

C.D.O.S. HAUTE SAVOIE

COLLOQUE MEDICO-TECHNIQUE

SAMEDI 09 JUIN 2001

SOMMAIRE

1/ DOULEURS DUES A LA CROISSANCE

Docteur Marc DEMARS

2/ SPORT ET CROISSANCE

Jean IGUAL - Président CD Natation / Membre du CDOS

3/ COMMENT ESTIMER LES CAPACITES PHYSIQUES DES JEUNES ?

Michel THUSSEAU - secrétaire du CDOS

4/ ORGANISATION DU SPORT SCOLAIRE

Hervé LECOQ - Directeur UNSS SS

5/ ACCUEIL DES JEUNES ET PLURIACTIVITE

Philippe MARGUIN - Référent Départemental Rugby

*DOULEURS DUES
A LA
CROISSANCE*

*Docteur Mars DEMARS
(Centre Médico Sportif d'ANNEMASSE)*

DOULEURS DUES A LA CROISSANCE

Dans le cadre de la médecine du sport, les douleurs en période de croissance sont fréquentes et de localisations variées.

En effet, pendant cette période, toutes les épiphyses et les noyaux d'ossification, sièges d'insertions musculo-tendineuses, sont fragilisés par les microtraumatismes répétés lors de la pratique sportive.

Il s'en suit des réactions locales appelées soit apophysoses soit ostéo-nécroses aseptiques soit épiphysites.

La douleur, souvent discrète, apparaît lors de la pratique sportive, est calmée par le repos, réveillée à la pression locale ; elle s'accompagne ou non de tuméfaction.

L'état général est bon et la biologie normale.

L'évolution est de quelques semaines à 1 ou 2 ans suivie d'une guérison sans séquelles.

LOCALISATIONS

♦ BASSIN

A ce niveau, les zones sensibles sont :

- la crête iliaque et, en particulier, les épines iliaques antéro-supérieures et inférieures.
- Les branches ischio-pubiennes avec, en particulier, le risque d'arrachement de la tubérosité ischiatique entre 15 et 18 ans avant que l'épiphyse soit totalement soudée.
- La symphyse pubienne.

♦ HANCHE

La douleur peut être en rapport avec une épiphysiolyse fémorale supérieure avec aplatissement du noyau céphalique, facteur favorisant l'apparition d'une coxarthrose ultérieurement.

Il peut s'agir, chez le jeune enfant, d'un rhume de hanche sans atteinte radiologique et guérissant sans séquelle.

♦ GENOU

Rarement, il s'agira d'une ostéonécrose aseptique supérieure et inférieure de la rotule.

L'atteinte la plus souvent rencontrée est l'apophysose de la tubérosité tibiale antérieure dite maladie d'Osgood Schlatter.

Elle apparaît entre 12 et 16 ans, est souvent bilatérale et se manifeste par une tuméfaction locale plus ou moins chaude, douloureuse au palper et à la contraction du quadriceps.

Elle est la conséquence de l'hyperextension violente de la jambe sur la cuisse répétée ce qui explique sa grande fréquence chez les jeunes footballeurs.

Sur les radiographies, on peut voir une hypertrophie de la tubérosité avec fragmentation en plusieurs parties non homogènes.

L'évolution est bénigne si le repos sportif est respecté sinon on peut constater un arrachement de la tubérosité.

Un genu-varum important chez un enfant lourd peut favoriser une atteinte de la tubérosité interne du tibia.

◆ CHEVILLE et PIED

L'épiphysite tibiale inférieure est rare.

Par contre, au niveau de l'apophyse postérieure du calcaneum, siège de l'insertion du tendon d'Achille, la maladie de Sever est plus fréquente et se manifeste par des douleurs à la marche, accentuées par le contact du contrefort de la chaussure.

Elle est souvent bilatérale avec parfois, un gonflement inflammatoire passager.

La radiographie montre un noyau fragmenté et irrégulier.

Le repos sportif entraîne la guérison.

A l'insertion du jambier antérieur, la douleur révélera une scaphoïdite tarsienne dite maladie de Kohler qui nécessitera un arrêt des activités sportives de 1 à 2 ans.

Les frappes répétées avec le pied peuvent entraîner, très rarement, une ostéonécrose de la tête du 2^{ème} métatarsien.

◆ MEMBRES SUPERIEURS

Les douleurs dues à la croissance y sont moins fréquentes.

Les atteintes les plus fréquentes sont l'épiphysite de la tête humérale et, au coude, l'épicondyle et l'épi trochlée.

◆ RACHIS DORSO-LOMBAIRE

Les douleurs dues à la croissance y sont fréquentes et doivent être rapidement prises en considération car, négligées, il peut persister des séquelles.

La cause la plus fréquente est l'épiphysite de croissance dite maladie de Scheuermann qui se manifeste soit vers 12-13 ans soit en fin de croissance.

Les douleurs dorso-lombaires apparaissent à l'effort et persistent 24 à 48 heures après l'arrêt.

Cliniquement, on peut constater une cyphose dorsale parfois marquée surtout chez les sujets grands et longilignes.

La radiographie montre un aplatissement des plateaux vertébraux avec empreintes des noyaux spongieux.

Le repos du sportif doit être complet et le traitement préconisera la natation sur le dos et une rééducation statique des extenseurs du dos.

Quand les douleurs siègent à la charnière lombo-sacrée et qu'il existe une hyper lordose, il faut penser à l'éventualité d'une spondylolyse accompagné parfois d'un spondylolisthésis dont les conséquences peuvent être importantes.

Cette atteinte est fréquente dans certains sports puisqu'elle peut être rencontrée, d'après des études, chez 40 % des gymnastes et 10 % des judokas et des lutteurs confirmés.

La guérison sans séquelle sera favorisée par un dépistage précoce suivi de l'arrêt de l'activité sportive.

CONCLUSION

Pour tout sportif en période de croissance, une douleur même discrète mais régulière et provoquée par la pratique sportive, devra être prise en considération et entraîner un bilan médical.

En effet, leur traitement par le repos sportif suffit, la plupart du temps, à obtenir une guérison sans séquelle. Par contre leur négligence est souvent préjudiciable et peut, parfois, occasionner des séquelles définitives.

SPORT et
CROISSANCE

Jean IGUAL
(Membre du CDOS 74 - Président du CD Natation)

La pratique du sport par les enfants et les adolescents est un facteur d'épanouissement si elle est bien conduite, mais peut leur faire de nombreux risques si elle est abordée sans précautions et faite sans discernement.

Aussi, il est indispensable de connaître avec précision les étapes de la croissance du jeune sportif, car il peut y avoir des décalages importants entre son âge civil et son développement. Tout doit donc partir de l'enfant et y revenir.

Les risques de blessure dans cette période sont importants. Ils sont augmentés par un entraînement inadapté pendant cette période de fragilité relative de l'organisme.

Une surveillance médicale générale s'impose donc. Mais elle n'exclue pas un regard attentif de l'entraîneur aux variations de comportement.

Le sport de l'enfant et de l'adolescent doit avoir une spécificité certaine.

Cependant, c'est la puberté qui constitue la période clé car c'est là que sont les plus gros risques. La puberté se subdivise en trois périodes distinctes : prépubertaire, pubertaire et postpubertaire. Elles se situent entre 13 et 16 ans pour les garçons et 11 et 14 ans chez les filles.

Sur l'ensemble de cette période, la taille augmente d'environ 30 cm et le poids double. C'est donc une période générale de fatigue. Le plus souvent, l'échec des « Sports Etudes » vient de ce que l'on entraîne des enfants pré et per pubertaires.

La croissance

La croissance n'est pas un processus linéaire. De sa naissance au début de la puberté, l'enfant grandit d'environ 0.5 cm par mois, cette croissance se répartissant de façon égale entre la taille assise et les membres.

C'est au début de la puberté que se termine la croissance des pieds. Dans cette période, la croissance est d'environ 1 cm par mois se répartissant pour 1/3 dans la colonne vertébrale et 2/3 dans les jambes.

Au pic de la croissance, se situe généralement l'apparition des premières règles pour les filles. Il leur reste alors 5 cm à grandir.

Du pic de la croissance jusqu'à la fin de celle-ci, l'augmentation de la taille se fait au 2/3 par la colonne vertébrale et au 1/3 par les jambes.

La puberté revêt aussi d'autres aspects que les modifications squelettiques : ce sont des transformations hormonales et psychologiques.

Les risques

Le cerveau libère les hormones de croissance qui stimulent les cartilages de croissance qui eux même produisent l'os.

Toutes les contraintes de l'entraînement sportif sur les cartilages de croissance et sur le périoste peuvent perturber la croissance.

L'activité sportive favorise la croissance, le stress aussi.

Mais, dans les deux cas, l'excès produit l'effet inverse, et la frontière est ténue entre les deux et varie d'un individu à l'autre.

La diversité des pratiques fatigue moins que la mono activité.

La musculation naturelle est très bénéfique pendant la période pubertaire. C'est un excellent moyen de prévention. La meilleure période pour les acquis techniques est la puberté.

Sur le plan hormonal, l'enfant est inadapté au travail lactique.

Les hormones sexuelles n'apparaissent qu'à la puberté. On ne peut pas espérer de l'agressivité avant la maturation sexuelle.

Sur le plan psychologique, c'est entre 8 et 12 ans que se font les grands apprentissages, qu'apparaît la première perception du schéma corporel, que débute la coordination, mais aussi que s'améliore la vitesse.

Avec l'apparition des caractères sexuels, il faut redouter les premiers échecs et attacher une importance particulière à l'apparition de la pudeur, au souhait de vivre leur vie et au manque de confiance qui résulte de ce corps qui ne leur plaît pas.

Il importe donc de soigner la relation entraîneur-enfant qui est fondamentale.

Les erreurs

Eviter absolument le surentraînement, la monotonie, la spécialisation précoce, l'entraînement lactique et la musculation lourde.

Favoriser

La diversité, l'intégration des stimuli, l'acquisition de la technique, l'amélioration ou l'entretien de la souplesse, l'hygiène de vie, le travail de vitesse et le travail aérobie dont la mise en action se produit environ au bout d'une minute au lieu de 2 chez l'adulte.

Blessures spécifiques

Les blessures les plus courantes pendant cette période sont :

Les périostites,

Les tendinites causées le plus souvent par des déséquilibres entre groupes musculaires,

Les ostéochondroses, douleurs de croissance révélées par le sport,

Les arrachements osseux (bassin) car le muscle est plus solide que l'os.

Surveillance du sportif

Visite annuelle chez Médecin du sport.

Le médecin généraliste (de famille) doit faire une surveillance générale et un contrôle anthropométrique tandis que le kiné gèrera d'éventuels déséquilibres musculaires.

Les contrôles de VO₂ max ne sont pas nécessaires avant l'atteinte du pic pubertaire (le travail suffit à la faire augmenter)

L'entraîneur veillera à ne pas aligner en compétition un enfant qui a des douleurs anormales.

Il sera très attentif à la survenue de :

Baisse de l'enthousiasme,

Irritabilité,

Chute du niveau scolaire,

Perte de sommeil,

Perte de l'appétit.

*COMMENT
ESTIMER LES
CAPACITES
PHYSIQUES DES
JEUNES*

Michel THUSSEAU (Secrétaire du CDOS 74)

C'est poser le problème de la PREDICTION DES PERFORMANCES, c'est évaluer à long terme les chances de réussite sportive d'un jeune pratiquant et cela, dès le début de son expérience.

Autrement dit, il s'agit de prédire, avec le plus de précision, ce que sera le niveau de performance d'un jeune sportif et ce, à partir d'informations recueillies actuellement.

Les Fédérations Sportives sont de plus en plus sensibles à ces opérations de 'détection des talents ».

Comment procéder ?

♦ A partir des résultats précoces

Pendant longtemps et hélas, encore trop souvent de nos jours, la prédiction est basée de manière empirique, en s'appuyant sur des résultats précoces et le « coup d'œil de maquignon » de l'entraîneur. En général, les praticiens répondent par l'affirmative et le développement d'une pratique sportive précoce dans les classes à horaire aménagé et les sections sportives correspond bien à cette forme de prédiction.

Or, la réalité sportive dément cette croyance : les corrélations observées entre les performances initiales et les performances finales sont, en général, très faibles et ce d'autant plus que l'on prend en compte des résultats de plus en plus précoces.

♦ A partir de quelles informations peut-on tenter cette prédiction ?

Actuellement, on s'oriente vers la mise en corrélation de deux sources d'informations :

- les capacités et les attributs du pratiquant susceptibles de déterminer son niveau de performance ultérieur.
- les caractéristiques objectives de l'activité sportive et le type de performance à réaliser en tenant compte d'une évolution prévisible des règlements et du matériel.

Exemple : en ski alpin, l'adoption des piquets à rotule a profondément modifié la technique du slalom.

1 - LES CAPACITES ou ATTRIBUTS PROPRES A CHAQUE SPORTIF

Elles sont complètement indépendantes de l'habileté technique et de la qualité de l'entraînement. Une grande partie de la recherche consiste à identifier les différents facteurs qui affectent la performance et peuvent servir de fondements à l'élaboration d'un instrument de prédiction.

Il est possible de classifier les différentes capacités ou attributs d'un pratiquant :

➔ Les caractéristiques morphologiques (taille, poids, longueur des membres). Il existe des tables de référence et des éléments codifiés qui sont :

- La courbe de croissance (établie à partir d'études sur un échantillon de population) pour la taille et le poids.
- L'âge osseux (critère fiable se basant sur l'étude des points d'ossification)
- La mesure de la masse musculaire.

➔ Les caractéristiques physiologiques (voir visite médicale d'aptitude chez l'enfant en annexe et notion de capacité aérobie°)

→ Les aptitudes physiques et cognitives (force explosive, équilibre, coordination, vitesse de perception, attention sélective, anticipation, coïncidence)

→ Les caractéristiques psychologiques (motivation, agressivité, personnalité)

→ Les caractéristiques de l'environnement social (capital culturel et économique de la famille, situation géographique)

2 - LES CARACTERISTIQUES OBJECTIVES DE L'ACTIVITE SPORTIVE

Chaque sport est composé d'un certain nombre de tâches qu'il faudra analyser, décomposer, déterminer. Par conséquent, l'essentiel du problème de la prédiction consiste à identifier ces tâches du simple au compliqué.

→ En sports individuels, les tâches ou aptitudes requises sont relativement faciles à repérer et à opérationnaliser.

→ En sports duels (combat ou raquettes), le nombre des aptitudes est déjà plus complexe compte tenu de la relation avec un adversaire.

→ En sports collectifs, la complexité est maximale compte tenu des relations inter individuelles au sein d'une équipe et de l'opposition de l'équipe concurrente et du niveau de l'enjeu.

L'identification des tâches ou aptitudes doit tenir compte en plus :

→ De l'évolution prévisible des performances et des règlements.

→ Des changements de combinaison des aptitudes entre la configuration initiale du jeune qui apprend et la configuration final du sportif qui accède au haut niveau.

Rappelons qu'il existe une cinquantaine d'aptitudes humaines et qu'il faudra, par étapes successives, opérer des filtrages d'aptitudes non pertinentes à la prédiction dans un sport donné.

Conclusion

Les approches concourent à établir un profil type des aptitudes requises pour réussir dans un sport donné. Il faudra confronter ce profil à la configuration personnelle du jeune sportif pour estimer les chances de réussite. Cependant, il faudra bien relativiser cette prédiction qui ne peut qu'indiquer les POTENTIALITES du jeune sportif. Pour réussir, la manière dont l'entraînement est conçu, et la façon dont la carrière sportive est gérée seront les éléments d'épanouissement des potentialités.

CAPACITE AEROBIE CHEZ L'ENFANT

Cette notion est d'un intérêt capital dans la conception de l'entraînement foncier chez l'enfant. Elle réclame quelques explications.

⊗ Exercice musculaire et consommation d'oxygène

La consommation d'oxygène mesurée en cours d'un exercice musculaire s'accroît de façon linéaire jusqu'à une valeur maximale propre à chaque sujet.

A une puissance de travail donné, exprimée en W (watt) correspond une consommation d'O₂ exprimée en L/minute.

Pour chaque individu (sédentaire ou entraîné), la CAPACITE AEROBIE ou CONSOMMATION MAXIMALE D'OXYGENE (VO₂ MAX) correspond à la puissance de travail maximale que le sujet peut réaliser sans dette d'oxygène donc travail AEROBIE. Plus cette VO₂ max sera élevée plus la puissance de travail sera grande.

⊗ Système de transport de l'oxygène

Le système doit assurer le prélèvement de l'O₂ (étape respiratoire), le transport proprement dit (étape cardio circulatoire), la livraison (étape musculaire).

La VO₂ MAX est atteinte quand les 3 facteurs de la formule de Fick sont à leur maximum, le système de transport de l'oxygène ne peut être davantage sollicité :

$$\text{VO}_2 \text{ MAX} = \text{FREQ. CARDmax} \times \text{V.E.S. max} \times (\text{CAO}_2 - \text{CVO}_2)$$

FREQ. CARD = Fréquence cardiaque

V.E.S. = Volume d'Ejection Systolique (volume de sang éjecté du ventricule lors d'une contraction cardiaque)

C.AO₂ = teneur en Oxygène du sang artériel.

C.VO₂ = teneur en Oxygène du sang veineux

L'âge, le sexe, le niveau d'entraînement modifient peu la fréquence cardiaque maximale ainsi que la différence artérioveineux en oxygène. Par contre, le V.E.S. subit un accroissement important au cours d'un exercice et se modifie avec l'entraînement.

⊗ Mesure de la VO₂ MAX chez l'enfant (en Centre Médico Sportif équipé)

Soit avec un cycloergomètre ou avec un tapis roulant suivant le protocole adapté, on peut mesurer directement ou indirectement la VO₂ MAX

Conclusion : N'oublions jamais que la VO₂ MAX est le paramètre universellement reconnu comme critère d'aptitude à l'effort aérobie.

VISITE MEDICALE D'APTITUDE CHEZ L'ENFANT

→ INTERROGATOIRE

◆ ANTECEDENTS

- Familiaux
- Personnels
 - Allergies / asthme
 - Chirurgicaux
 - Médicaux
 - Traumatologiques (fracture, entorse, tendinite, maladie de croissance)
 - Autres.

◆ TRAITEMENT(S)

En cours ou depuis la précédente visite

◆ PLAINTE(S)

- Douleurs
- Asthénie
- Autres
 - Quantification du sommeil (heure de coucher / de lever)
 - Quantification du mode d'alimentation
 - Externe ➢ $\frac{1}{2}$ pens. ➢ Interne
 - Trouble du comportement Alimentaire
 - Grignotage ➢ Soda

◆ QUANTIFICATION DE L'ENTRAINEMENT

- Heures par semaine.
- Nombre de séances / semaine :
 - Spécifiques.
 - Préparation Physique Générale

◆ SCOLARITE

- Classe / âge

◆ VACCINATIONS

→ EXAMEN CLINIQUE

◆ PUBERTE

- Stade pubertaire (classification de Tanner)
- Date des 1ères règles (fille) - retard

◆ EXAMEN BUCCO-DENTAIRE

(ou date de la dernière visite chez le dentiste)

◆ EXAMEN CARDIO-VASCULAIRE

- Auscultation cardiaque (souffle)
 - T.A. repos
 - Test de Ruffier = 30 flexions en 45 sec.
 - PO : Pouls au repos.
 - P1 : Pouls immédiatement après l'arrêt des flexions.
 - P2 : Pouls 1 mn après l'arrêt des flexions
- $$IR = \frac{(PO + P1 + P2) - 200}{10}$$

Si l'indice de Ruffier est supérieur à 15 :
Un ECG permet d'éliminer un trouble du rythme, de la conduction ou de repolarisation.

Si l'ECG est normal, sans autre signe clinique, il n'y a pas de contre-indication à la pratique du sport, mais il faut conseiller de travailler en endurance.

IR = Indice de Ruffier

	IR
IR < 5	Très bon
5 < IR < 10	Bon
10 < IR < 15	Moyen
IR > 15	Insuffisant

◆ EXAMEN PULMONAIRE

- Auscultation.
- Epreuve Fonctionnelle respiratoire (E.F.R.) si doute
- Si le sujet présente un asthme :
Ce n'est pas une contre-indication, si l'asthme est bien équilibré.
S'il s'agit d'un asthme d'effort, la prise préventive d'un B2-mimétique résout généralement le problème.

◆ EXAMEN ABDOMINAL

◆ EXAMEN DES AIRES GANGLIONNAIRES

◆ APPAREIL LOCOMOTEUR

- Latéralité : Droitier / Gaucher
- Pied d'appel : Droitier / Gaucher
- Rachis : radio en cas de doute
 - Maladie de croissance Scheuermann.
 - Scoliose

Si le jeune sportif présente une maladie de croissance :

Osgood Schlatter (genou) ; Scheuermann (rachis), Sever (talon) etc... il s'agit d'une contre-indication temporaire, nécessitant une surveillance clinique et/ou radiologique.

Si le sportif présente une scoliose :

il convient de faire des radiographies pour apprécier l'origine et le degré de cette scoliose. Une surveillance clinique et radiologique s'impose, dont la fréquence dépend de l'âge du pratiquant. S'il n'y a pas de retentissement clinique important, le sport est autorisé, en évitant les sports asymétriques ou agressifs pour le rachis.

◆ MEMBRES SUPERIEURS

◆ MEMBRES INFÉRIEURS

- Genoux : Axés - Varum - Valgum
- Maladie de croissance : Osgood-Schlatter
- Pieds : Normaux - Plats - Creux
- Maladie de croissance : Sever

◆ EXAMEN NEUROLOGIQUE

◆ VUE

- Acuité
- Port de lunettes ou de verres de contact.

◆ AUDITION

- Acuité
- Vérification des tympons si antécédent ou sport exposé (natation)

A l'issue du bilan médical, le médecin, comme après toute consultation, note les points à surveiller ou à corriger : vaccinations, réalisation de semelles, consultation spécialisée, ou examen complémentaire, etc... et est amené à délivrer un certificat médical qui peut être de plusieurs types.

Le fichier utilisé pour vous communiquer le présent document est déclaré auprès de la CNIL. En application des dispositions des articles 34 et suivant de la Loi « Informatique et Libertés » du 06/01/78, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification auprès du pharmacien responsable de notre laboratoire

*ORGANISATION
DU SPORT
SCOLAIRE
ET
UNIVERSITAIRE*

Hervé LECOQ (Directeur UNSS 74)

Le sport scolaire est représenté, dans les 1^{er} et 2nd degrés, par trois fédérations qui sont :

⇒ **L'UGSEL** : l'Union Générale Sportive de l'Enseignement Libre.

Fédération sportive de l'enseignement catholique qui s'engage « à faire vivre les valeurs évangéliques à travers la pratique des activités physiques » (prologue de la charte)

⇒ **L'USEP** : l'Union Sportive de l'Enseignement Primaire.

Idéologie laïque et humaniste de l'éducation. Secteur sportif scolaire de la ligue française de l'enseignement et de l'éducation permanente.

⇒ **L'UNSS** : l'Union Nationale du Sport Scolaire.

Représentée au CNOSF, membre de la confédération du sport scolaire et universitaire.

Fédération sportive au service des jeunes collégiens et lycéens des établissements publics (et autres)

Malgré quelques différences dans les statuts et le fonctionnement, elles se rapprochent dans l'approche de la pluridisciplinarité.

⇒ **La FFSU** : Fédération Française du Sport Universitaire en assure la continuité.

L'UGSEL et l'USEP interviennent au niveau du 1^{er} degré. Sont concernées par le 2nd degré l'UGSEL et l'UNSS, tandis que la FFSU est la seule fédération pour l'enseignement supérieur.

Elles ont toutes une mission de service public, sont régies par la loi 1901 (dérogation - présidences)

Elles sont constituées par un regroupement d'AS dont le but commun est de promouvoir le sport dans le respect de certaines valeurs.

La participation est basée sur le volontariat (licence)

L'USEP est habilitée et conventionnée par l'Education Nationale (convention d'objectifs).

L'UGSEL, l'UNSS et la FFSU (et Ministère Jeunesse et Sports) sont sous tutelle de l'Education Nationale qui participe à la définition et la mise en œuvre des objectifs.

Elles reçoivent des subventions des collectivités territoriales (Conseil Général, Jeunesse et Sports)

1^{er} degré

Beaucoup de similitude entre l'UGSEL et l'USEP, exception faite des valeurs chrétiennes ou laïques.

Présence des deux fédérations au niveau de l'école :

⇒ Intervention au niveau de l'EPS, dans le cadre de l'aménagement du temps de l'enfant, et ce, uniquement pendant le temps scolaire (aides municipales dans certains cas).

Chacune a ses propres manifestations (journée olympique pour l'UGSEL).

De façon ponctuelle, elles vivent quelques événements en commun « 34 sommets pour l'an 2000 » « Rando-Glières ». A noter, le caractère festif de ces journées. L'aspect sportif est un complément et non une fin en soi. Suivant le thème, on y retrouve un concours de dessin, une tâche particulière.

⇒ Intervention au niveau de la formation des enseignants (stage). Aide à l'élaboration des contenus d'enseignement.

L'USEP, quant à elle, propose des stages, hors temps scolaire, à partir d'une activité physique et sportive support. Le thème général tourne autour de la vie de l'AS.

L'USEP existe aussi hors temps scolaire dans une proportion moindre (péri-scolaire). L'aspect compétitif n'est pas, sinon rarement, recherché. La notion de rencontre est importante. Par contre, la découverte est souvent privilégiée (brevet, évaluation)

Une attention toute particulière est portée à la formation du délégué enfant. Il est adhérent et acteur (joueur !). Les associations épaulées par la structure départementale, cherchent à développer l'esprit critique au travers de valeurs que sont la citoyenneté, l'autonomie, la solidarité.

La cotisation n'est pas simplement une licence mais aussi une carte confédérale.

2nd degré

Egalement des ressemblances entre l'UGSEL et l'UNSS (idéologies différentes)

⇒ Préambule :

- ☞ L'UGSEL accueille aussi des établissements privés non confessionnels.
- ☞ Une AS constituée dans un établissement privé sous contrat peut s'affilier à l'UNSS. Les établissements publics identifiés par un numéro d'immatriculation doivent obligatoirement être affiliés à l'UNSS.

L'animation des associations sportives est assurée par les enseignants EPS, garants du suivi pédagogique. Elle est prévue, dans les textes, le mercredi après-midi (temps libéré pour la pratique). Constituée de structures départementale, régionale et nationale, elles proposent :

- Différents projets (osmoses)
- Des entraînements et des compétitions à différents niveaux de pratique (districts, département, académique, national voir international : FISEC, ISF).

De toute évidence, l'aspect sportif est privilégié (distinction avec l'enseignement primaire). La notion de rencontre est, elle aussi, primordiale.

La formation des jeunes prend une part importante dans les objectifs à atteindre. C'est une des spécificités du sport scolaire. Différentes valeurs sont inculquées dont l'éducation à la citoyenneté, la prise de responsabilité (arbitre, jury, organisateur), l'apprentissage de la vie associative, la lutte contre le dopage (contribution à un sport propre - différentes chartes) ainsi que l'éducation à la santé.

Ces deux fédérations sportives scolaires proposent la multi-activité : sports collectifs, athlétisme, activité de pleine nature, sports de raquettes, etc... Tout élève peut, avec la même licence, découvrir différentes disciplines au cours de l'année scolaire (+ de 60 activités sportives proposées sur le territoire en UNSS et + de 40 championnats de France).

A noter : la place faite aux filles, le développement du sport intégré (handicapé - valides) en UNSS, la capacité à faire vivre de grands évènements.

L'enseignement supérieur et la FFSU

Il n'y a pas d'échelon départemental au niveau de la structure.

On y retrouve les notions : d'associations sportives, d'affiliation, de licenciés, de multi-activités, de championnats (structure pyramidale)

Trois types de compétitions :

- 1 - Championnat de France des Universités : CFDU (tout étudiant FAC)
- 2 - Championnat de France Universitaire : CFU (STAPS)
- 3 - Championnat de France des Grandes Ecoles : CFGE (Ingénieur, IUT...)

La formation des Jeunes Officiels se fait au niveau académique voire à l'échelon national. Les horaires sont adaptés aux différentes contraintes. Il n'y a pas de textes, il est vivement recommandé de libérer les étudiants pour faciliter les rencontres.

Conclusion :

Nous n'avons, volontairement, fait apparaître aucun chiffre quant au nombre de licenciés, au nombre de participants...

Cet exposé se veut le plus neutre possible.

Tout le monde aura noté :

- 1 - La continuité du sport scolaire de la primaire à l'université.
- 2 - L'intérêt que porte l'éducation nationale. C'est aussi le cas des élus.
- 3 - La complémentarité avec le mouvement sportif.
- 4 - Le fait que de plus en plus de fédérations reconnaissent ses objectifs et sa spécificité.

Le sport scolaire est « le sport au service de l'éducation et l'éducation par le sport »

Coordonnées

UGSEL 74

Collège La Salle
190, chemin de Grafenberg
74 370 - PRINGY
Tel : 04.50.09.71.15. Fax : 04.50.27.36.87.

USEP 74

3, avenue de la Plaine
74 000 - ANNECY
Tel : 04.50.52.30.06. Fax : 04.50.45.81.06.

UNSS 74

Collège Raoul Blanchard
14, rue Président Favre
74 000 - ANNECY
Tel : 04.50.51.68.52. Fax : 04.50.51.68.67.

FFSU - CRSU

Domaine Universitaire
Allée de la Passerelle
38 400 - ST MARTIN D'HERES
Tel : 04.76.82.44.10. Fax : 04.76.82.44.12.

*ACCUEIL DES
JEUNES
ET
PLURIACTIVITE*

Philippe MARGUIN (Référent Départemental Rugby)

L'école, à travers les rythmes scolaires (si souvent étudiés pour peu d'application réelle), les associations sportives scolaires, les associations sportives dépendantes d'une Fédération, autant de lieux où l'enfant devrait se réaliser et se construire un équilibre bénéfique pour son bien-être. La réalité est souvent différente (sauf lors de certaines expériences qui sont malheureusement peu nombreuses et limitées dans le temps). Le manque de cohérence et de collaboration dans l'éducation sportive de l'enfant, résultat d'intérêts divergents des structures d'accueil, est aujourd'hui une évidence.

PREAMBULE

- 1) Selon le Centre d'Etude d'Opinion (1980), 80 % des enfants de 8 à 14 ans considèrent le sport comme quelque chose d'important ou de très important dans la vie.
- 2) En 1985, d'après le Ministère Jeunesse et Sport, le nombre de jeunes pratiquants entre 6 et 16 ans était supérieur à 2 millions.
- 3) Selon Danse et Lambert (1978), 95 % des parents pensent que la pratique du sport par leurs enfants est indispensable. 86 % pensent même que c'est aussi important que les activités intellectuelles.
- 4) Le 23 Mai 1986, l'«Equipe» publie un sondage dans lequel 67 % des personnes interrogées sont favorables à l'introduction du sport à l'école tous les jours et pensent que la pratique régulière favorise les études.
- 5) Les pédiatres à 99 % considèrent que la pratique du sport est bénéfique pour l'enfant de 7 à 16 ans (Mandel et Hennequet 1984). 74 % d'entre eux sont opposés au sport de compétition avant la fin de la puberté et ils sont unanimes pour dire que l'entraînement intensif précoce est dangereux.

Ces quelques remarques montrent la place importante qu'occupe le sport dans la vie des enfants (pour eux ou leurs parents) mais également les risques de sa pratique dans de mauvaises conditions.

Ceci nous amène à nous poser un certain nombre de questions.

- Quel sport et à quel âge ?
- Quand aborder la compétition ?
- Quelles structures d'accueil ?
- Etc...

Nous ne répondrons pas à toutes ces questions par manque de temps et nous concentrerons notre propos sur les différentes structures d'accueil et la complémentarité qui devrait les relier.

1 - L'ECOLE

1-1 L'ECOLE PRIMAIRE

La difficulté majeure de l'enseignement du sport au sein de ce type d'établissement réside surtout par le manque de cohérence des rythmes scolaires, si souvent étudiés pour peu très peu d'application réelle.

Ces rythmes scolaires étant la nécessité d'une synchronisation entre les rythmes humains et les rythmes environnementaux. A titre d'exemple, il y a quelques années, Guy DRUT avait lancé une opération pilote dans 170 sites (800 établissements scolaires) appelée « les après-midi sans cartables ».

A l'école primaire, les champs d'action des enseignants sont nombreux. De la Maternelle jusqu'au CM2, soit 8 années, l'instituteur doit être capable d'enseigner le français, la lecture, l'écriture, les maths, l'histoire, la géographie, la technologie, la biologie, les arts plastiques, l'éveil musical, les langues vivantes, la poésie, et bien sûr, l'éducation physique et sportive. Tout cela à raison de 26 heures par semaine, pendant cinq périodes d'environ 7 semaines, tout au long de l'année.

A moins d'être un super génie, il est évidemment impossible d'être réellement compétent dans chacun de ces domaines. On privilégie donc, naturellement, certains cours au détriment d'autres matières. Souvent, il faut le reconnaître, l'éducation physique et sportive (EPS) pâtit de cette situation. C'est même peut-être là où les écarts, suivant les classes, sont les plus flagrants. Les instructions officielles du Ministère de l'Education Nationale sont pourtant formelles. Elles précisent que l'EPS est de nature à *« perfectionner les conduites motrices et doit tendre vers l'amélioration de la sécurité et l'efficacité des actions afin de favoriser le développement corporel, psychologique et social de l'enfant »*.

Bref, il ne s'agit pas d'organiser des entraînements spécialisés qui pourraient ressembler à ce qui se pratique dans les clubs sportifs, mais chercher l'épanouissement de l'enfant par le biais du mouvement.

D'ailleurs, on ne parlera pas d'athlétisme, de natation, de gymnastique ou de football dans les écoles, mais d'activités à caractère athlétique, aquatique, de pleine nature, gymnique, d'expression et de jeu collectif.

Notons enfin que comme pour les autres matières, il existe des programmes qui couvrent les trois cycles de l'enseignement primaire. La continuité de l'apprentissage implique de connaître précisément les activités des classes en amont ou en aval de la sienne.

Voilà pour la théorie représentée par les conseillers pédagogiques de circonscription (... particulièrement peu nombreux et généralement surchargés de travail).

Dans la pratique, en effet, les choses ne se passent pas toujours aussi bien. En fait, il faut différencier la situation des écoles urbaines où les cours d'EPS se trouvent parfois donnés par des professeurs extérieurs payés par la ville ou la région de celle de la plupart des écoles rurales, où ce sont les instituteurs qui conservent la charge du programme. Et là, on rencontre parfois des situations cocasses.

Imaginez le sentiment du ridicule d'un instituteur ne sachant pas nager, confronté à une bande de gosses qui barbotent dans le petit bassin sous l'œil goguenard du maître nageur dont la mission est de surveiller l'ensemble de la piscine. D'autres sont nullissimes en sport. Seuls, devant leur classe, ils s'interrogent sur la meilleure façon de franchir le fil lors d'un exercice de saut en hauteur, alors qu'eux-mêmes n'ont plus mis les pieds dans un gymnase depuis l'examen du baccalauréat. Certes, les formations actuelles de maître d'école prévoient des épreuves sportives dans l'attribution du diplôme (en première année, le sport ne fait pratiquement l'objet d'aucun cours). En seconde, un module de 15 à 30 heures lui est consacré (+ 50 heures facultatives), mais le contenu est en grande partie théorique.

Mais, d'une part, elles ne sont pas éliminatoires, d'autre part, la nomination de beaucoup d'instituteurs en place date d'avant ces directives.

On comprend que leurs conseils puissent manquer parfois de pertinence. Ou de savoir faire ! Comme cet enseignant amoureux du rugby qu'il aimerait faire découvrir à ses élèves, mais qui, à l'issue de la première leçon, se retrouve avec une bande de gamins déchaînés dont l'un ou l'autre saigne du nez. Dans ces conditions, beaucoup d'instituteurs, malgré leur bonne volonté, envisagent la future séance d'EPS comme un véritable chemin de croix.

Alors, que faire ?

Délaisser l'EPS pour la confier à des intervenants extérieurs ne paraît pas une solution idéale car elle supprimerait, du même coup, un moment privilégié où professeur et élèves acquièrent une meilleure connaissance mutuelle et où l'instituteur peut observer leur comportement face à des situations nouvelles. Mais on ne peut pas non plus abandonner les enseignants à leur triste sort. Une collaboration intelligente et « conventionnée » avec les clubs et les fédérations sportives semble une solution logique. Les enfants pourraient bénéficier de conseils avisés de moniteurs diplômés (en respect de la législation en vigueur), bien plus précieux que ceux de leur instituteur, plutôt ignare en ces matières. Il est clair que ce type de collaboration ne doit pas dévier de son but pédagogique original. Il s'agit d'épanouissement de l'enfant et pas d'un programme précoce de détection des jeunes talents. Mais si on prend soin de bien situer l'activité dans son cadre scolaire, ce type de rapprochement « école -fédération » pourrait dissoudre à peu de frais un grand nombre d'angoisses du côté des professeurs et des frustrations du côté des élèves.

La pratique du sport à l'école primaire est également possible au sein de l'UGSEL (Union Générale du Sport de l'Enseignement Libre) ou de l'USEP (Union Nationale de l'Enseignement Primaire) ; ces deux structures sont à l'école primaire ce qu'est l'UNSS (Union Nationale du Sport Scolaire) au collège.

L'USEP est un mouvement issu de la Ligue Française de l'enseignement et de l'éducation permanente fondée, il y a plus d'un siècle pour prolonger l'œuvre de l'école dans la société. L'USEP possède la spécificité d'être directement reliée au cadre scolaire.

Malheureusement, tous les établissements scolaires n'abritent pas une association USEP (au niveau national, ils sont à peine 30 %).

1 - 2 COLLEGES, LYCEES, UNIVERSITES

Dans ce type de structure, l'encadrement du sport est assuré par des professionnels de l'éducation physique et sportive ayant suivi une formation spécifique à cette matière.

En plus des heures d'EPS obligatoires, les élèves peuvent participer à des activités sportives au sein de l'association de l'établissement -UNSS (Union Nationale du Sport Scolaire) ou UGSEL en Collège et lycée, FFSU (Fédération Française du Sport Universitaire) en universités -

Au sein de ces structures, la professionnalisation de l'enseignement est un atout indéniable. Il serait, par contre, intéressant de se pencher sur l'aménagement des cursus afin de permettre aux jeunes de pouvoir mener de front des études poussées et une pratique sportive de bon niveau car, à l'heure actuelle, cela relève bien souvent du seul bon vouloir de tel ou tel chef d'établissement.

2 - LES FEDERATIONS SPORTIVES - LES ASSOCIATIONS SPORTIVES

Depuis quelques années, les fédérations sportives se font les plus belles pour séduire les jeunes en quête de nouvelles passions. L'enjeu de cette entreprise de séduction ? Accroître le nombre de licenciés pour élever tout à la fois le prestige du sport, le niveau des compétitions et les crédits du ministère.

Certaines fédérations investissent le temps des vacances, les autres quadrillent les créneaux scolaires à des niveaux différents (école primaire, collège, lycée).

Mais, en tous cas, toutes s'évertuent pour attirer, captiver puis tenter de conserver les moins de 18 ans parmi leurs licenciés. L'enjeu ? Environ 4 millions d'enfants déjà licenciés et tous ceux s'adonnant à une discipline sportive en dehors du cadre fédéral. Dans tous les cas, un public d'infidèles, très enclin à abandonner rapidement un sport pour en adopter un autre, au gré des modes et des résultats (ex : le rush des ados après la découverte de la Dream Team aux JO de Barcelone, ou bien celui enregistré par la fédération d'escrime après la moisson d'Atlanta).

Tendances, évolution de l'activité sport

Pour mesurer cette évolution, il y a 6 indicateurs :

- les licenciés : 20 % de la population française, depuis 1990, ce chiffre est stable et ne progresse plus.
- 50 % de la population aurait une activité sportive, licencié 20 % ou non licencié 30 %. Ce chiffre n'augmente pas non plus.
- La durée de pratique augmente légèrement.
- La diversification des pratiques augmente.
- Le « turn over » augmente (durée moyenne de pratique dans un club = 3 ans)
- Le niveau de concurrence entre les sports et entre les clubs de même discipline sportive augmente.

La pratique au sein des clubs

Un des critères d'attribution de subventions au niveau fédéral, régional, départemental ou local est le nombre de jeunes licenciés.

Ceci, ajouté à la quasi disparition de la pratique dite « sauvage » (due à l'urbanisation et à l'apparition des jeux vidéos) entraîne un rajeunissement de l'entrée dans l'activité au sein des clubs.

Alors que dans les années 60-70, on débutait dans une activité sportive à environ 11 ans, on le fait aujourd'hui à 6 ou 7 ans (même plus tôt dans certaines disciplines)

Les clubs ont du s'organiser pour répondre à cette nouvelle donne.

Ce rajeunissement de l'entrée dans une activité a plusieurs conséquences :

- mise en place de structure d'initiation (formation de cadres)
- la concurrence avec le sport scolaire (USEP - UNSS) d'où l'intelligence de certaines associations de ne pas fonctionner le mercredi afin de laisser cette journée consacrée au sport à l'école permettant à l'enfant de pratiquer une autre activité que celle qu'il pratique en club.
- Comment concevoir qu'un enfant qui entre dans une activité à 7 ans puisse encore y prendre du plaisir à 17 ou 18 ans, ce qui explique en partie le « turn over » de plus en

plus fréquent. Les éducateurs doivent se montrer très performants auprès de ces jeunes afin que ceux-ci gardent un bon souvenir de l'activité.

- L'aménagement de « l'aspect compétition », la compétition fait partie de l'apprentissage d'une activité, elle est naturelle chez l'enfant. Mais, il faut supprimer la « championnate » et ne pas considérer l'enfant comme un adulte en miniature. Beaucoup de personnes reprochent au monde fédéral cet état de fait, même si de plus en plus de fédérations banalisent « la compétition pour la compétition » (suppression de titres nationaux jeunes, pratique loisir, etc...)
- La recherche et la mise en place d'activités complémentaires en appui de l'activité principale (ex : au sein de l'école de rugby d'Annecy, on pratique la lutte, le judo et une école de cirque est intervenue au sein de l'école afin de travailler l'équilibre et le jonglage)

3 - AUTRES STRUCTURES

D'autres structures accueillent les jeunes et leur proposent des activités sportives :

- les MJC et les maisons de quartier,
- les structures municipales (pendant les vacances scolaires),
- les centres aérés ou de vacances,
- etc...

CONCLUSION

En guise de conclusion, nous aimerions dire que l'apprentissage du sport mériterait une réflexion approfondie de la part de toutes les structures que nous avons évoquées afin que chacune d'elles remplisse un rôle complémentaire par rapport aux autres et qu'elles s'imbriquent parfaitement les unes aux autres, ce qui n'est pas forcément le cas aujourd'hui. Pourtant, nos objectifs sont communs, faire de nos jeunes des adultes citoyens, les préparer aux épreuves de la vie. Les vertus du sport ne doivent pas être valorisées uniquement, comme c'est trop souvent le cas aujourd'hui, lors de l'embrasement de nos cités, afin de servir de remède.

Bibliographie

L'enfant et le sport - Marc Durand ed PUF

L'enfant et le sport - Hors série Sport et Vie