s'agit de sports « à risque ». Comme le coût de certaines activités est parfois élevé (matériel, intervenants qualifiés), les organisateurs, qui visent autre chose que d'occuper les jeunes par une « consommation » d'activités physiques et sportives et souhaitent optimiser les résultats de leur action, doivent avoir un projet éducatif qui prenne en compte les contraintes et les possibilités de ces pratiques.

Kin-ball : sport collectif par excellence

La pratique d'une activité sportive peut notamment être un moyen pour faciliter l'acquisition de la notion de règles, mais aussi de la confiance en soi , promouvoir une certaine hygiène de vie… Des activités attractives, parfois novatrices, sont ainsi proposées pour mettre l'accent sur le respect de l'autre, la lutte contre la violence. Par exemple, le « kin-ball » se joue avec un très gros ballon que l'ensemble de l'équipe doit toucher en même temps pour obtenir le point.

Un dialogue entre les jeunes et les animateurs, et une réflexion de ces derniers sur la démarche adoptée et le sens de l'activité permettent d'adapter la séance aux objectifs et au public. En effet, le fait de fournir un effort ou de dépenser de l'énergie n'est pas en soi éducatif. Une préparation avec les jeunes sera le plus souvent nécessaire pour leur expliquer, s'ils veulent pratiquer un sport et y prendre plaisir, que la forme physique y contribue (par exemple, temps de sommeil suffisant, pas d'alcool, alimentation équilibrée) et que des apprentissages techniques peuvent être nécessaires.

Intégrer l'activité dans un projet éducatif global

En intégrant les activités physiques dans un projet éducatif, les centres peuvent développer une approche de la santé au quotidien et un travail sur l'équilibre et la variété des activités. L'organisation de l'accueil des jeunes sur la journée est alors différente selon leur âge, les activités pratiquées et l'existence ou non d'un hébergement. Par exemple :
- laisser l'enfant choisir son activité dans une palette variée (jeux, ballades, danses, etc.) attractive et adaptée favorise

sa participation, le plaisir de la découverte tout en respectant les rythmes de chacun ;
- lors d'une sortie, il est possible d'associer la pratique d'une activité sportive (marche, vélo, ski de fond, etc.) aux discussions sur le choix des menus et l'élaboration des repas ;
- quand un séjour de vacances avec hébergement est « à dominante » (séjours d'hiver à la montagne, char à voile), il n'est pas forcément possible de concilier un rythme de vie « vacances et grasse matinée » et la pratique sportive (marées, tombée de la nuit). Il est cependant important d'organiser le séjour de façon à respecter le temps de repos de chacun, voire, en cas de non-respect de ce temps nécessaire (ou d'une alimentation en quantité suffisante), d'espacer les temps de pratique pour éviter les accidents dus à la fatigue.

De manière générale, la relation entre activité physique et sportive et éducation à la santé n'est pas évidente. Cette relation ne semble effective que lorsque l'organisateur et l'équipe pédagogique décident de mettre en œuvre un projet prenant en compte la santé du mineur au sens large. Ils peuvent alors utiliser le temps de loisirs et les activités sportives comme moyens pour aborder le thème de la santé de façon motivante. Il ne s'agit pas alors d'inculquer des normes mais bien d'accompagner les enfants et les jeunes dans la compréhension et l'apprentissage de règles d'hygiène de vie.

Enfin, il existe des outils pédagogiques pour accompagner les animateurs, les directeurs et les organisateurs dans une démarche d'éducation à la santé, quel que soit le type d'activité mené. Ainsi, le document sur la promotion de la santé et la promotion des conduites à risques[1], élaboré par le groupe Santé loisirs piloté par la Direction régionale et départementale de la Jeunesse et des Sports de Lyon, récapitule trois objectifs essentiels sous le thème « hygiène de vie » :
- veiller à la qualité de la restauration en favorisant plaisir et autonomie, en considérant coutumes et habitudes alimentaires, en assurant qualité, diversité et équilibre de l'alimentation, en faisant découvrir de nouvelles saveurs ;
- veiller à la qualité de la vie quotidienne (hygiène corporelle, alimentation, repos) ;
- prendre en compte les rythmes biologiques, et notamment veiller au bon équilibre général du séjour, organiser chaque journée ainsi que les différents projets d'activité en fonction des rythmes biologiques, rester à l'écoute afin d'évaluer l'état de fatigue physique.

Cécile Langeois
Conseillère d'éducation, direction de la Jeunesse, de l'Éducation populaire et de la vie associative, ministère de la Jeunesse, de l'Éducation nationale et de la Recherche, Paris.

1. La Charte Santé Loisirs est disponible à la Direction régionale et départementale de la Jeunesse et des Sports de Lyon - 239/241 rue Garibaldi - 69422 Lyon cedex 03 – Tél. : 04.72.84.55.55 – 0,5 € l'exemplaire, envoi en nombre possible.

Clubs de mise en forme : dis moi ce que tu fais...

Hip-hop, step, musculation, gymnastique : nombre d'adolescents pratiquent ces disciplines dans des associations ou des clubs de mise en forme. Les filles y recherchent un bien-être et un moyen de soigner leur ligne, les garçons sont en quête de muscles et d'affirmation esthétique. Mais cette recherche d'un corps normatif peut nuire à l'épanouissement de ces adolescents.

Les activités de mise en forme sont proposées par des centres spécialisés, des fédérations, des associations, des maisons des jeunes et de la culture (MJC) ou des mairies. Les jeunes représentent 7 % des pratiquants, dont 85 % de filles. Ces activités peuvent être classées en trois groupes en fonction de leurs finalités : pratiques à visée d'entraînement cardio-vasculaire, de renforcement musculaire ou de détente. Elles visent le développement de la personne, l'entretien corporel, l'amélioration de la condition physique, le bien-être, etc.

Les pratiques peuvent être individuelles (*cardio-training,* musculation sur appareils) ou collectives telles que le LIA *(low impact aerobic),* le step, le body-sculpt, le stretching, la gymnastique douce ou la gymnastique aquatique.

Un choix révélateur du souci de sa santé

Le choix de la nature de l'activité révèle différentes motivations et représentations qu'ont les adolescents de leur forme, de leur santé. Certains pratiquent dans un but purement hygiénique, d'autres dans un but plus hédoniste. Soucis du corps, de la santé, de la forme se dévoilent au travers de l'activité choisie, et les filles et les garçons

ont des pratiques bien différenciées : les garçons se dirigent vers du renforcement musculaire, alors que les filles choisissent généralement des activités à dominante de rythme et de musique. Phénomène nouveau et en fort développement, les adolescent(e)s, dès 12-14 ans, s'inscrivent dans des cours collectifs à dominante de rythme, de mouvement et de musique. Les cours de hip-hop en sont l'exemple le plus marquant. Ces pratiques originaires des danses de rue sont introduites dans les salles pour attirer une clientèle jeune. Elles se réfèrent à une « culture jeune » au travers de la musique. L'approche y est très ludique. Les adolescents y viennent pour s'amuser et se détendre, mais aussi pour contrôler leur poids car c'est une activité très physique. Les garçons représentent jusqu'à 10 % des pratiquants dans cette activité.

Les associations, les MJC, les mairies proposent des activités physiques d'entretien corporel. Les contenus, les finalités sont très diversifiés. Certaines sont structurées en fédérations comme la Fédération française pour l'entraînement physique dans le monde moderne (FEPMM) ou la Fédération française d'éducation physique et de gymnastique volontaire (FEPGV). Développant le concept de sport-santé, la FFEPGV, fédération multiactivités, propose aux adolescent(e)s de prendre conscience de leurs potentialités, de développer leur autonomie et d'assurer différents rôles au niveau associatif. L'activité est choisie afin de mettre en œuvre ces finalités éducatives en fonction du contexte local. Il pourra s'agir, par exemple, de pratiques dansées, de gymnastique rythmique, d'ultimate (jeu collectif de freesbe). Les filles y sont très largement majoritaires (93 %). Les moins de 18 ans représentent 11 % des licenciés.

Les garçons se dirigent vers des activités de mise en forme plus tardivement que les filles, en fin de période de croissance, souvent conseillés par leurs parents. Ils souhaitent se tonifier, développer leur musculature et prévenir les dorsalgies, mais aussi se sentir mieux et s'affirmer. Le souci esthétique est sous-jacent. Ils choisissent le renforcement musculaire en travaillant sur des appareils. La démarche des 18-20 ans est autre : très souvent étudiants, ils s'orientent vers des activités de forme dans un but de santé et de convivialité. Leurs motivations et leurs pratiques se confondent avec celles des adultes.

La quête d'un corps normatif peut nuire au bien-être

L'influence de l'activité physique sur la santé est reconnue par une partie des jeunes, et faire du sport fait partie de leur démarche de santé. Cette démarche est d'autant plus présente lorsqu'ils se tournent vers des activités de forme, que ce soit pour les filles comme pour les garçons. Cette pratique peut les aider dans cette période de construction identitaire, de recherche de perfectionnement corporel, sans pour autant confondre santé et esthétique, car la quête d'un corps parfait, normatif, s'oppose à la perspective du bien-être et du développement personnel. C'est dans ce sens que les adolescents ont besoin d'être guidés. Le rôle de l'encadrement est déterminant. S'il est à la fois à l'écoute des adolescents, ouvert aux échanges tout en les orientant vers une pratique privilégiant le développement personnel plutôt que la recherche d'un corps idéal, il favorisera la mise en acte d'une démarche de santé par l'activité physique.

Sophie Garnier
Maître de conférences,
UFR Staps, Toulouse.

L'escalade, porte de la prévention pour les jeunes des cités

Qu'est-ce que les jeunes des cités peuvent gagner d'une pratique de l'escalade avec des éducateurs ? Comme dans toute action éducative, ce qui ressort est la capacité d'initiative et de responsabilité des personnes. Et rien de magique ne s'opère ici : le sport n'agit pas par lui-même, il n'est qu'un outil comme un autre, à manier avec compétence et précaution.

Une cité, une équipe de prévention spécialisée. Un éducateur pratique l'escalade, en parle aux jeunes et organise quelques sorties. Et une dynamique se développe : *« Au printemps, tu nous emmèneras ? Et moi ? Et moi ? »*.

Nous fixons les règles du jeu : ceux qui seront venus au moins deux fois pendant l'hiver pour apprendre à manipuler le matériel sur le mur d'escalade proche et qui seront venus au moins deux fois en sortie, pourront venir faire des week-ends en falaises. Précision pour tous : *« ceux qui seront venus au mur pas défoncés, pas allumés, pas bourrés… »* ; voici l'éducateur qui pointe son nez.

Évidemment ils sont venus au mur les mercredi soir. Plus ou moins clairs. Ils sont venus aussi à Fontainebleau en sortie. Et donc ils ont pu faire les week-ends en falaise, en y mettant à chaque fois une ambiance inhabituelle dans ces lieux.

Bilan négatif apparent : aucun n'a voulu intégrer un club d'escalade et pourtant il y en avait un pas loin. Pas grave : la prévention spécialisée n'a pas pour finalité de recruter pour le mouvement sportif. Aucun n'a voulu emprunter du matériel pour partir grimper avec des copains, alors qu'ils en étaient capables.

Mais… le jour de la première fête de leur cité, ils ont animé l'atelier de rappel installé sur la grande tour… Ils y ont fait passer la police municipale, un élu local, le curé de la paroisse ! Et l'été suivant, ils sont partis en vacances dans des campings de bord de mer. Ils ont su téléphoner pour réserver des places, monter les tentes, cuisiner, gérer leur vie quotidienne. Un grand pas auquel l'escalade n'est pas étrangère !

Sport et délinquance : un outil à manier avec précaution

L'idéologie sportive, qui fait croire que le sport est bon par nature et qu'il suffirait alors de le faire pratiquer aux délinquants, aux déviants, aux toxicomanes, aux violents, aux sauvageons, aux condamnés… pour les ramener dans le droit chemin, est particulièrement active. Des programmes officiels y font référence et nombre d'intervenants éducatifs et sociaux sincères célèbrent son culte.

À la marge du sport institutionnalisé, quelques fédérations sportives plus lucides ont avancé des propositions réalistes et critiques. En particulier, les travaux et les publications de la FSGT[1] et de l'UNSLL[2] proposent aux éducateurs et aux thérapeutes des réflexions et des démarches concrètes qui sortent des modalités compétitives et élitistes habituelles.

Mais il faut aller chercher encore plus loin, au cœur du travail social, pour trouver des analyses de pratiques de terrain qui remettent le sport à sa vraie place, celle d'un outil comme un autre à utiliser avec technicité et précaution. Les publications issues de l'animation professionnelle et de l'éducation spécialisée, les rencontres professionnelles de ces dix dernières années sont, pour les intervenants sociaux, des pistes de travail et des propositions très concrètes qui leur permettent de savoir quoi faire quand ils utilisent des pratiques sportives.

François Chobeaux
Directeur national du département Pratiques sociales des Cemea (Centres d'entraînement aux méthodes d'éducation active), Paris.

1. Fédération sportive et gymnique du travail.
2. Union nationale sportive de la Fédération Léo Lagrange.

Bibliographie

• Charrier D. *Activités physiques et sportives et insertion des jeunes : enjeux éducatifs et pratiques institutionnelles.* Paris : La Documentation française, 1997 : 351 p.
• Anstett M., Sachs B. (coord.). *Sports, jeunesses et logiques d'insertion.* Paris : La Documentation française, 1995 : 195 p.
• Chobeaux F. (coord.). *Escalades. Analyse et utilisations d'une activité à risques.* Paris : Cemea, 1994 : 226 p.

Associations : priorité à l'alimentation et au sommeil

Pas de sandwich à midi au ski, possibilité de grasse matinée au lendemain d'une journée épuisante pendant un séjour d'été : à Lyon, une association met la prévention au menu des centres de vacances. Surprise, la plupart des jeunes apprécient ce cadrage.

L'association *Temps jeunes,* située à Lyon, gère des centres de vacances et de loisirs hiver et été pour enfants et adolescents. De nombreux types d'activités physiques et sportives y sont proposés : moto, VTT, tennis, sports d'eau (rafting, surf, etc.), ski et surf des neiges en hiver. Toutes ces activités, si elles ont bien sûr un objectif occupationnel et pédagogique, peuvent devenir des supports d'une éducation pour la santé à destination de ces jeunes de 4 à 17 ans. Les directeurs de centres sont, par exemple, sensibilisés à l'importance de l'alimentation et des rythmes de sommeil. Un effort particulier est réalisé au niveau des temps de repas et notamment celui du petit déjeuner. Des buffets sont proposés et une attention particulière est portée tant sur la présentation (pour donner envie aux jeunes de manger) que sur la composition des menus où un mélange de plats sucrés et salés est proposé. Des jeux sur la composition des plateaux peuvent également être organisés. Si les adolescents retrouvent parfois le fonctionnement de leur collège/lycée, pour les plus jeunes cette manière de se restaurer est nouvelle ; tous la trouvent plus agréable, plus conviviale et finissent par passer plus de temps à table.

Dépasser le traditionnel sandwich

Les changements dans la présentation et la composition des repas ainsi que les activités autour de l'alimentation entraînent des questions et des débats ; la mise en lien avec les activités physiques et sportives proposées par le centre est alors possible. Pour la pause déjeuner, notamment dans le cadre des centres d'hiver, même si les jeunes préfèreraient pouvoir profiter au maximum des pistes de ski, un effort est réalisé pour dépasser le traditionnel sandwich et profiter d'un repas équilibré et suffisamment riche en calories pour répondre aux dépenses énergétiques imposées par l'activité et la météo.

De même, un travail sur le sommeil est effectué avec les jeunes, tant du point de vue de l'aménagement des locaux qui doit permettre des levers et couchers échelonnés selon les âges que des négociations à mener entre les équipes et les jeunes qui passeraient bien plus de temps à faire des « boums » et à se coucher tard. Mais la fatigue est un critère à prendre en compte dans la pratique des activités physiques et sportives. Et s'il faut parfois « passer en force » pour imposer le repos ou interdire la pratique d'une activité – comme par exemple la moto – à cause d'une fatigue trop importante, des discussions et du dialogue se nouent régulièrement sur l'incompatibilité entre se coucher tard et se lever tôt pour démarrer des activités. En cas de fête le soir, il faut prévoir une grasse matinée le lendemain matin, mais cela n'est pas possible plus d'une fois par semaine… au risque d'en mécontenter certains.

« *Cette démarche est conduite dans un triple objectif qui est de répondre et de s'adapter à la demande des jeunes, de toujours améliorer la qualité de l'accueil dans les centres de vacances et de réaffirmer notre action éducative. Les enquêtes en terme de satisfaction et d'intégration des acquis, réalisées auprès des jeunes et de leur famille, et la fidélisation des jeunes sont des éléments très intéressants d'évaluation* » affirme Jean-Claude Bissardon, directeur de *Temps jeunes.*

Bruno Housseau
Chargé de mission à l'INPES, Vanves.

Éducation à la santé : l'insuffisante formation des enseignants

L'éducation pour la santé à l'école ne peut pas se développer comme une discipline en soi. Elle doit être traitée de manière transversale dans les différents enseignements scolaires. Pour ce faire, il faut réhabiliter le rôle de l'enseignant. Et le former en conséquence.

Les textes officiels, de plus en plus nombreux en direction de l'éducation à la santé en milieu scolaire, ont montré progressivement leurs limites : en confiant parfois des responsabilités à certains acteurs – en particulier le corps médical et paramédical – plutôt qu'à d'autres, ils ont laissé penser que ces derniers étaient les seuls dépositaires des compétences requises pour agir. Par ailleurs, certains textes trop ciblés sur des thèmes précis ont empêché de traiter le problème de façon plus globale.

Cette focalisation sur les personnels de santé, considérés comme des acteurs privilégiés, a eu pour conséquence de laisser s'installer chez les enseignants un sentiment d'incompétence et une tendance au dessaisissement de cette responsabilité. Nous pensons au contraire que les enseignants – par leur présence régulière auprès des élèves et leur aptitude à utiliser, dans leurs approches, des outils didactiques et pédagogiques propres à leur discipline – constituent un levier incontournable de développement d'une politique globale d'éducation à la santé.

Les enseignants d'éducation physique et sportive ont délaissé cette tradition historique qui leur attribuait un rôle important en matière de santé auprès des élèves. Par ailleurs des convictions – que l'on sait maintenant erronées, mais toujours vivaces – ont amené à penser que la pratique d'un sport suffisait pour répondre à cette question délicate de l'éducation corporelle dans un souci de santé. Les enjeux politiques autour de l'objet de l'éducation physique et sportive et des savoirs qu'elle se doit de transmettre, ont amené progressivement les enseignants d'éducation physique à accorder une très grande importance à la transmission du patrimoine culturel que représentent les techniques des activités physiques et leur évolution. Ils ont oublié parfois des dimensions essentielles de leur mission dont celle-ci : aider le sujet à clarifier le rapport qu'il entretient avec lui-même, notamment vis-à-vis de son corps, quand il décide d'agir. Cette préoccupation réintègre aujourd'hui l'éducation physique non pas comme une finalité, toujours présente en filigrane dans les programmes, mais comme une compétence à développer.

L'éducation pour la santé ne peut être cantonnée à l'éducation physique et sportive. Il n'est pas souhaitable que l'éducation à la santé se développe comme une discipline en soi, ni qu'elle soit l'apanage de certaines disciplines, comme l'éducation physique et sportive, même si celle-ci peut occuper une place stratégique, par son approche du corps, dans le travail pluridisciplinaire. Il est préférable qu'elle soit traitée de manière transversale[1] au travers des enseignements scolaires, en invitant tous les membres de la communauté éducative à s'impliquer dans des projets communs dont le principal objectif sera de créer chez les élèves un « *habitus*[2] *de santé positive* ».

La mise en place de ces projets n'est certes pas facile. Les chefs d'établissement croient bien souvent que la santé est une question privée, les enseignants n'en perçoivent pas toujours les enjeux au travers de leur discipline et les médecins ont peu de possibilités pour s'inscrire dans une perspective éducative.

Tout cela incite à penser la formation initiale et continue des enseignants sous un angle nouveau : aider les enseignants à créer les conditions, au travers de nouvelles formes d'enseignement disciplinaires mais aussi pluridisciplinaires, pour que l'élève intervienne sur lui-même. Cela signifie que l'élève doit développer des compétences variées (culturelles et psychosociales), avec pour objectif le respect et l'épanouissement de soi et des autres. Ces formations ne doivent pas être ajoutées au cursus actuel, mais s'intégrer au cœur des cours existants, pour éviter une surcharge de travail aux élèves et aux enseignants. Il s'agit donc d'enseigner autrement.

Ce soutien à la formation des enseignants devrait s'intégrer aux dispositifs déjà existants (réseaux territoriaux, associations, Cnam, etc.). On préserve donc toutes les actions, souvent ponctuelles, déjà inscrites dans les établissements scolaires (débats, échanges, expositions, conférences, etc.), mais en les articulant avec des interventions faites régulièrement dans la classe par les enseignants eux-mêmes. Ces interventions visent, par des implications physiques (jeux de rôles, improvisations

corporelles., etc.), verbales (texte, dialogue de théâtre, etc.), écrites (rédaction de nouvelles, de textes argumentés) des élèves à favoriser l'accès à une meilleure connaissance physique de soi (émotions, sensations, représentations).

Cette connaissance doit permettre de prendre des décisions raisonnables dans des situations à forte charge émotionnelle générée par l'environnement social ou matériel. Échanger avec son partenaire sur la nécessité de se protéger lors d'un premier rapport sexuel, par exemple, est un moment très fort pour les adolescents. L'absence de contrôle de soi peut amener à ne pas prendre les bonnes décisions et risquer une contamination sans le savoir.

La formation portera donc sur cette intervention particulière qui se démarque des interventions traditionnelles. Elle nécessite de la part des enseignants écoute, approche compréhensive, mais aussi une dynamique de la classe favorisant la succession des moments de présentation du travail de recherche d'information, de création, d'échange qui a été accompli… Il s'agira d'aider les élèves à agir, ressentir, éprouver, de travailler sur la relation ressenti/état/sujet. Toutes expérimentations ou expériences vécues sur soi comme l'écoute ou l'analyse de ses sensations ou émotions devront être abordées avec prudence, même quand il s'agit d'accéder à une juste connaissance physique de soi. Un voyage intérieur au cours d'une séquence de relaxation ou de l'approche d'un personnage par le jeu théâtral par exemple, n'est pas anodin. Le langage aura une grande importance pour « *nommer les choses de façon précise et ainsi donner du sens aux sensations, à l'éprouvé* ». La maîtrise de la langue est donc une préoccupation transversale, elle traverse l'ensemble des disciplines.

Cette formation se construira par l'alternance. Elle alternera l'action et la réflexion dans la classe avec les élèves et la réflexion sur l'action avec les formateurs et les autres enseignants en dehors des moments de classe. Elle sera donc collective. Cette formation utilisera des méthodologies qualitatives plus appropriées à l'approche de la complexité d'une classe. Elle s'appuiera plus particulièrement sur « l'analyse de pratique » pour accroître l'efficacité des enseignants, les aider à vaincre les résistances vis-à-vis d'eux mêmes et des élèves.

Les enseignants devront avoir fait le point sur leur rapport à eux-mêmes et éviter le piège du « *faites ce que je dis pas ce que je fais* ». La mise en débat des valeurs ne devra donc pas être occultée. Les savoirs à s'approprier sont autant des savoirs sur la santé en général que la capacité de répondre aux problèmes de santé des élèves. Enfin, la difficulté réside dans le fait de ne pas aborder de front le problème de la santé de façon systématique, mais de passer par des thèmes plus porteurs pour les élèves, ce qui contribuera à construire une signification raisonnée et rationnelle (moins emprunte de croyances) du concept de santé.

Créer des groupes d'enseignants formateurs

Cette approche demande également de la part des services rectoraux et universitaires de formation la création des conditions pour que cette « pluridisciplinarité en acte » existe. La mise en place de stages de « formateur de formateur » est incontournable si l'on veut étendre les formations dans et entre les disciplines. Enfin, des formateurs spécialisés pourraient intervenir sur demande auprès d'équipes d'enseignants qui souhaitent mettre en place des projets santé dans leur établissement. Des groupes d'enseignants, chargés d'activités de recherche, production et diffusion d'outils pédagogiques, viendraient soutenir les réseaux de formation en les alimentant par des connaissances et des procédures nouvelles d'enseignement.

La recherche pédagogique est donc indispensable pour éviter un auto-épuisement du processus de formation. Les enseignants ne peuvent pas à la fois enseigner et concevoir continuellement de nouveaux contenus. D'où l'intérêt de mettre en place des groupes de travail réunissant des partenaires issus d'horizons différents. Ce schéma est en cours de réalisation dans l'académie de Lille ; pour être efficace, il doit être soutenu par une formation initiale et une recherche solide sur la question. La réponse appartient ici aux Staps.

Pour conclure, nous rappellerons les idées essentielles qui se dégagent des différents travaux menés en la matière :
- ne pas proposer des « prêts à penser » ou une batterie de comportements à

1. Les contenus d'enseignement relatifs à la santé sont abordés par tous les enseignants dans les différentes disciplines.

2. Un habitus est plus qu'un comportement, c'est un enracinement profond dans l'individu que l'on constate par des comportements variés, des attitudes, des façons de faire. C'est une manière d'être socialement. Nous l'employons ici comme « aspect général de l'activité corporelle tel, qu'elle manifeste l'état de santé de l'individu ».

respecter, mais favoriser le recul réflexif sur soi et les autres pour construire cet *habitus* dont nous parlions plus haut ;
- s'appuyer sur les contenus des disciplines scolaires pour construire les compétences psychosociales définies par l'Organisation mondiale de la santé (OMS), utiles à une vie saine et équilibrée ;
- mettre en synergie les disciplines autour de sujets d'étude (le tabagisme, le suicide des jeunes, etc.) pour faire sens autour de notions qui interpellent les élèves (souffrance, dépendance, vitesse, risque, addiction, etc.) ;
- renforcer les partenariats (médecin, Cram, parents, intendant, etc.) autour des notions travaillées. Accepter que les valeurs fassent l'objet d'un débat contradictoire ;
- s'inscrire dans les programmes existants sans surcharger les élèves ni les enseignants ;
- ne pas aborder de front le problème de la santé mais passer par des thèmes plus porteurs pour les adolescents ;
- mettre en place un réseau de formation articulant la recherche, l'action dans la classe, la formation de formateurs. Inscrire ces formations au plus près des équipes pluridisciplinaires.

Il s'agit pour chacun d'entre nous de trouver une articulation au quotidien entre « le temps pour soi » que l'on se donne pour pratiquer une activité physique par exemple, « la connaissance physique de soi » (nos limites, nos ressources, etc.) et le « bon usage de soi » (le respect de son intégrité).

Ces mises en relation prennent actuellement un sens pour les élèves en éducation physique, par l'introduction de cette problématique dans les programmes de lycée (août 2001) et plus particulièrement dans les programmes d'éducation physique des lycées professionnels où la finalité santé est clairement annoncée. L'éducation physique et sportive renoue maintenant de façon explicite et concrète avec une mission qui la fonde historiquement.

Thierry Tribalat
Inspecteur d'académie,
inspecteur pédagogique d'éducation physique et sportive,
Rectorat de Lille.

Les étudiants en Staps se penchent sur leur corps

La blessure n'est pas une conséquence normale de l'activité physique, il faut connaître son corps pour en apprécier les limites, apprendre à gérer sa propre santé. C'est ce message que tentent de faire passer les enseignants auprès des étudiants en éducation physique et sportive à Caen, via un module spécial de formation proposé en 2e année de Deug. Au départ méfiants, les étudiants se montrent ensuite très intéressés.

Faire prendre conscience aux étudiants en Staps – dont certains deviendront professeurs d'éducation physique – de l'importance de leur santé en relation avec leurs pratiques physiques sportives et artistiques (Apsa). Tel est l'objectif d'un stage d'une durée d'une semaine, intégré à la formation de ces étudiants depuis 1998 à Caen. Ce module, peu courant en France, a été conçu par une équipe d'enseignants de l'UFR Staps.

Alors que ces étudiants sont le plus souvent dans la compétition et la performance, ce stage, en rupture avec l'enseignement classique des Staps, met l'accent sur la gestion par ces jeunes de leur propre santé. Comment ? En les sensibilisant aux pratiques d'entretien corporel et en leur faisant prendre du recul sur les modèles corporels dominants.

Le cursus en Deug Staps a une spécificité contraignante : les cours théoriques et pratiques s'y juxtaposent, les activités physiques sportives et artistiques se succèdent, sollicitant des ressources très diverses. L'ensemble est soumis à une obligation de résultats, ce qui nécessite une adaptation permanente et une recherche constante de la performance. De nombreux étudiants étant engagés dans le sport « civil », il faut ajouter à cette mosaïque les entraînements et les compétitions.

Chez ces jeunes, la fréquence des blessures et leur banalisation sont jugées le plus souvent comme la conséquence normale de l'intensité de la pratique et/ou d'un manque de préparation physique générale ; cette perception fausse est due à un manque de connaissance de soi, de ses limites, à une mauvaise analyse du pourquoi des tensions ou raideurs musculaires. Ces jeunes s'interrogent peu sur leur mode de vie, pas toujours adapté à leur engagement physique.

Une cuirasse fragile

Face à ce constat, une équipe d'enseignants de l'UFR Staps de Caen intervenant en Apsa sur la santé ainsi que

dans le milieu médical, a élaboré un projet de formation axé sur la gestion de la santé. Quatre objectifs prioritaires ont été définis :
- faire émerger les représentations que ces jeunes se font de leur propre santé, puis utiliser les éclairages de l'histoire, de l'anthropologie et de la sociologie pour définir le concept de santé ;
- comprendre les principes qui organisent les Apsa, dans une perspective de santé : la coordination, l'équilibration, la souplesse ;
- repérer des « *habitus* » corporels, c'est-à-dire des manières d'être et de mettre en jeu son corps dans le quotidien et dans l'activité physique, et les rendre compatibles avec une utilisation intelligente de son corps. Il s'agit de rechercher un « bon usage de soi » selon l'expression de Matthias Alexander ainsi que de justes relations avec les autres ;
- élargir sa culture en s'ouvrant aux pratiques sociales centrées sur l'entretien corporel, en privilégiant les gymnastiques holistiques, c'est-à-dire qui s'adressent au corps dans sa globalité et portent une attention particulière à la tonicité, la respiration et l'équilibre.

Les cours s'effectuent sous forme de travaux dirigés, ils font l'objet de prises de conscience, d'échanges entre les étudiants et avec le formateur, d'apports de connaissances issues de différents champs scientifiques et de mises en situation pratiques. Ainsi, en sciences humaines, est proposée une approche psychosociologique de la santé, de ses représentations et de ses définitions. En sciences de la vie, la formation consiste en une sensibilisation à un travail sur les chaînes musculaires, sur le tonus, la posture. Des séquences à deux ou à plusieurs sont proposées pour décrypter les modes d'équilibration à l'œuvre dans le corps de l'autre ainsi que son état de tension musculaire.

Ce stage d'une semaine, intégré à la formation, est ensuite évalué par l'étudiant lui-même, sur la base d'une analyse personnelle réalisée dans le cadre d'un devoir écrit réalisé en 1 h 30 et d'un dossier personnel élaboré en temps libre. Les étudiants sont amenés à décrire et analyser certaines situations vécues en stage et à produire une réflexion approfondie sur un sujet de leur choix concernant la santé et son développement dans le cadre d'une activité physique.

Cette formation bouscule les représentations, ainsi que certains savoirs ; elle suscite le plus souvent intérêt et questionnement chez les étudiants en Staps, encouragés à devenir de réels acteurs de leur formation.

Annie-Claire Toutain
Formatrice à l'UFR Staps de Caen, spécialiste en danse, coordonnatrice du projet.

Chez les futurs enseignants, replacer la santé au cœur de l'activité physique

À Caen, les étudiants en éducation physique reçoivent une formation spécifique en année de maîtrise pour développer, via les sens, une meilleure perception de leur corps. Retour sur cette expérimentation

Si la santé a été et demeure un des objectifs de l'éducation physique et sportive, force est de constater qu'aujourd'hui encore, les propositions d'enseignements se limitent le plus souvent à l'échauffement puis aux séances de longue durée censées avoir des effets sur l'endurance.

Pour pallier ce déficit, l'équipe d'enseignement de l'UFR Staps de Caen a, à partir de 1999, donné une orientation santé et développement à l'année de maîtrise dans la filière « Éducation et motricité ». Partant de l'idée que l'éducation à la santé, dans le sens d'« *un bon usage de soi pour vivre pleinement son corps* » (1), implique un autre rapport au corps dans les activités physiques sportives et artistiques (Apsa), les étudiants sont incités à les appréhender différemment. En natation, par exemple, il s'agit de passer d'une approche sécuritaire – les nages sont des moyens de défense pour éviter la noyade – à l'expérience de l'eau. Il faut, en s'appuyant sur les principes de la nage sportive, éprouver les rapports du corps à l'eau (sensations de flottabilité, travail sur la posture, sensations tactiles d'appuis et de glisse).

Les tensions, raideurs et attitudes de défense par rapport au milieu sont systématiquement identifiées et travaillées. Le volume est exploré en apnée et avec des bouteilles de plongée. Les modifications des perceptions corporelles liées à l'échauffement sont inventoriées. Les différents systèmes énergétiques sont sollicités, contrôlés et les différences de sensation et de perception sont

explorées et verbalisées. Ce travail est donc mené sous l'angle de l'expérimentation. À l'issue d'entretiens auprès de ces étudiants confrontés à cette nouvelle approche, nous avons constaté que nos mises en situations ont développé chez eux un autre rapport aux Apsa.

L'expérience est vécue en 4e année (maîtrise) comme une rupture radicale par rapport aux trois précédentes à l'UFR. Les étudiants soulignent qu'ils découvrent des sensations corporelles, ils sentent qu'ils font des découvertes, mais éprouvent des difficultés pour les traduire à travers des mots : « *J'ai pris du plaisir, mais je suis incapable de montrer ce qu'on a fait, ça donne une autre image* ». Ils n'en modifient pas moins les représentations qu'ils se font de l'activité physique *(voir interview pages suivantes).*

Références bibliographiques

(1) Perrin C. Approches psychosociologiques. In : Manidi-Faes M.-J., Dafflon-Arvanitou I. (eds). *Activité physique et santé*. Paris, Masson, 2000.
(2) Vermersch P. *Détacher l'explicitation de la technique d'entretien ?* Expliciter 1998 ; n° 25 :1-15.

Les vécus de libération de soi, de bien-être, de plaisir, de dépassement de blocages qu'ils expérimentent en maîtrise s'opposent à ceux des premières années : difficulté, effort, progrès, amélioration du mouvement, performance. Cette opposition, quand elle est évoquée avant la maîtrise, renvoie à des activités différentes comme l'athlétisme, les sports collectifs ou la gymnastique. Cependant, parler du ressenti gêne : cela renvoie à soi, à son côté intime et les mots manquent. « *On n'a pas nécessairement quelque chose à dire, j'vois pas comment en parler* », résume l'un des étudiants. Les termes sont vagues, peu précis et traduisent mal l'expérience réellement vécue.

Cette formation, bénéfique dans une optique d'éducation à la santé, provoque une meilleure harmonie du psychologique et du physique, une connaissance de soi et des autres améliorée, et un retour aux émotions. L'activité physique est envisagée dans ses aspects perceptifs, sensitifs, de détente, de diminution des tensions. Elle permet « *d'être mieux dans son corps* ».

L'expérience d'une pratique physique à finalité de santé et de développement révèle aux étudiants de nouvelles voies d'utilisation des Apsa. Pour utiliser au mieux ces expériences en formation à l'éducation à la santé, il est important de concrétiser, dans une sorte de feuille de route opérationnelle, la nature des situations à mettre en place, leur durée, leurs effets multiples. Un travail d'explicitation, qui pourrait s'inspirer de P. Vermersch (2), est nécessaire pour que les étudiants puissent se réapproprier cette expérience.

Daniel Lecharpentier
Psychologue, Maître de conférences,
UFR Staps de Caen.

Mehdi, 22 ans, étudiant : « On nous apprend à faire le lien entre sport et santé »

Futur professeur d'éducation physique et sportive, il a fait tellement de sport pendant ses deux premières années d'éducation physique qu'il en a ressenti une forme de dégoût. Plus tard, en maîtrise, il a découvert une nouvelle approche de l'activité physique, où le développement et la santé priment sur l'intensité de la pratique. Interview[1].

La Santé de l'homme : Imaginons que tu es face à des étudiants qui ont envie de s'inscrire en Staps (éducation physique). Que dirais-tu de l'expérience de tes trois années de formation ?

Mehdi : C'est un niveau de pratique assez élevé qui peut pousser à bout notre corps. Pratiquer énormément de sport est physiquement très sollicitant, c'est un frein au travail intellectuel, on ne peut pas travailler les parties théoriques chez nous le soir puisqu'on est fatigué. D'un autre côté, c'est très intéressant de travailler en collectif, ça crée des liens, c'est bon enfant et amusant malgré la souffrance qu'on peut éprouver dans certaines pratiques.

S.H. : En quoi cela peut-il être amusant ?

Mehdi : Du fait de l'ambiance générale qui règne en Staps. À partir du moment où l'on a un bon groupe et que l'on s'entend bien avec les personnes, la pratique devient un amusement. Certes, on nous demande de réaliser des performances dans le cadre de nos pratiques physiques, mais dans un cadre assez distractif. On crée des liens amicaux, on se fait de nouveaux amis, ça peut aider à surmonter toutes les difficultés que l'on peut rencontrer dans le sport.

Entre nous, nous nous soutenons, moralement, parfois physiquement. Avec les parades où les aides en gymnastique par exemple. Ça peut rassurer quelque part de voir ses amis réussir une difficulté en gymnastique ou dans une autre discipline. Je pense que cette entraide est assez spécifique aux Staps, contrairement à certaines écoles où c'est très individualiste, assez personnel, « chacun pour soi ». On peut s'aider, à la fois au niveau des pratiques et des théories.

S.H. : Il y aurait autre chose que tu aurais envie de dire pour témoigner de ton expérience ?

Mehdi : Je dirais à ceux qui veulent entrer en Staps ou à ceux qui sont dans leurs premières années de faire attention à leur gestion physique pour pouvoir aller au bout du cursus et de travailler essentiellement leur « tête » puisque c'est vrai que la théorie compte pour beaucoup finalement. Je leur dis donc de limiter leur pratique sportive. C'est un peu paradoxal parce que j'en ai fait énormément et j'ai apprécié, mais une pratique sportive trop poussée, c'est néfaste.

Personnellement, j'étais à vingt-cinq heures de sport par semaine et ce, pendant deux ans, et mon organisme était à bout. Au final, aujourd'hui, même si l'ambiance sportive me plaît, je me retrouve avec un dégoût du sport et je n'en fais quasiment plus. Le sport peut être pervers, car il peut amener à des traumatismes corporels mais également à des dépendances : quand on arrête, on peut devenir dépendant de la cigarette, de la drogue, de l'alcool, car notre organisme a besoin de sensations qui ont été créées par le sport. À un bon niveau de pratique, notre organisme sécrète de la béta-endorphine et une fois que l'on arrête, on a toujours besoin de sensations, et du fait que cette béta-endorpine n'est plus sécrétée, on va toucher à d'autres substances. C'est à ce moment là que je leur dis : faites attention à ça, *« faites du sport mais pas trop »* car votre corps va devenir dépendant.

S.H. : Ce besoin de suppléer à un arrêt de la pratique, tu l'as ressenti ?

Mehdi : Vingt-cinq heures de sport par semaine, ça ne s'oublie pas comme ça ! Quand je ne courrais pas, mon corps me disait : *« va courir, va courir ! »*, *« va faire de la musculation ! »*, *« tu as besoin d'une dépense énergétique ! »*. Et si on ne le fait pas dans la journée, on se sent mal. Je me sentais mal, j'ai suppléé le manque d'activité sportive par la cigarette et par davantage de fêtes, autre chose quoi.

1. Ce témoignage ne concerne que les pratiques physiques et ne rend pas compte des enseignements théoriques.

S.H : Revenons sur les aspects positifs : hormis la solidarité que tu as évoquée, que retiendrais-tu d'autre ?

Mehdi : L'UFR Staps est une bonne école pluridisciplinaire, on touche à énormément de matières. Cela apporte beaucoup pour son expérience personnelle tant sur le plan sportif qu'intellectuel. Il y a des souvenirs forts. Dans la pratique, par exemple, ce qui est intéressant en gymnastique pour un gymnaste non spécialiste, c'est de pouvoir vivre son corps autrement, dans les espaces arrières et avants, faire des saltos avant et arrière, des flips… Ce sont des figures que l'on n'a pas l'habitude de faire, les réussir c'est une sorte de réalisation de soi parce que l'on pense que notre corps n'en était pas capable.

De même en natation. Faire plus de vingt-cinq mètres semblait difficile, et au bout du compte, on peut réussir à faire deux kilomètres sans s'essouffler ; c'est quelque chose qu'on ne pensait pas pouvoir faire.

S.H. : Tu as quelle option ?

Mehdi : Football. L'image du footballeur, c'est quelqu'un d'assez raide qui ne connaît pas forcément bien son corps, qui le pousse à bout et dans un mauvais sens parfois. Le footballeur a la réputation de tout faire en contraction musculaire, il ne connaît pas les étirements, il n'est pas souple, il a des grosses cuisses. C'est vrai que de ce point de vue là, il est intéressant de toucher à d'autres activités telles la gymnastique, la natation, la danse.

Au bout des deux ans du Deug, puisqu'en licence on touche à moins de sports, on se rend compte que toutes les activités physiques apportent quelque chose du point de vue de la dépense énergétique, du point de vue kinesthésique, du point de vue sensoriel et moteur. Toutes les activités physiques sont bonnes à prendre et à enseigner pour ceux qui se destinent à faire professeur d'éducation physique.

S.H. : Tes souvenirs les plus marquants concernent sur quelles disciplines ?

Mehdi : La gym, la natation. La danse aussi, j'en ai fait au lycée pendant trois ans, cela me plaisait bien, donc je savais que c'était physique, tout seul ou en duo avec des portées etc. En revanche, je n'avais pas pratiqué la danse contemporaine. Au départ, ça peut sembler un peu hurluberlu, trop différent des autres danses, mais on apprend à aimer à travers ce que l'on fait et les spectacles qu'on peut aller voir. À travers la danse il y a un discours, il peut y avoir des idées de chorégraphes, tout un jeu de scène intéressant pour celui qui s'y connaît un peu. Par contre, celui qui, contrairement à moi, n'a jamais fait de danse et n'a jamais reçu les apports théoriques suffisants pour comprendre cette discipline peut la trouver totalement décalée et inintéressante. En tout cas, une fois qu'on est passé par la danse en Staps, on arrive à comprendre ce qu'est la danse contemporaine et les messages qui peuvent passer.

S.H. : En quoi la quatrième année représente-t-elle un tournant ?

Mehdi : Il y a une importante rupture dans ma pratique de sportif : depuis cette année je ne fais quasiment plus de sport en dehors de mes études à l'université. En plus, en maîtrise, ici, on pratique beaucoup moins d'activités physiques. Les intervenants nous expliquent le lien entre le sport et la santé, mais justement, ce n'est pas une pratique extrême comme on pouvait avoir en Deug. Je dis aux autres élèves que la maîtrise, c'est une étape positive par laquelle il faut passer car cela peut nous ouvrir l'esprit, nous aider à avoir une vision différente sur les activités physiques et sportives. C'est ce que l'on essaie de voir justement, le lien entre la santé et les activités physiques et sportives. Or, c'est une vision que l'on n'a pas forcément les trois premières années, car on parle peu de santé. Une fois en maîtrise on en parle et c'est tant mieux.

S.H. : As-tu le sentiment d'avoir découvert une approche différente de l'activité physique pendant cette année de maîtrise ?

Mehdi : Oui, et je prendrais plusieurs exemples. En natation, une enseignante nous a fait découvrir une approche nouvelle avec le travail dans l'eau : sentir son corps autrement dans l'eau, travailler sur la respiration « aquatique » c'est-à-dire rester un maximum de temps sous l'eau sans efforts, sans pression, ce n'est pas forcément inné, cela demande un travail.

Même cheminement en escalade, où je mesure l'importance de l'entraide, ce que je ne percevais pas avant. Ce peut être assurer correctement son partenaire, ne pas le mettre inutilement en danger grâce à la vérification des nœuds, à travers l'attention qu'on lui porte quand il grimpe, à travers une bonne communication.

S.H. : As-tu changé de point de vue sur le lien entre activité et santé ?

Mehdi : L'un des grands changements que je ressens, c'est qu'auparavant, je n'établissais pas ce lien. Maintenant, j'en suis capable. Un exemple : un enseignant-ergomotricien nous a placés en situation par rapport au positionnement du dos, des articulations, nous avons expérimenté les positions et mouvements bons pour le placement du dos, entre autres lorsque l'on déplace une personne. J'ai beaucoup appris. Je fais un peu d'haltérophilie, on est confronté à une grosse charge à l'avant de son corps et si on prend mal cette barre, si on est mal placé, on peut se faire mal au dos. J'ai intégré ces enseignements dans la vie de tous les jours. Pouvoir sentir son corps autrement que dans un contexte de contraction musculaire, de compétition, de performance… pour moi, c'est le rapport avec la santé.

Je pense que le travail du professeur d'éducation physique et sportive, c'est d'amener les élèves à avoir conscience de ce lien. Il ne va pas directement dire aux élèves : *« eh bien voilà, ça c'est pour votre santé, votre sécurité, pour la citoyenneté »*. Il va plutôt donner des explications, faire ressentir à travers les situations qu'il va proposer, qui vont pousser les élèves à adopter une attitude sécuritaire, une attitude citoyenne.

S.H. : Finalement, l'objectif de l'activité physique c'est de se fatiguer ?

Mehdi : Pas forcément , cela peut être de se sentir mieux après la course à pieds ou après une séance d'eutonie. Le but n'est pas d'être fatigué, mais de se sentir mieux après la séance. C'est un objectif de santé, et pour la majorité d'entre nous, ça ne faisait pas partie de nos priorités pendant les trois premières années. Pendant cette période, l'objectif était plutôt d'atteindre la meilleure performance.

Propos recueillis par **Claire Perrin**

Plus vite, plus haut, plus fort... À quel prix ?

Dans notre société de performance, les conduites à risques accompagnant l'activité physique se banalisent dès l'adolescence. Et les valeurs (loyauté, non-violence) sont fréquemment transgressées dans le sport de haut niveau. Paradoxe, tandis que le sportif de haut niveau est érigé en modèle, moins d'un adolescent sur cinq pratique le sport... pour gagner.

La pratique du sport a toujours bénéficié d'un jugement favorable. Les effets bénéfiques pour la santé et les valeurs qu'on lui prête (don de soi, égalité des chances, respect) mises en avant pour favoriser son développement n'ont, jusqu'à peu, jamais souffert de la moindre contestation.

Dans notre société de performance, l'obligation de résultats est la règle (1). La compétition est omniprésente. Pour exister, pour intégrer un groupe, il faut faire ses preuves. Tous les moyens sont bons. Les exemples de réussites « précoces » et rapides sont largement médiatisés et sont devenus des concepts d'émission TV à succès. Pour résister, ou tout simplement « être », la prise de produits et la prise de risque se banalisent, notamment chez les adolescents. Qu'il s'agisse de la consommation de substances psychoactives, des troubles du comportement alimentaire, d'actes de violence voire de certaines pratiques sportives extrêmes, ces comportements répondent souvent à un besoin d'émancipation et de construction de la personnalité (2, 3).

Dans ce contexte, l'athlète de haut niveau est l'exemple à suivre. Sa médiatisation dépasse le cadre sportif. Tout concourt à ce que les jeunes s'emparent de son image, parfois dans une démarche d'identification communautaire…

Des pratiques plus libres

Les données existantes sur les pratiques sportives des jeunes relativisent quelque peu ce propos (4, 5). Si la majorité des jeunes de 12 à 17 ans (77 % des garçons contre 60 % des filles) pratique une activité physique et sportive en dehors de l'école, l'engagement dans un club et la pratique de la compétition varient en fonction du sexe et diminuent avec l'âge (49 % des garçons de 12 à 14 ans pratiquent la compétition, 39 % chez les plus âgés contre 23 % des filles de 12-14 ans et 19 % des 15 à 17 ans).

Même si, au moment de l'adolescence, il est difficile de corréler cette baisse des effectifs, aux motivations des jeunes à pratiquer le sport[1] et aux raisons invoquées à l'abandon de la pratique (4), on peut s'interroger sur le manque d'adéquation entre l'offre du secteur sportif et les attentes des jeunes. Ces derniers semblent en effet délaisser le milieu associatif traditionnel, ses codes et sa réglementation, pour s'adonner à des pratiques plus libres mettant en jeu de nouvelles valeurs ; spontanéité, sensations et connivence, mais aussi un nouveau statut esthétique, culturel voire éthique (2).

Il apparaît, en effet, que le modèle sportif repose essentiellement sur la compétition, alors que seulement 19,3 % des garçons contre 6,2 % des filles pratiquent le sport avec comme objectif de gagner (5). De plus, la sélection imposée par la devise olympique « *citius, altius, fortius* » est permanente et de plus en plus précoce. Dans ce contexte, mener de front études, vie sociale et pratique sportive intensive relève de la gageure.

Le plus souvent, le surinvestissement sportif s'accompagne d'un abandon des autres activités, l'échec devient impossible, des liens de dépendance à l'institution se créent. Pour faire face aux pressions, les conduites à risque se développent.

Compétition et conduites à risque

Au cours du séminaire européen « Pratiques sportives des jeunes et conduites à risques » (6), organisé conjointement par le ministère de la Jeunesse et des Sports et la Mission interministérielle de lutte contre la drogue et la toxicomanie (Mildt), plusieurs chercheurs (Arvers Ph., Choquet M. *et al.)* ont – à partir de l'analyse d'un certain nombre de données existantes (7) et en s'appuyant sur l'enquête Espad réalisée par l'Inserm auprès de jeunes âgés de 16 à 18 ans – , souligné l'existence d'une augmentation des conduites à risques en fonction de l'intensité de la pratique sportive.

À propos de la consommation de tabac, il existe une légère diminution des consommations chez les grands sportifs, sauf pour ce qui concerne les filles consommant plus de dix cigarettes par jour, qui sont plus nombreuses chez les sportives ayant une pratique supérieure ou égale à huit heures par semaine.

Pour ce qui concerne le nombre annuel d'ivresses, la consommation de cannabis et des autres drogues illicites, la consommation de tranquillisants et de somnifères ainsi que les troubles du comportement alimentaire chez les filles, les conduites violentes (vols et violences subies pour les filles, bagarres pour les garçons), on retrouve une courbe dite en « U ». Les jeunes qui ne pratiquent pas de sport et ceux qui en pratiquent plus de huit heures par semaine présentent plus de conduites à risque que ceux qui en font une consommation modérée.

En dehors des ivresses, où l'expérimentation en milieu sportif encadré renforce le phénomène, la pratique en club aurait un effet protecteur, sans pour autant inverser le sens de la courbe. Le manque d'estime de soi, souvent mis en avant dans la genèse de ces comportements, ne semble en rien responsable de ces phénomènes, puisque Marie Choquet observe, *a contrario*, que les grands sportifs ont plutôt une bonne image d'eux-mêmes.

Un autre chercheur, Sylvain Aquatias, lors des assises régionales du sport d'Île-de-France (décembre 2001), s'appuyant sur ses recherches en milieu sportif, a décrit lui aussi la banalisation de la blessure par les sportifs ; ces derniers différant le plus possible la consultation médicale et réduisant au maximum les temps de convalescence *(voir article suivant dans ce même dossier).*

Quand le sport bouleverse l'échelle des valeurs

En mars 2003, lors des Entretiens de l'Insep sur le thème « Règle du jeu et violence dans le sport », Nathalie Pantaleon (faculté des Sciences du sport de Nice) a présenté une étude qualitative sur les représentations des règles et de la morale sportive chez les enfants et les adolescents sportifs. S'interrogeant sur la recrudescence des comportements de transgression des règles sur les stades, elle note, chez vingt-cinq jeunes âgés de 10 à 14 ans pratiquant un sport collectif, des représentations différentes des règles en fonction du contexte social, scolaire ou sportif. L'analyse des entretiens réalisés souligne que les conduites transgressives dans le sport sont légitimées par différentes causes : les enjeux, l'imitation des adultes et les erreurs d'arbitrage notamment.

Son collègue Thierry Long (UFR Staps Nice), interrogeant cinq adolescents sportifs intégrés dans des filières d'accès au haut niveau, s'intéresse aux processus de raisonnement et de jugement moral dans le contexte sportif. Son analyse thématique met également en exergue comment le réalisme de la victoire (dont les bénéfices socio-économiques et symboliques sont de plus en plus importants) est une justification très souvent avancée à des comportements de transgression ou de violence. Selon lui, ces résultats rejoignent ceux d'un certain nombre d'auteurs qui ont mis en relation un niveau de raisonnement moindre chez les sportifs dont la motivation principale était la comparaison sociale, c'est-à-dire la compétition.

Et maintenant ?

Même si l'ensemble de ces résultats doit être interprété avec prudence, notamment en raison de la difficulté à définir l'intensité des pratiques sportives et les populations de sportifs qui s'y adonnent, il apparaît que, contrairement aux idées reçues, la pratique du sport – tout particulièrement de compétition – n'est pas porteuse en soi de toutes les vertus qu'on lui accorde. L'exception sportive est un leurre.

Aujourd'hui, l'encadrant des activités physiques et sportives doit acquérir de nouvelles compétences. Notre expérience en matière de prévention et d'éducation pour la santé en milieu sportif[2] nous fait dire qu'une réflexion doit s'engager afin de redéfinir les différents cadres de pratiques, la place accordée aux jeunes au sein de l'association et celle de l'association sportive dans le réseau socio-éducatif de proximité.

Olivier Middleton
Médecin, chargé de mission à la Mildt, membre fondateur de l'association *Sport form.*

1. Aussi bien chez les garçons que chez les filles, la recherche du plaisir est la première motivation à la pratique du sport (73 %).
2. Depuis 1997, l'association Sport form, *le Comité départemental olympique et sportif et le Conseil général de Seine-Saint-Denis ont développé toute une série d'actions de sensibilisation et de formation à la prévention des conduites à risque en milieu sportif.*

Références bibliographiques

(1) Ehrenberg A. *Le culte de la performance.* Paris : Hachette Littérature, coll. Pluriel, 1999 : 323 p.
(2) Le Breton D. *Conduites à risque : des jeux de mort au jeu de vivre.* Paris :Puf, coll. Quadrige, 2002 : 223 p.
(3) Michel G. *La prise de risque à l'adolescence : pratique sportive et usage de substances psychoactives.* Paris : Masson, coll. Les âges de la vie, 2001 : 217 p.
(4) Moreau A., Pichault A., Truchot G. *Le sport chez les jeunes de 12 à 17 ans.* Stat Info n° 02-04, octobre 2002 : 4 p.
(5) Arènes J., Janvrin M.P., Baudier F. (sous la dir.). *Baromètre santé jeunes 97/98.* Vanves : CFES, coll. Baromètres, 1999 : 328 p.
(6) Ministère de la Jeunesse et des Sports, Mission interministérielle de lutte contre la drogue et la toxicomanie. *Pratiques sportives des jeunes et conduites à risques.* Actes du Séminaire européen, 5 et 6 décembre 2000, Paris.
(7) Choquet M., Arvers P. *Pratiques sportives, consommations, conduites violentes, une association explosive ? Analyse réalisée à partir des données de l'enquête Espad 99.* Paris : Mildt, 2002 : 62 p.

Produits psychoactifs et sport : tordre le cou aux idées reçues

Contrairement à certaines idées répandues, le sport pratiqué de manière intensive n'est pas toujours un moyen de prévention contre l'usage de l'alcool, du cannabis ni même du tabac. Au contraire, il peut parfois entraîner des conduites d'excès.

« *Men sana in corpore sano* » : le vieil adage, devise du sport, semble affirmer l'impossibilité d'avoir, lorsque l'on est sportif, des comportements néfastes pour la santé. Comment expliquer alors les consommations de produits psychoactifs dans le milieu sportif ? Nous allons aborder cette question à partir de données provenant de recherches qualitatives : il n'est pas question ici d'évaluer la prévalence des consommations, mais simplement d'en expliquer les contextes et les valeurs par rapport au monde sportif.

Chaque fois que des groupes de jeunes se forment, une certaine convivialité se développe, qui peut aboutir à des échanges, des expérimentations, des comportements de consommation dans le groupe. De fait, les regroupements opérés sur la base de l'exercice du sport n'échappent pas à cette généralité et on trouve un certain nombre de jeunes gens qui ont commencé à fumer leurs premières cigarettes ou leurs premiers « joints » à l'Insep ou dans les internats des sections sport études. Que certains jeunes aient pu fumer leurs premières cigarettes et joints de haschich ou connaître leurs premières ivresses dans le cadre d'activités sportives ou de sociabilité liées au cadre sportif n'a rien d'étonnant. Ces expérimentations ont lieu aussi bien dans d'autres circonstances et ce qui les fonde est davantage lié au fait que le sport est une occasion parmi d'autres de se regrouper et de se faire des amis, qu'aux activités sportives en elles-mêmes.

Si l'on prend en compte le fait que l'activité sportive, comme occasion de relations sociales, est parfois le lieu des premières expérimentations au même titre que toute activité juvénile, nul doute cependant que cette activité agit aussi comme un facteur de prévention. C'est surtout vis-à-vis du tabac que cela est visible.

Si les pratiquants de sport, dans les populations étudiées, consomment peu de tabac, c'est d'abord une question de représentations. Le fait de fumer des cigarettes ne semble pas correspondre aux critères acquis de l'image du « sportif ». Mais ces représentations elles-mêmes semblent trouver leur fondement dans des expériences concrètes. Certains des pratiquants témoignent de l'incompatibilité entre la consommation de cigarettes et l'activité sportive. Mais ce point de vue domine dans certains sports seulement, ceux où l'endurance et le souffle sont importants (football et basket). Les gymnastes, par exemple, n'ont pas à satisfaire de telles exigences et ils ont, en effet, une attitude sensiblement différente au regard des consommations de tabac. On est ainsi conduit à conclure que si des représentations de l'idéal sportif ont bien une influence pour les plus jeunes, ensuite, ce n'est pas le sport en soi qui incite à gérer la consommation ou à l'arrêter, mais plutôt les demandes particulières de telle ou telle discipline sportive. Ainsi, seuls les sports nécessitant une solide capacité pulmonaire semblent devoir jouer un rôle de frein à l'entrée en consommation ou à la consommation excessive des plus âgés.

En ce qui concerne l'alcool et le cannabis, le constat dressé à partir des déclarations des sportifs est plus nuancé. D'abord, les sportifs qui déclarent ne jamais consommer d'alcool sont pour le moins rares, hormis chez les plus jeunes (jusqu'à 16 ans). De même, sans qu'ils soient aussi nombreux, on trouve sans trop de problème des sportifs, consommateurs réguliers d'alcool ou/et cannabis dans des circonstances festives.

Ces usages sont cependant « régulés » par l'activité sportive. Le calendrier, en fonction des entraînements, des compétitions et des saisons, découpe les temps de consommation. Mais cette régulation ne tient que pendant les périodes de compétition ou de stages. Les prises de produits suivent, en général, les temporalités de la pratique sportive : fins de journée, fins de compétition, fins de saison, etc. Elles correspondent souvent à une recherche de détente. Selon le niveau de relaxation recherché et le type de retrait avec la pratique sportive sur lesquels ces moments reposent, les consommations

sont assez différentes. Elles sont souvent d'autant plus importantes que le niveau de compétition s'élève. Les usages d'autres produits psychoactifs, plus rares, s'intègrent à des cadres festifs : le LSD, l'ecstasy et la cocaïne sont pris à l'occasion de soirées ou de fêtes. Il s'agit ici d'établir une rupture avec la dure quotidienneté du sportif de haut niveau.

Ces situations ne sont pas seulement ponctuelles. Parce qu'elles correspondent aux temporalités du calendrier sportif, elles peuvent aussi, en fin de saison, durer plusieurs jours et se répéter pendant toutes les « vacances ». Ces comportements sont souvent tolérés par les responsables des fédérations et des clubs quand il s'agit d'alcool. Et ces derniers semblent n'être guère attentifs aux consommations de cannabis. Bien sûr, ce qui justifie cette tolérance relative, c'est aussi que les consommations suivent et respectent les temporalités des calendriers sportifs.

Le lien entre « défonce » et compétition

Encore faut-il ici relativiser. Car certains consomment aussi tabac, alcool et cannabis pendant les périodes de stages ou de compétition. Ces usages semblent liés à l'idéologie sportive et à son cortège de valeurs implicites : la résistance, le fait de devoir se donner à fond, le défi et le goût du risque.

On trouve ainsi des expérimentations liées à des logiques d'excès, ce qui peut avoir des conséquences dangereuses. Un jeune nous a ainsi raconté comment à l'occasion d'une troisième mi-temps, à l'âge de 18 ans, alors qu'il n'avait encore que très rarement consommé d'alcool, il a tellement bu qu'il est tombé dans un coma éthylique.

S'il est une expérimentation spécifique aux milieux sportifs, c'est celle qui lie « défonce » et compétition. Il s'agit alors d'essayer un produit, connu ou inconnu, lors d'une compétition ou d'un entraînement. La plupart du temps, les jeunes expérimentateurs choisissent une compétition sans grand enjeu. Mais, parfois aussi, c'est bien le fait de faire coïncider la consommation avec l'usage sportif qui est recherché, en ce sens qu'il permet de s'attribuer une identité positive plus forte : on a tenu le coup, on a réussi à jouer même « défoncé ». Nous avons rencontré dans ce type d'expérimentation des sportifs ayant pris du cannabis, de l'alcool, des amphétamines et même un cas de produit dopant.

« Le sport comme alibi »

La consommation de produits psychoactifs vient alors renforcer les risques de la rencontre sportive et accroître la gratification en cas de succès sportif. Fumer du cannabis, boire de l'alcool, rester performant et être reconnu en tant que tel permettent d'amplifier le sentiment d'estime de soi. L'excès apparaît dans certains discours comme une valeur supplémentaire, une « plus-value » que l'on apporte à l'effort sportif. Mais la pratique sportive elle-même servira d'alibi à l'excès comme les propos de ce sportif le laissent bien entendre : *« Mais je supportais bien, même quand j'étais au Creps de X. On faisait la fête tous les soirs, on buvait comme des gogols, on fumait, avec l'équipe de France espoir. Tous les soirs on était déchirés, et la journée, le lendemain midi, on était sur le terrain pour nous entraîner. C'est pour ça, il y a des gens, ils hallucinent quoi. Je prenais des cuites des fois, moins maintenant, mais je prenais des cuites le soir. Le lendemain je pouvais aller bosser. Les gens prenaient deux jours à se remettre. L'avantage avec le sport c'est que ton corps est plus résistant, ou il récupère vite ».*

De mêmes propos nous ont été rapportés au niveau de la consommation de tabac, la pratique sportive étant présentée comme un moyen d'élimination des effets néfastes.

En conclusion, la pratique sportive, dont on aurait pu penser qu'elle induisait un nouveau facteur d'influence, apparaît peu pertinente en ce qui concerne l'alcool. Elle joue de manière plus conséquente en ce qui concerne le tabac et, de manière cependant moins saillante, pour le cannabis.

Deux types de situations résument assez nettement les tendances à la consommation de produits psychoactifs :

- un usage récréatif, où les consommateurs tiennent relativement compte des calendriers sportifs. Les usages d'alcool, de cannabis et, de manière bien moins importante, d'autres produits (LSD, cocaïne et ecstasy) prennent corps dans des situations festives, à la fois en rupture avec le rythme sportif et en lien avec les sociabilités sportives ou autres ;
- un usage souvent quotidien et peu régulé où les sportifs consomment n'importe quand, sans tenir compte des compétitions et des entraînements. Ici, on trouve le tabac, le cannabis, l'alcool, les médicaments psychotropes, les amphétamines. Ces usages se rencontrent essentiellement dans le cadre d'une activité sportive où se mêlent compétition et performance.

L'activité sportive apparaît bien comme un régulateur des consommations de tabac, d'alcool et de cannabis dans notre échantillon, mais uniquement par rapport au temps d'exercice. La modération ou l'abstinence n'apparaissent que comme des conséquences indirectes de l'exercice sportif, à travers les temporalités d'exercice. Il n'est pas de déploiement de règles d'hygiène de vie acquises dans le sport en dehors du champ du sport, hormis pour les plus jeunes. Il est alors nécessaire de dire clairement que le sport n'est pas, en soi, de par d'improbables qualités intrinsèques, un moyen de prévention des usages de produits psychoactifs et qu'au même titre que d'autres activités, il peut parfois même être le support d'expérimentations de produits, de consommations et de conduites d'excès.

Sylvain Aquatias
Maître de conférences,
IUFM du Limousin.

Références bibliographiques

- Conseil général de Seine-Saint-Denis, Sylvain Aquatias et Elizabeth Jacob. *Conduites à risques et consommations de psychotropes.* Conseil général de Seine-Saint-Denis, Mission prévention des toxicomanies, AEPTES 1997-1998.
- Aquatias S. (sous la dir. de), Desrues I., Leroux M., Stettinger V., Vallette-Viallard C. *Activités sportives, pratiques à risques, usages de substances dopantes et psychoactives :recherche sur la pratique moderne du sport.* Resscom, ministère de la Jeunesse et des Sports, 1999.
- Aquatias S. (sous la dir. de), Desrues I., Leroux M., Niéto J. *Risques et ressources de la pratique sportive en club.* RES, ministère de la Jeunesse et des Sports, septembre 2003.

Pour en savoir plus

Organismes ressources

Jeunesse

Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire (Injep)

Établissement public sous tutelle du ministère de la Jeunesse, de l'Éducation nationale et de la Recherche, l'Injep s'adresse à tous ceux qui sont concernés par les questions de jeunesse : responsables et élus locaux, cadres associatifs, fonctionnaires de l'État, professionnels de l'animation, de l'éducation, chercheurs, étudiants.
L'Injep est un centre de ressources sur la jeunesse, l'éducation populaire et la vie associative. Il intervient en régions, organise des colloques, des séminaires et des universités d'été. Il développe les rencontres, confronte les expériences, met en œuvre les échanges nationaux, européens, et aide au développement de la coopération internationale.
Il propose toute l'année des formations adaptées pour les personnels des organismes publics, mais aussi pour les associations. Par ses publications (livres, périodiques, cédéroms), il diffuse des ouvrages de référence sur la jeunesse, des contributions de la recherche, des guides pratiques.
Le centre de documentation de l'Injep met à disposition un fonds documentaire dans les domaines de la jeunesse, de l'éducation populaire, de la vie associative et de l'animation. Il produit un ensemble de bibliographies thématiques, notamment une série sur le sport, ainsi que des dossiers documentaires et des dossiers de presse.

Injep : 11, rue Paul Leplat - 78160 Marly-Le-Roi.
Tél. 01 39 17 27 27 - Fax 01 39 17 27 90
Mél : documentation@injep.fr
http://www.injep.fr [dernière visite le 02/07/03]

Ministère de la Jeunesse, de l'Éducation nationale et de la Recherche
Il prépare et met en œuvre la politique du gouvernement relative aux actions en faveur de la jeunesse au sein et en dehors du milieu scolaire, à l'accès de chacun aux savoirs et au développement de l'enseignement scolaire et de l'enseignement supérieur.
Ministère de la Jeunesse, de l'Éducation nationale et de la Recherche : 110 rue de Grenelle - 75357 Paris cedex 07. Tél. : 01 55 55 10 10
http://www.education.gouv.fr [dernière visite le 02/07/03]

Sport

Association française pour un sport sans violence et pour le fair-play (ASFVFP)
Créée en 1980, l'ASFVFP est une association regroupant des fédérations et des organismes nationaux de protection du sport. Elle est également ouverte aux particuliers, comités régionaux et départementaux, clubs, etc.
Ses objectifs sont les suivants :
- protéger le sport contre toutes les formes de violence et de tricherie aussi bien dans sa pratique que dans son approche et dans son environnement ;
- défendre l'éthique sportive et promouvoir l'esprit sportif et sa manifestation essentielle : le fair-play.
L'association édite et diffuse des actes de congrès, des ouvrages, des dépliants, des affiches, des tracts, des autocollants, ainsi qu'un code du sportif et le code d'éthique du Conseil de l'Europe.
Parmi ses activités, elle organise notamment des forums, des discussions nationales, des actions locales, anime des débats et participe à des actions internationales.

ASFVFP : 1, avenue Pierre-de-Coubertin - 75640 Paris cedex 13.
Tél. : 01 40 78 28 43 (44) - Fax : 01 40 78 29 59
Mél : contact@fairplay.org
http://www.fairplay.asso.fr [dernière visite le 02/07/03]

Comité national olympique et sportif français (CNOSF)
LE CNOSF a pour mission d'anticiper les évolutions des pratiques sportives, de manière à conserver au sport l'idéal qui fonde sa raison d'être et l'engagement de celles et ceux qui le pratiquent et le servent.

CNOSF : 1 avenue Pierre de Coubertin - 75640 Paris Cedex 13.
Tél. : 01 40 78 28 00 - Fax : 01 40 78 29 51 (69)
Mél : cnosf@cnosf.org
http://www.comite-olympique.asso.fr [dernière visite le 02/07/03]

Institut national du sport et de l'éducation physique (Insep)
Depuis 1945, l'Insep, établissement placé sous tutelle du ministère des Sports et du ministère de la Jeunesse, de l'Éducation nationale et de la Recherche, est au service des sportifs de haut niveau. Il propose les conditions permettant aux futurs jeunes sportifs de concilier l'entraînement avec une formation scolaire, universitaire ou professionnelle.
L'Insep développe, en collaboration avec les fédérations, des programmes de recherche appliqués au sport (biomécanique, mécanique, informatique, physiologie, sociologie, psychologie, etc). Le département des Sciences du sport de l'Insep contribue au développement des connaissances et des savoirs liés à cette thématique.
L'Insep dispose également d'un important fonds documentaire et audiovisuel, proposant de nombreuses productions écrites, vidéos et multimédias. Sur le site de l'Insep, on peut accéder à la plus grande médiathèque francophone consacrée au sport (75 000 références), qui constitue une source d'informations professionnelles destinées aux acteurs du monde du sportif. Dans le cadre des Entretiens de l'Insep, des colloques et conférences sont régulièrement organisés à l'attention du monde sportif.

Insep : 11, avenue du Tremblay - 75012 Paris
Tél. : 01 41 74 41 00 - Fax : 01 41 74 45 30
http://www.insep.jeunesse-sports.fr [dernière visite le 02/07/03]

Ministère des Sports
Dans le champ de la prévention des dépendances par rapport aux produits addictifs et dopants, les missions du ministère sont les suivantes :
- contribuer à l'observation et à la connaissance des nouveaux comportements de consommation des jeunes, y compris de produits dopants ;
- soutenir des actions de prévention à l'échelon national et local, proposées par les associations et suivies par les services du ministère ;
- informer les enseignants et intervenants socio-

Outils pédagogiques

Vidéos

• Berrier S. Jusqu'où je m'arrête ? Bobigny : La Cathode, 1998 : 14 mn.
• CNDP. Sport : passion et raison ? Paris : CNDP, Paris : La cinquième, coll. Bien dans son corps, 1998 : 26 mn.

Expositions

• Sedap, Direction régionale départementale Jeunesse Sports de Bourgogne. J'ai choisi d'être sport. Dijon : Direction régionale départementale Jeunesse et Sports, 2001 : deux panneaux recto-verso 2.20 m x 0.80 m + trois panneaux simples.

éducatifs et sportifs des comportements de consommation, des conduites à risques, et des mesures de réduction des risques ;
- former les encadrants à l'écoute des jeunes ;
- informer les jeunes qui fréquentent les centres, bureaux et points Information Jeunesse.

Administration centrale - ministère de la Jeunesse et des Sports - 78, rue Olivier de Serres - 75739 Paris Cedex 15.
Tél. : 01 40 45 90 00
http://www.sports.gouv.fr [dernière visite le 02/07/03]

Union nationale du sport scolaire (UNSS)
L'UNSS est une fédération sportive placée sous la tutelle du ministre de l'Éducation nationale et du ministre des Sports. L'UNSS a pour objet d'organiser et de développer la pratique d'activités sportives ainsi que l'apprentissage de la vie associative. Elle s'adresse aux élèves qui ont adhéré aux associations sportives des établissements du second degré (collèges et lycées). Elle leur permet de pratiquer plus de soixante activités sportives et d'accéder à des fonctions de responsabilité.
L'encadrement est assuré par un vivier de 30 000 professeurs d'éducation physique et sportive au bénéfice des élèves licenciés de l'UNSS : collégiens et lycéens qui souhaitent s'adonner à une pratique sportive au sein de l'association sportive de leur établissement. L'UNSS réalise une revue et des documents téléchargeables en ligne, sur son site.

UNSS : 3 rue Saint Lazare - 75009 Paris
Tél. : 01 42 81 55 11 - Fax : 01 44 91 94 91
Mél : dn@sirtem.fr
http://www.unss.org [dernière visite le 02/07/03]

Bibliographie

Jeunesse

• *Les jeunes et le risque.* Agora débats/jeunesses 2002, n° 27 : 191 p.
• Le Breton D. *L'adolescent à risque.* Paris : Autrement, coll. Mutations, 2002 : 183 p.
• Michel G., Mouren-Siméoni M.C. *La prise de risque à l'adolescence : pratique sportive et usage de substances psychoactives.* Paris : Masson, coll. Les âges de la vie, 2001 : 217 p.

Sport et milieu scolaire – Textes réglementaires

• *Le sport scolaire à l'école, au collège et au lycée.* Circulaire n° 2002-130 du 25 avril 2002, BOEN 2002, n° 25.
En ligne sur :
http://www.education.gouv.fr/botexte/bo020620/MENE0201301C.htm [dernière visite le 02/07/03]
Information complémentaire sur :
http://www.eduscol.education.fr/D0088/default.htm [dernière visite le 02/07/03]

• *Programmes des enseignements de la classe de seconde générale et technologique. Éducation physique et sportive.* BOEN 2000, hors série n° 6.
En ligne sur :
http://www.education.gouv.fr/bo/2000/hs6/sportive.htm [dernière visite le 02/07/03]

• *Programmes des classes du cycle terminal des séries générales et technologiques.* Arrêté du 20 juillet 2001, BOEN 2001, hors série n°5.
En ligne sur :
http://www.education.gouv.fr/bo/2001/hs5/som.htm [dernière visite le 02/07/03]

• *Programme d'enseignement de l'éducation physique et sportive pour les CAP, les BEP et les baccalauréats professionnels.* Arrêté du 25 octobre 2002, BOEN 2002, n° 34, p. 2536-48.
En ligne sur :
http://www.education.gouv.fr/bo/2002/39/default.htm [dernière visite le 02/07/03]

Éducation pour la santé

• *Éducation à la santé : rôle et formation des personnels d'éducation.* Recherche et formation, 1998, n° 28.
• Larue R. *École et santé : le pari de l'éducation.* Paris : Centre national de documentation pédagogique, Paris : Hachette éducation, 2000 : 154 p.

Sport

• Anstett M., Sachs B. *Sports jeunesses et logiques d'insertion.* Paris : La documentation française, 1995 : 195 p.
• Arnaud P. *Le sport en France : une approche politique, économique et sociale.* Paris : La documentation française, coll. Les études de La Documentation française, 2000 : 176 p.
• Charrier D. *Les activités physiques et sportives de l'insertion des jeunes.* Paris : La documentation française, 1997 : 351 p.
• Choquet M., Bourdessol H., Arvers P., Guilbert P., De Peretti C. *Jeunes et pratiques sportives. L'activité sportive à l'adolescence. Les troubles et conduites associés.* Marly-le-Roi : Injep, 2001 : 94 p.
• Cogérino G. *Apprendre à gérer sa vie physique.* Paris : Puf, 1999 : 261 p.
• Duret P. *Sociologie du sport.* Paris : Colin, coll. Dynamiques, 2001 : 207 p.
• Garnier A., Ginet J., Rieu M. (coord.). *Santé et activités physiques et sportives.* Actualité et dossier en santé publique 1996 ; n° 14 : I-XL.
• Gleyse J. et comité de rédaction de Corps & culture. *Plaisir du corps et plaisir du sport.* Corps et Culture 1997 ; n° 2.
• Koralsztein J.P. *La santé à l'épreuve du sport.* Paris : Pug, coll. Sport en questions, 1998 : 164 p.
• Lehmann A., Schaub Reisle M. *Le sport et ses plus-values - Stratégies d'action préventives et de promotion de la santé.* Berne : Laola, 2003 : 108 p.
• Manidi M.J., Daffflon-Avanitou I. (coord.). *Activité physique et santé, apports des sciences humaines et sociales.* Éducation à la santé par l'activité physique. Paris : Masson, 2000 : 208 p.
• Sport et santé. Prévenir 1998 ; n° 34 : 1-160.
• Therme P. *L'échec scolaire, l'exclusion et la pratique sportive.* Paris : Puf, coll. Pratiques corporelles, 1996 : 256 p.
• Travaillot Y. *Sociologie des pratiques d'entretiens du corps : l'évolution de l'attention portée au corps depuis 1960.* Paris : Puf, 1998 : 235 p.
• *Pratiques sportives des jeunes et conduites à risques.* Actes du séminaire européen. 5 et 6 décembre 2003. Paris : ministère de la Jeunesse et des Sports. Paris : Mildt, 2001 : 106 p.
• Sociologie du sport en France, aujourd'hui. L'année sociologique 2002 ; n° 2.
• Truchot G., Pichault A., Moreau A. *Le sport chez les jeunes de 12 à 17 ans.* Sports Stats-Info Bulletin de statistiques et d'études 2002 ; n° 2-4 : 4 p.
En ligne sur : http://www.jeunesse-sports.gouv.fr/ministere/stat-info.asp [dernière visite le 02/07/03]
• Union nationale du sport scolaire. *Violence et sport scolaire.* Document présenté à l'AG

de l'UNSS du 3 mai 2002. Paris : UNSS, 2002 : 5 p.
En ligne sur : http://www.unss.org/index.htm [dernière visite le 02/07/03]
• Vigarello G. *Le corps redressé*. Paris : Armand Colin, coll. Staps, 2001 : 224 p.

Revues

Agora Débats Jeunesses
L'Injep édite chez L'Harmattan, la revue trimestrielle Agora Débats Jeunesses qui se consacre de manière transdisciplinaire à tous les problèmes de société liés à la jeunesse. Travailleurs sociaux, animateurs, enseignants, responsables administratifs des services déconcentrés de l'État ou des collectivités territoriales, chercheurs, élus, etc. Les acteurs impliqués dans la conception et la mise en oeuvre des politiques « jeunesse » peuvent y trouver informations et analyses dans le cadre de leur action. En déclarant se situer à la croisée des questionnements professionnels et de la recherche, Agora Débats Jeunesses se propose de « créer du débat » et de devenir un outil de réflexion pour ses lecteurs.

L'Harmattan : 7 rue de l'École Polytechnique - 75005 Paris.
Tél. : 01 40 46 79 20 - Fax : 01 43 25 82 03
Mél : harmat@worldnet.fr
http://www.injep.fr/publication/agora [dernière visite le 02/07/03]

EP.S et EPS 1
Les revues EP.S et EPS 1, publiées par le Comité d'études et d'informations pédagogiques, permettent de suivre l'évolution des pratiques, des techniques, des idées, des connaissances, des recherches didactiques et pédagogiques dans le domaine de l'éducation physique et du sport.
La revue EP.S s'adresse à tous les intervenants des domaines de l'éducation physique et du sport (professeurs, éducateurs, animateurs, entraîneurs, chercheurs, responsables, étudiants, etc.)
La Revue EPS 1 se consacre aux activités physiques et sportives des enfants de 3 à 11 ans à l'école, dans les clubs et dans les associations sportives.
EP.S et EPS 1 peuvent s'apparenter à des outils d'autoformation, de formation initiale et continue dans le domaine de l'éducation physique et du sport.

Revue EP. S : 11 avenue du Tremblay - 75012 Paris.
Tél. 01 41 74 82 82 - Fax 01 43 98 37 38
Mél : revue@revue-eps.com
http://www.revue-eps.com [dernière visite le 02/07/03]

Sport dans la cité
Revue française de la Fédération nationale des offices municipaux du sport (Fnoms), spécialisée sur l'organisation du sport dans sa transversalité. Elle traite des aspects et problèmes du sport dans la ville, d'informations d'ordre juridique et fiscal, mais aussi de la santé et du « bien-être » du sportif, des équipements, de l'intercommunalité, etc. Elle contient des textes émanant des congrès et assemblées générales, journées d'études et colloques de la Fnoms, des textes officiels, des informations sur les pratiques, des ouvrages de référence ou de travaux de chercheurs. Cette revue est destinée aux acteurs, responsables du mouvement sportif, élus, enseignants d'éducation physique, chefs d'établissements scolaires, parents d'élèves, médecins, architectes, urbanistes, etc.

Fnoms : 33, rue Manin - 75019 Paris.
Tél. : 01 42 41 11 98 - Fax : 01 42 41 12 26
Mél : fnoms@fnoms.org
http://www.fnoms.org/revue.htm [dernière visite le 02/07/03]

Hyper EPS
Publication trimestrielle de l'Association des enseignants d'éducation physique et sportive, Hyper EPS diffuse : des articles de réflexion de l'école maternelle à l'université ; les comptes rendus des conférences, journées d'études ou des stages de formation qu'elle organise ; des pratiques de terrain. La revue s'inscrit dans un équilibre associatif et professionnel. Elle participe et contribue par la diffusion de ses articles, de ses commentaires, de ses conférences, de ses pratiques de terrain, au débat permanent pour le progrès de l'éducation physique et sportive.

AEEPS : 11, square des Saules - 92350 Le-Plessis-Robinson.
Tél. : 01 46 30 87 06.

Sandra Kerzanet
Documentaliste à l'INPES.

Merci à Fabienne Lemonnier, chargée de mission à l'INPES, pour ses suggestions.

Sites Internet

Santesport
Ce site gouvernemental, géré par le ministère des Sports qui possède lui-même un autre site, se présente comme une annexe à ce dernier, destinée à traiter les facettes thématiques du dopage et de la santé dans le sport.
Destiné au grand public et/ou plus particulièrement à un public sportif, ce site fournit une information claire et utile : rappel des bonnes conduites de santé en matière de pratiques sportives, définitions et mises en garde contre le dopage, liste des substances et méthodes interdites, présentation du dispositif de dépistage (contrôle anti-dopage), de prise en charge (antennes médicales de lutte contre le dopage) et de prévention avec les grandes instances en charge de la réglementation, et les textes officiels (liens vers Légifrance).
http://www.santesport.gouv.fr [dernière visite le 02/07/03]

Sportdoc – Réseau francophone de documentation sportive
La documentation informatisée sur le sport s'est mise en place en France en 1983 avec la création du réseau national « Sportdoc », qui produit la base de données bibliographiques Héracles. Depuis cette date, ce réseau associatif, réparti sur tout le territoire, assure et coordonne le traitement régulier de 500 revues (deux tiers en langue française et un tiers en langues étrangères).
Héracles contient actuellement 100 000 références bibliographiques concernant le domaine du sport et de l'éducation physique. Les connaissances répertoriées touchent aux aspects technologiques des activités physiques et sportives mais aussi à leur histoire, à la didactique, à la pédagogie, à l'entraînement ou encore à la sociologie.

Sportdoc - 11 avenue du Tremblay - 75012 Paris
Tél. : 01 41 74 41 55 - Fax : 01 48 08 19 60
Mél : sportdoc@mrsh.unicaen.fr
http://www.sportdoc.unicaen.fr/heracles [dernière visite le 02/07/03]

La prévention des toxicomanies en milieu scolaire : éléments pour une évaluation

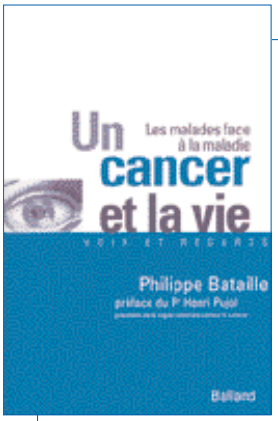
Guy Berger et Nelly Leselbaum

Quelle place pour la prévention des drogues en milieu scolaire depuis quinze ans ?
Cet ouvrage apporte un éclairage sur cette problématique, en rendant compte des résultats d'une enquête menée essentiellement par des chercheurs et des enseignants. L'équipe s'était fixé trois objectifs majeurs :
- mieux appréhender la mise en œuvre de la politique de prévention des toxicomanies ;
- proposer aux acteurs des indicateurs d'évaluation de leurs projets ;
- permettre à ces acteurs de progresser dans leur action, en les invitant à une analyse critique de leur propre travail.

L'enquête s'appuie sur deux approches parallèles : d'une part, une analyse détaillée des différents textes (législatifs, rapports d'experts, presse) traitant de la lutte contre la toxicomanie ; d'autre part, une enquête par questionnaire auprès des équipes responsables dans les établissements scolaires, qui concerne donc les actions de terrain.
Un bref rappel des concepts de prévention et d'évaluation est effectué en introduction, ainsi qu'une présentation de la méthodologie utilisée.
La première partie de l'ouvrage présente les résultats de l'enquête par questionnaires – auquel 545 établissements ont répondu – sur les pratiques de prévention et d'évaluation effectuées au sein des établissements.
La deuxième partie analyse dans le détail les textes officiels et travaux d'experts ou de journalistes, pour mieux comprendre comment les dispositifs de prévention contre la toxicomanie sont concrètement mis en œuvre.
La troisième partie retranscrit des entretiens effectués par des intervenants en milieu scolaire et traduit ainsi le vécu des élèves face à ces actions de prévention.
Les deux derniers chapitres présentent une synthèse et des propositions permettant aux encadrants en milieu scolaire de développer leurs actions de prévention des toxicomanies.
Enfin, le questionnaire ainsi que les réponses recueillies lors de l'enquête sont présentés en annexes.

Montpellier : CDRP Languedoc-Roussillon, 2002, 177 pages, 17 €.

Anne Gareau



Un cancer et la vie. Les malades face à leur maladie

Philippe Bataille

Philippe Bataille, maître de conférence en sociologie à l'université Lille III et chercheur au Centre d'analyse et d'intervention sociologique (Cadis), nous livre ici le fruit d'une enquête de trois ans pendant lesquels il a interrogé plus de deux cent cinquante malades atteints de cancer. Son travail est le résultat d'une recherche-action sur la parole du malade, soutenue notamment par la Ligue contre le cancer. Le Cadis a assuré la responsabilité scientifique de ces travaux.
L'enquête a pris différentes formes : rencontres individuelles à domicile, observation en consultation de cancérologie, mais aussi rassemblement des malades en groupe, afin de restituer au mieux leurs expériences, tant médicales que sociales, psychiques et affectives.
L'auteur articule son ouvrage en trois parties qui reflètent les différentes étapes auxquelles se trouve soumise la personne pendant sa maladie ; à chaque étape, il livre les paroles recueillies auprès des malades.
La première partie, « Faire un cancer », évoque la période qui va du diagnostic au traitement, pendant laquelle le malade doit à la fois parvenir à assimiler l'entrée dans la maladie, assumer l'annonce aux proches et se mettre en disposition de recevoir un traitement.
La deuxième partie, « Avancer », rend compte davantage du temps de l'acceptation et explore les différentes manières que la personne met en œuvre pour se mobiliser contre la maladie.
Enfin, la troisième partie, « De soi vers les autres », s'intéresse au vécu des personnes sorties de la maladie. L'auteur souligne notamment le travail effectué par ces personnes sur elles-mêmes, de même que leurs efforts pour tenter de faire s'exprimer une parole autour de leur expérience du cancer.
L'ouvrage propose une annexe récapitulant la méthode retenue et les différentes étapes chronologiques de l'enquête. Une bibliographie est également présentée en fin d'ouvrage, permettant au lecteur d'approfondir sa réflexion sur le sujet.

Paris : Balland, coll. Voix et regards, 2003, 358 pages, 22 €.

A. G.

L'impossible politique de santé publique en France

Marc Loriol

Comment expliquer les difficultés auxquelles se trouve confronté le système de santé français à l'heure actuelle ? C'est à cette question que Marc Loriol, sociologue chargé de recherche au CNRS, tente de répondre à travers cet ouvrage. Selon lui, les blocages auxquels nous sommes confrontés aujourd'hui s'expliquent par la nature même d'un « *système, d'une organisation* » et par des « *modes de fonctionnement qui se sont mis en place au cours de l'histoire* ».

Pour étayer son raisonnement, l'auteur revient aux origines de la création du système de santé français (chapitre 1) et rend compte des différentes facteurs ayant contribué, au fil du temps, aux difficultés que nous connaissons actuellement :

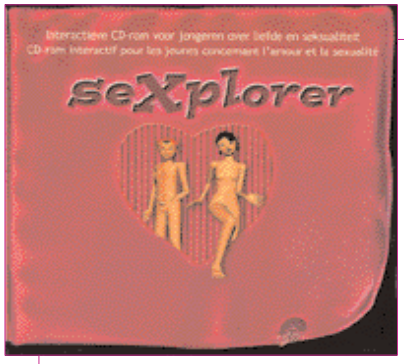
- une vision dominante trop strictement médicale des politiques de santé (chapitre 2) ;
- la difficulté des médecins libéraux à envisager l'évolution de leur statut et de leur fonction (chapitre 3) ;
- la remise en cause du fonctionnement de l'hôpital (chapitre 4) ;
- la difficile mise en œuvre des politiques de santé publique (chapitre 5).

Différents exemples d'actions de santé publique viennent conforter l'argumentation de l'auteur et souligner une fois encore la difficulté du système de santé à apporter des réponses satisfaisantes en ce qui concerne la politique de lutte contre le tabac, les toxicomanies ou encore le sida.

L'auteur développe, en guise de conclusion, différentes possibilités d'innovations et d'orientations récentes (consultations précarité, réseaux de soins ville-hôpital) qui pourraient accompagner la rénovation du système de santé français.

Ramonville-Saint-Agne : Érès (Action santé), 2002, 166 pages, 22 €.

A. G.



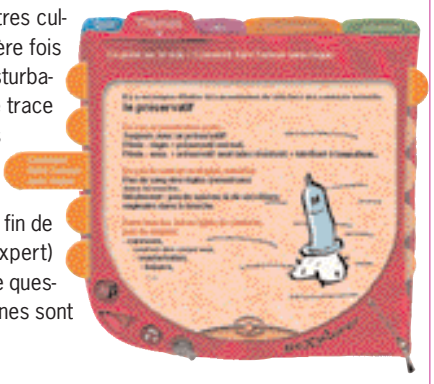
Sexplorer.

CD-rom interactif pour les jeunes concernant l'amour et la sexualité

MJT- Espaces jeunes – Maatschappelijke jongeren actie (MJA), Bruxelles

Le sexplorer est un CD-rom d'éducation à la sexualité réalisé en Belgique. Il est le fruit d'un travail collectif, dirigé par les Mouvements de jeunes travailleurs (MJT et MJA), en collaboration avec les Mutualités socialistes. L'utilisateur peut choisir de le découvrir soit en néerlandais, soit en français. Le CD-rom se décompose en cinq parties : thèmes, jeu, dictionnaire, adresses, quizz.

La partie « thèmes » délivre des connaissances et des conseils sur neuf sujets différents : le sida, les infections sexuellement transmissibles (IST), le préservatif, les moyens de contraception, la sexualité dans les autres cultures, découvrir sa sexualité, SOS Amor (accueil téléphonique et renseignements), la première fois et, enfin, le corps. On y parle de puberté, de morpions, de sexualité et de handicap, de masturbation, d'orgasme. L'ensemble de cette partie est imprimable, ce qui permet de conserver une trace écrite de ce qui est dit. Le dictionnaire permet de préciser le vocabulaire utilisé. Les adresses renvoient vers des organismes belges traitant de thèmes précis (aide par téléphone, planning familial, homosexualité, inceste et violence, sida) ou plus généralistes. Le quizz permet de faire le point sur les connaissances de l'utilisateur, il peut être rempli soit au début soit à la fin de l'utilisation du CD-rom. Plusieurs degrés de difficultés sont proposés (débutant, moyen, expert) pour le test final. En fin de quizz, si l'utilisateur obtient 95 % de bonnes réponses sur les trente questions, une attestation de partenaire sûr(e) peut lui être délivrée ; et chaque mois, deux personnes sont récompensées par un assortiment de préservatifs.



Une démonstration du CD-rom est consultable sur le site du MJT-Espaces Jeunes.

Bruxelles : MJA, 2000, 13 €.MJT- Espaces Jeunes : Place Saint-Jean 1-2, 1000 Bruxelles (Belgique).
Tél. : 02/515.04.02. E-mail : sexplorer@mutsoc.be
http://www.mutsoc.be/mjt/

Fabienne Lemonnier

Rubrique lectures coordonnée par le centre de documentation de l'INPES : doc@inpes.sante.fr

0203625 A - RC Paris B 314766157 - Photo : Kevin Summers

FRAIS, EN CONSERVE OU SURGELÉS, LES FRUITS ET LÉGUMES PROTÈGENT VOTRE SANTÉ *

* TOUT EST EXPLIQUÉ DEDANS

LE GUIDE ALIMENTAIRE DU PROGRAMME NATIONAL NUTRITION SANTÉ

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
MINISTÈRE DE LA SANTÉ, DE LA FAMILLE ET DES PERSONNES HANDICAPÉES

INPES
Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé
www.inpes.sante.fr

Programme National Nutrition Santé