

## Les activités physiques et sportives

- > Quelles compétences psychosociales les activités physiques et sportives permettent-elles de développer ?
- > Quelles modalités de mise en œuvre sont propices à leur développement ?



Comment ce livret a-t-il été construit ?

18 TEMPS  
D'ÉCHANGE

Collectivités  
préfiguratrices

75  
PARTICIPANTS

Institutions

Équipes  
d'animation

Associations  
locales

Mouvements  
d'éducation  
populaire

### UN ENGAGEMENT POUR UN ACCUEIL ÉDUCATIF

1. Les enfants de moins de 6 ans
2. Les enfants de 6 à 11 ans
3. Les jeunes de 11 à 14 ans
4. Les jeunes de 14 à 17 ans
5. Les enfants à besoins spécifiques

### UNE NOUVELLE APPROCHE DES ACTIVITÉS ÉDUCATIVES

1. Les activités culturelles et artistiques
2. Les activités scientifiques et techniques
3. Les activités numériques
4. Les activités citoyennes
5. Les activités environnementales
6. Les activités physiques et sportives
7. Les activités ludiques

### UNE AMBITION DE CONTINUITÉ ÉDUCATIVE

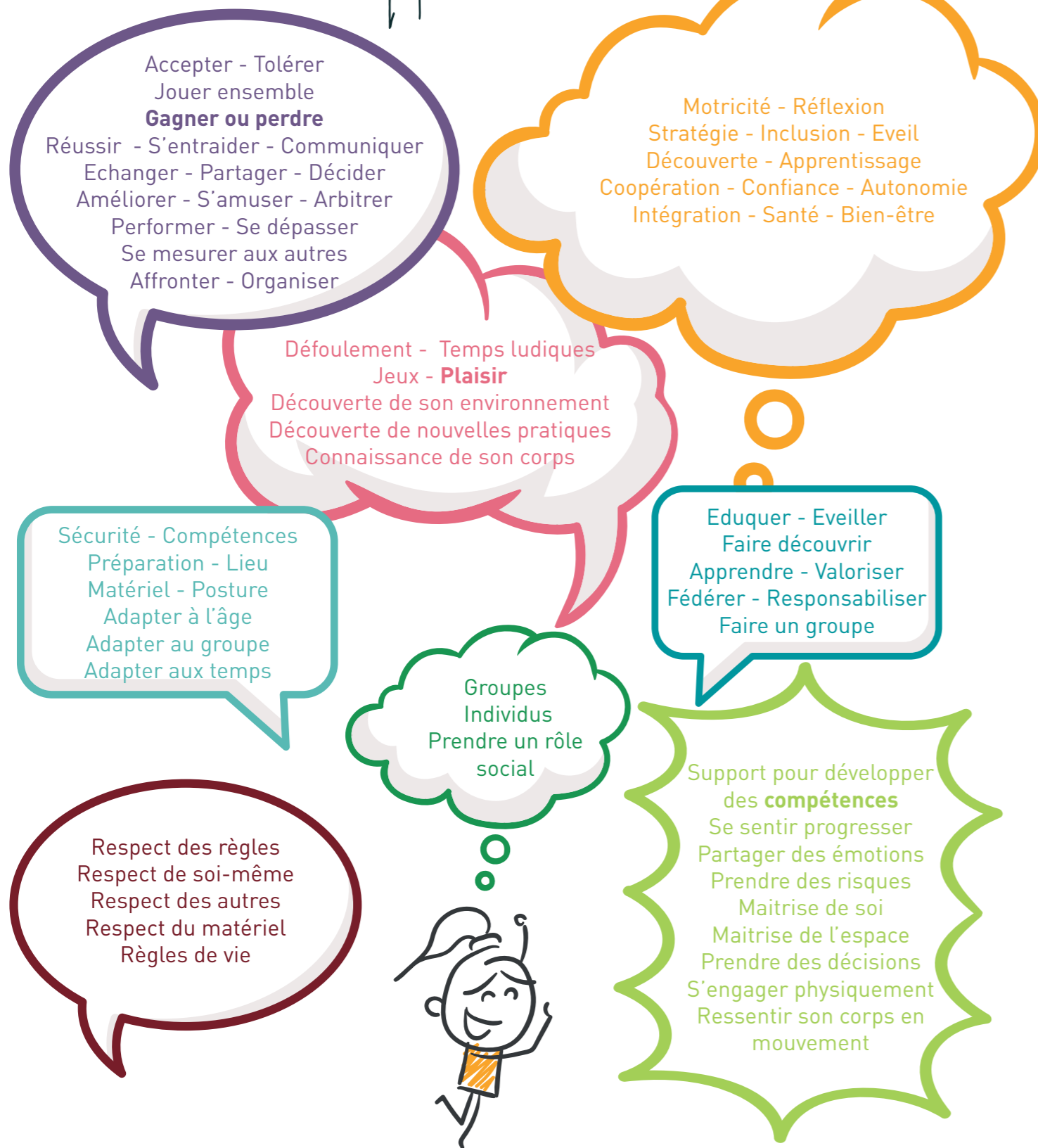
1. La continuité éducative et le Plan Mercredi
2. Les conditions de réussite
3. La parentalité
4. La petite enfance
5. La scolarité
6. La jeunesse

Comment mobiliser ce livret ?

**Les activités physiques et sportives sont proposées depuis de nombreuses années au sein des projets d'animation des accueils collectifs de mineurs et participent chez l'enfant et le jeune au développement de compétences sociales, cognitives et émotionnelles.**

Ce document, qui restitue les échanges d'un groupe de travail interprofessionnel, vise à retracer la manière dont ces activités sont appréhendées à l'heure actuelle par les équipes d'animation. Ces propos sont mis en regard avec une approche spécifique au développement des compétences psychosociales proposée par « Terre des hommes » *Comment travailler avec les enfants et leur environnement* Manuel de compétences psychosociales.

Que représentent les activités physiques et sportives pour les équipes d'animation ?



## 1. En quoi les activités sportives ou physiques permettent-elles de développer les compétences des enfants et des jeunes ?

### L'activité sportive et/ou physique **UNE ACTIVITÉ GLOBALE POUR L'ENFANT**

Lors d'une activité sportive ou physique, le mineur mobilise un large éventail de compétences cognitives, émotionnelles et sociales. C'est une activité où il se confronte mentalement et physiquement aux autres et à lui-même, il se (re)découvre dans ses émotions

et ses sensations. Potentiellement, l'activité sportive peut amener l'enfant vers de nouvelles découvertes (activité à la mer par exemple), ou sportive (un nouveau sport) mobilisatrices de capacité d'adaptation.

### Une activité **OÙ ON SE CONFORTE**

Que ce soit au cours d'un sport individuel ou collectif, différentes compétences peuvent être mises en pratique dans les relations avec les co-équipiers ou les « adversaires ». Par exemple, le jeu « Poule-renard-vipère » nécessite pour les participants de comprendre l'intérêt de s'allier, nécessite de construire une prise d'information dans l'action afin de créer un rapport d'opposition et incite également à faire des choix. S'entraider sans dénigrer les moins expérimentés, se mesurer sans se juger, imaginer de nouvelles règles pour mieux jouer ensemble avant de s'attacher à

*« Lorsque l'on fait des activités avec des enfants, il est très important de comprendre les avantages et les désavantages de la compétition et de connaître les principes de coopération. »* Terre des hommes

gagner sont autant d'exemples de postures que seul l'animateur sera en capacité de stimuler avec les enfants ou les jeunes. L'activité sportive et/ou physique pratiquée en accueil de loisirs est un puissant espace pour faire vivre des principes de vie en société et s'y mouvoir. L'organisateur de l'accueil de loisirs, par son

*La plupart du temps, les enfants sont exposés à un modèle de compétition, car de nombreuses sociétés fonctionnent selon ces principes, tout comme l'être humain, de manière spontanée. Que ce soit à l'école ou dans les jeux, les enfants ont le réflexe d'être les meilleurs ou de battre l'autre équipe. Tout être humain a une force en lui qui le pousse naturellement à se développer. Il est donc très sain de mettre les enfants dans des situations compétitives où ils doivent atteindre des objectifs et faire des efforts pour dépasser leurs propres limites. La compétition apprend à gagner ou perdre, concept essentiel dans la vie quotidienne.*

*Cependant, il peut y avoir des conséquences négatives lorsque l'objectif se focalise sur des personnes au lieu de se centrer sur l'action. Si le besoin d'être le meilleur et le plus fort prend le dessus sur le respect de l'autre, alors il y a risque d'agressivité et de violence. Il est donc important pour les enfants d'apprendre à respecter l'adversaire, à ne pas utiliser de tactiques agressives et à ne pas avoir peur de la défaite. C'est à l'animateur d'insuffler des réflexes de coopération dès le plus jeune âge, car cela nécessite de l'entraînement »*  
Terre des hommes

projet éducatif, a la responsabilité d'en définir le cap. Il est nécessaire de considérer que les activités physiques et sportives en ACM sont centrées sur l'action et non sur le résultat, l'important c'est l'aventure. Pour l'animateur il s'agit de valoriser les tentatives et pas uniquement les réussites, valoriser le projet même s'il a échoué. Il faut s'autoriser à rater pour savoir prendre des risques : l'initiative était bonne de vouloir faire une passe à un coéquipier. Même si cette passe a échoué, c'était un bon choix en termes de stratégie, de cohésion et d'initiative.

Le but d'une activité physique et sportive en ACM est bien d'éduquer, pas d'obtenir un résultat sportif.

Par le nécessaire rapport à l'autre qu'elle induit, l'activité sportive et/ou physique est souvent pratiquée pour favoriser les échanges et les rencontres en début de période et faciliter la création d'un collectif. En effet mon adversaire est aussi mon partenaire, si je ne les respecte pas, je ne peux plus jouer.

## Une activité OÙ ON SE DÉCOUVRE

L'activité physique implique le corps et l'intellect. En mobilisant l'enfant ou le jeune dans son intégralité, sa pratique – orientée par l'animateur – est une expérience pour se découvrir. Prendre des décisions au cours de situations en mouvement, prendre une responsabilité au cours du jeu, sentir les sensations de son corps en activité, être heureux ou fier d'avoir réussi sont des exemples d'expériences que vivra le mineur. De nombreux animateurs se souviennent d'enfants qui se sont pas sentis capables de faire, d'y arriver. L'animateur, par son rôle de soutien, de valorisation, de conseils sur la technicité ou la stratégie à adopter sera à même d'être un des acteurs qui participera à l'épanouissement de l'enfant.

Il peut être envisageable de laisser l'enfant expérimenter sans consignes, pour qu'il découvre les possibles de son corps.

Les activités physiques et sportives ne sont pas à considérer uniquement à travers le prisme des

*« Les activités de coopération quant à elles ont de multiples avantages : interdépendance positive entre les joueurs, acceptation des autres sans jugement, stimulation du plaisir et développement du sens des responsabilités et de l'engagement collectif. Chaque personne participe activement, s'amuse et atteint un but, c'est-à-dire «gagne» d'une manière ou d'une autre. Le but de l'activité ou du jeu est de stimuler et de mettre au défi tous les participants pour atteindre un objectif commun. »*

*Des recherches scientifiques sur le concept de coopération indiquent que les enfants apprennent mieux en groupe qu'individuellement. Coopérer pour atteindre un but ensemble est fondamental pour le développement d'un enfant. »*  
Terre des hommes

*« L'épreuve demande de se surpasser par une maîtrise de soi qui peut générer de la peur mais aussi de l'euphorie, de la fierté... Le défi qui met les individus en concurrence valorise le résultat. C'est alors la déception, la consternation, l'exultation ou la jubilation, couramment associés à la défaite ou à la victoire qui sont ressentis. La rencontre, moins compétitive, favorise, elle, la générosité, la compassion, l'amitié et le respect développant la communication, l'empathie et le plaisir d'être ensemble ».*

USEP, Pôle médical – fiche n°2 – Faire pratiquer une activité physique et sportive comme source de bien-être

disciplines sportives. Les jeux traditionnels sont tout aussi vecteurs de sensations physiques positives (ballon chronomètre par exemple). De même, des activités ludiques et des jeux collectifs peuvent aussi

pousser à prendre des risques et des décisions. Il est nécessaire de laisser l'enfant expérimenter l'activité, échanger sur les règles et ré expérimenter afin qu'il ne soit pas un acteur captif de l'activité.

L'activité sportive est aussi un apprentissage de la

## Une activité OÙ ON DÉCOUVRE

L'activité physique et sportive est l'occasion pour les enfants et les jeunes de découvrir de nouvelles pratiques, jeux traditionnels de l'histoire de leurs grands-parents, nés ici ou ailleurs. En demandant aux jeunes de présenter des jeux physiques qu'ils connaissent, l'activité peut avoir comme objectifs la rencontre et l'ouverture culturelle ou la prise de parole devant un groupe.

De même, la découverte de nouvelles pratiques sportives permettra aux mineurs de mobiliser des aptitudes différentes, d'enrichir sa culture voire d'éveiller à un goût prononcé pour une discipline sportive.

Ce type d'activités est aussi un moyen pour amener les mineurs vers des lieux naturels remarquables : en forêt pour pratiquer un parcours acrobatique

vie. Une activité de ce type au cours d'un mini-camp nécessitera à l'enfant de préparer une tenue adaptée, de prévoir de l'eau et de pouvoir se changer. Autant de geste de la vie quotidienne que l'enfant, vecteur d'autonomie, que l'enfant pourra acquérir dès son plus jeune âge.

*« Avec des enfants en proie à des émotions trop fortes, remettez la situation en perspective et pensez à leur donner le choix entre deux possibilités. Enseignez aux enfants que chaque émotion est utile, qu'elle doit être libérée et qu'elle peut être exprimée de manière appropriée à un moment adéquat. En montrant aux enfants comment exprimer leurs émotions à travers le dessin, l'écriture ou le sport, en les encourageant à partager leurs émotions avec une personne de confiance, vous leur permettez de les gérer de manière positive et saine. »* Terre des hommes

en hauteur ou à la plage pour pratiquer du char à voile. Ces activités en sortie sont aussi des vecteurs de sensations voire de stress pour l'enfant que l'animateur accompagnera à maîtriser pour aider le mineur à se dépasser.

## 2. La place et le rôle de l'équipe d'animation dans la mise en place de projets ou d'activités physiques et sportives

### Animier une activité physique et sportive ÊTRE EN CAPACITÉ D'INCLURE TOUS LES MINEURS

Pour amener chaque enfant à prendre du plaisir et relever des défis adaptés à son expérience de la pratique physique ou sportive, l'animateur doit connaître son public pour être en capacité d'adapter l'activité. L'animateur lors de sa préparation pourra être amené à se demander s'il adapte le rythme de la promenade au plus lent ou s'il construit des

temps de repos plus fréquents ponctués de jeux, s'il amène des contraintes supplémentaires aux plus aguerris pour les ralentir. Comment se mettre en situation d'adapter l'activité pour tous ? Cela nécessite une fine connaissance de son public pour que tous s'investissent dans l'activité. Il est possible d'individualiser l'activité dans un groupe. Sur des

activités telles que le tir à l'arc, dès la préparation de l'activité, l'encadrant, en lien étroit avec l'équipe d'animation, devra être à même de penser différents niveaux de découverte adaptés aux aptitudes de l'enfant ou du jeune.

L'impact des modalités du choix des équipes sera à réfléchir en équipe. Lorsqu'un mineur est choisi en dernier par ses coéquipiers, cela entame son estime de lui.

Dans une approche ludique, la pratique en accueil de loisir d'une activité sportive ou physique se doit d'être accessible à tous les enfants afin que tous y prennent du plaisir. L'équipe d'animation sera vigilante aux jeux proposés afin de pouvoir faire vivre ce principe éducatif.

*« Souvent les problèmes ou tensions se font sentir lorsque l'on utilise la méthode classique où deux joueurs (souvent les leaders ou les meilleurs sportifs) tirent les équipes. En effet, ils choisissent souvent leurs coéquipiers en fonction de l'amitié ou des compétences physiques, ce qui désavantage toujours les mêmes, les plus faibles, les moins aimés, etc. leur laissant un fort sentiment de frustration et de discrimination. Cette manière de faire ne favorise absolument pas la confiance en soi et en l'autre, le respect, etc., toutes ces aptitudes psychosociales que nous cherchons justement à développer. »* Terre des hommes

*« Petit conseil : Avant de mettre en place une activité avec des enfants, vérifiez que la coopération est favorisée par la mise en place de règles spécifiques et que personne n'est éliminé au cours du jeu. Pendant l'activité, ne mettez pas l'accent sur les points gagnants ou perdants, insistez sur la qualité du jeu et les efforts personnels ! Si ces points sont respectés, vous donnerez une qualité psychosociale au jeu ! »* Terre des hommes

## ↳ Animer une activité physique ou sportive ACCOMPAGNER LA PROGRESSION

En tant qu'éducateur dépositaire d'une autorité morale, l'animateur doit être vigilant sur l'image qu'il renvoie de lui-même aux enfants. La notion de doué/ pas doué est très subjective et n'a pas d'intérêt éducatif dans une pratique ludique. La notion d'expérience a ici plus de sens pour exprimer l'aisance d'un enfant ou d'un jeune dans une pratique. Par exemple, un enfant en surpoids a souvent moins d'expérience dans la pratique physique. Cela explique sa moins bonne maîtrise d'un geste technique ou la difficulté à s'adapter rapidement à une situation d'un jeu physique collectif. Cette

*« Il est légitime de vouloir être toujours meilleur dans un souci de progression et de bien-être. Il n'est pas nécessaire de vouloir être le meilleur. Il est fondamental de traiter les autres participants comme des partenaires et non des adversaires. »*  
Frédéric Roth, membre de l'ONG Graines de Paix (Genève)  
[www.graines-de-paix.org](http://www.graines-de-paix.org)

d'expérience pourra être renforcée au fur et à mesure de sa participation aux activités physiques mises en œuvre par le centre de loisirs.

*« Adopter des attitudes éducatives appropriées : faire preuve d'empathie et de chaleur, accorder toute l'attention nécessaire à chacun des enfants, souligner régulièrement les gestes positifs, croire en leurs capacités à relever des défis, éviter les mots qui blessent, les sarcasmes ou les humiliations... mais aussi éviter les écarts d'humeur excessifs, être constant dans l'application des règles de conduite, garantir une sécurité, offrir des façons de réduire le stress par des activités de relaxation ; »*

USEP, Pôle médical - fiche n°2 - Faire pratiquer une activité physique et sportive comme source de bien-être

## ↳ Animer une activité physique ou sportive UN ESPACE D'EXPÉRIMENTATION POUR LE MINEUR

Dans la même logique que les autres thématiques, l'activité sportive ou physique constitue un support pédagogique d'exercice des intentions éducatives de l'animateur.

En lien avec le projet pédagogique et les projets d'animation conduits, lors de la préparation de l'activité l'animateur aura à se poser les questions de son rôle et de la place laissée aux mineurs dans l'animation de l'activité. Cela en vue de penser les situations pédagogiques propices au renforcement des compétences visées.

Une partie de football peut s'animer selon la volonté de renforcer des compétences d'empathie et d'esprit créatif pour renforcer la solidarité et la coopération dans le groupe en créant des règles évolutives avec les mineurs. La méthode « je joue », « je m'interroge » sur la manière de jouer, « je crée » de nouvelles

règles pour mieux jouer selon un objectif, et « je rejoue » trouve dans la pratique sportive ou physique un espace propice à l'expérimentation. Dans cette perspective d'implication cognitive et physique du mineur, l'enfant peut aussi occuper d'autres fonctions que celles de jouer : arbitrer, être en position de conseils... seront autant d'actions pour mobiliser les mineurs en dehors de la pratique directe.

En s'assignant un rôle d'observateur lors de l'activité, l'animateur se positionne en tant que garant du cadre du jeu collectif. Le choix de sa posture d'animation est une réponse à une intention éducative visant le développement de telle ou telle compétence : soit il mène l'activité, soit il pose le cadre et se met en retrait pour laisser les enfants et les jeunes faire. La visée éducative organise toute l'activité.

*« Le feedback est un processus réciproque qui permet de donner ou de recevoir une information sur un comportement ou une action. C'est un outil indispensable aux prises de conscience en vue de changements de comportements. Donner et recevoir des feedbacks demande beaucoup de pratique, d'ouverture d'esprit et d'empathie. La manière, le lieu et le moment choisis pour donner un feedback sont primordiaux et requièrent la mise en place d'un rituel de feedback. La personne responsable doit instaurer un cadre et des règles de communication clairs (ordre de prise de parole, manière de dire les choses, mots utilisés en se référant aux principes de communication non violente: message je, non-jugement, etc.), afin de garantir une atmosphère propice à la réceptivité de chacun. Amener les enfants à faire des feedbacks est une gageure car ils ne sont pas habitués et n'ont pas encore les outils pour s'exprimer de manière adéquate. C'est à l'adulte de leur donner un cadre clair. La mise en place d'un rituel de feedback va les aider à créer un espace/temps sécurisé pendant lequel ils savent que leur parole sera entendue et respectée. »* Terre des hommes

## Animer une activité physique ou sportive UN OUTIL AU SERVICE D'UN PROJET

Certes l'activité sportive ou physique peut s'inscrire dans une thématique hebdomadaire ou mensuelle établie par l'équipe d'animation ou bien se vivre comme un moment récréatif où l'enjeu premier est de s'amuser pendant une période de vacances. Mais par l'implication globale du mineur en situation de jeu, l'activité sportive et physique a tout intérêt à être animée dans une logique transversale avec les autres activités dans une optique de développement et de renforcement de compétences spécifiques. Ainsi, l'équipe d'animation devra être au clair sur les finalités de ces activités pour pouvoir intégrer cette pratique au service d'un projet et non minimiser les objectifs pédagogiques au profit de l'habillage, qui reste cependant un élément important pour fédérer ou mobiliser un groupe.

En ce sens, animer une activité sportive ou physique n'est pas l'apanage des professionnels compétents sur le champ du sport. Ces activités qui visent à contribuer à l'épanouissement du mineur s'enrichissent de l'apport d'autres animateurs socioculturels.

*« Ce sont deux compétences fondamentales de l'animateur que celle de savoir poursuivre ses objectifs selon une planification et celle d'adapter ses contenus selon le vécu du groupe, sur le moment. »*

*« Si ses objectifs sont psychosociaux, alors il est nécessaire que l'animateur prenne le temps de réfléchir aux points suivants : où il veut mener son groupe ; quelles aptitudes il aimerait développer chez les enfants, selon leurs besoins spécifiques ; quelles évolutions il aimerait voir dans son groupe ; en bref, se fixer des objectifs à moyen terme. Il est important de mettre ces éléments par écrit afin de ne pas les perdre en chemin et pouvoir suivre l'évolution du groupe. »*

Terre des hommes

### 3. En quoi les projets d'activité physique et sportive permettent-ils de développer les compétences des enfants et des jeunes ?

## Les projets d'activité physique ou sportive UNE DÉCLINAISON DES FINALITÉS ÉDUCATIVES DE L'ORGANISATEUR

En tant qu'outil éducatif, l'activité sportive ou physique s'ancre dans les orientations éducatives voulues par l'organisation de l'accueil de loisirs. Les objectifs de l'équipe d'animation découlent des orientations et des choix des organisateurs de l'ACM.

Pour illustrer, une équipe d'animation a fait le choix de proposer des activités sportives non-mixtes afin

de favoriser la découverte de pratiques de sports collectif, renforcer leur expérience et favoriser le plaisir de jouer. L'évaluation fut positive. En créant des groupes homogènes en dehors du regard des garçons, les filles ont pu redécouvrir la pratique du football en joignant plaisir de jouer et découverte de la technicité. En s'autorisant à rater, en prenant des initiatives et en exécutant des tentatives le public

féminin à adhérer et pour certaines d'entre elles ont poursuivi l'aventure en club. Mais ce choix pédagogique n'a été possible que par le soutien de l'organisateur qui a favorisé l'expérimentation et a veillé à sensibiliser les familles.

*« Je différencie les activités filles-garçons parfois pour tenir compte des différences physiques ; et je les fais parfois en commun pour favoriser la coopération et l'acceptation de l'autre dans sa différence. »* Terre des hommes

## Les projets d'activité physique ou sportive AU SERVICE DE LA SANTÉ ET DU BIEN ÊTRE

La pratique physique est essentielle au développement intellectuel de l'enfant ainsi qu'à sa santé. Les enfants et jeunes âgés de 5 à 17 ans devraient accumuler au moins 60 minutes par jour d'activité physique d'intensité modérée à soutenue. En été, l'accueil de loisirs est fréquemment la seule offre éducative ouverte sur le territoire de vie du mineur. Avec l'arrêt des activités en club et de l'école, l'enjeu est d'autant plus fort pour que les enfants inscrits à l'accueil de loisirs puissent participer à des activités physiques et sportives.

Cela permet d'améliorer leur endurance cardio-respiratoire, leur état musculaire et osseux et les marqueurs biologiques cardio-vasculaires et métaboliques. Mais cette pratique est aussi l'occasion de mieux connaître leur corps. Par exemple, lors de l'échauffement, l'animateur

*Pour les enfants et les jeunes gens, l'activité physique englobe notamment le jeu, les sports, les déplacements, les tâches quotidiennes, les activités récréatives, l'éducation physique ou l'exercice planifié, dans le contexte familial, scolaire ou communautaire.*

**Recommandations mondiales  
en matière d'activité physique pour la santé -  
Organisation Mondiale pour la Santé**

pourra nommer les parties que l'on échauffe. De même, pour les plus jeunes ou les moins aguerris à la pratique physique, l'enfant pourra éprouver les incidences de l'effort sur son corps (je cours et donc j'ai soif). Cela permettra à l'animateur d'échanger sur les besoins vitaux et pour l'enfant de mieux connaître son corps en mouvement.

*« C'est pourquoi, il est important d'amener l'enfant à se sentir, comprendre et accepter ce que l'activité physique peut lui apporter. Bouger, jouer, prendre soin de soi, s'exprimer sur son activité, développer son souffle pour bien respirer, dormir, s'alimenter, se laver... sont autant d'éléments constitutifs de son propre bien-être. »*

USEP, Pôle médical - fiche n°2 - Faire pratiquer une activité physique et sportive comme source de bien-être



LE PLAN  
MERCREDI

# Une nouvelle approche des ACTIVITÉS ÉDUCATIVES

EN  
SYNTHÈSE :

## ÊTRE EN CAPACITÉ D'INCLURE TOUS LES MINEURS

- Connaître son public et ses capacités pour adapter l'activité et penser différents niveaux.
- Réfléchir l'impact des modalités de choix des équipes.
- Favoriser l'approche ludique, le plaisir de participer.
- Ne pas éliminer les joueurs, les participants.
- Adapter, redéfinir les groupes (mixte ou non ?).

## ACCOMPAGNER LA PROGRESSION

- Éviter la notion de doué : pas doué, favoriser la notion d'expérience.
- Encourager à vouloir être meilleur et non pas le meilleur.
- Être constant, garantir une sécurité.
- Faire preuve d'empathie, d'attention.
- Croire dans les capacités des mineurs, fixer des objectifs progressifs.
- Mettre en situation de réussite, d'émulation, de plaisir.

## UN ESPACE D'EXPÉRIMENTATION POUR LE MINEUR

- Favoriser l'apprentissage par l'expérimentation : je joue, je m'interroge, je crée de nouvelles règles, je rejoue.
- Donner un cadre clair pour les feedbacks.
- Impliquer cognitivement le mineur : arbitrage, conseil, etc.
- Observer, être garant du cadre et laisser faire.

- Apprendre à gagner et à perdre.
- Valoriser l'action, la qualité du jeu et les efforts personnels.
- Considérer que l'adversaire est aussi son partenaire.
- Eduquer avant de viser un résultat sportif.
- Favoriser les échanges et les rencontres.
- Viser un objectif commun à travers des activités de coopération.

## UNE ACTIVITÉ OÙ L'ON SE CONFRONTE

- Physique, parce qu'elle met le corps en mouvement. Le mineur s'exprime par le corps, se dépasse par l'effort, apprend un geste technique.
- Cognitive, parce que le mineur prend des décisions, pose des choix, arbitre, conseille et développe une stratégie..
- Sensorielle, parce que le mineur ressent des sensations, vit des émotions et apprend à les accepter et à les exprimer positivement.

## UNE ACTIVITÉ OÙ L'ON SE DÉCOUVRE

- Soutenir, valoriser, conseiller individuellement pour permettre le dépassement de soi.
- Laisser l'enfant expérimenter sans consigne.
- Considérer les jeux traditionnels et les activités sportives comme vecteurs de sensations physiques positives.
- Pousser à prendre des décisions.
- Ne pas rendre l'enfant captif de l'activité.
- Responsabiliser le mineur (tenue adaptée, eau, habillement, etc.).

## UNE ACTIVITÉ GLOBALE POUR L'ENFANT

# LES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

## UN OUTIL AU SERVICE D'UN PROJET

- Favoriser les dynamiques transversales.
- Croiser les regards entre des éducateurs sportifs et des animateurs socioculturels.
- Savoir où on veut mener le groupe.
- Communiquer les choix pédagogiques aux familles.
- Poursuivre les finalités éducatives de l'organisateur.

## UNE ACTIVITÉ OÙ L'ON DÉCOUVRE

- Faire découvrir de nouvelles pratiques.
- Mobiliser des aptitudes différentes, apprendre des gestes techniques, des stratégies.
- Organiser des sorties.
- Accompagner l'expression des émotions et la gestion du stress.

## UN OUTIL AU SERVICE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE

- Eduquer à la santé par l'activité physique et sportive.
- Respecter les besoins physiologiques des mineurs et y répondre.
- Comprendre son corps en mouvement (échauffement, pratique, étirements).
- Faire de l'activité physique et sportive un élément constitutif du bien être pour tous.