

*Thierry Tribalat*  
AEEPS



*Santé et EPS*

---

**Nous nous associons à l'hommage rendu à Robert MERAND par Raymond. Robert sans qui nous ne serions pas ce que nous sommes professionnellement aujourd'hui.**

### **Introduction**

#### *Un petit rappel ...*

Les recherches de l'INRP initiées à partir de 1984 par Robert Mérand en collaboration avec Raymond Dhellemmes suivies de celles pilotées par Daniel Motta ont permis d'alimenter la réflexion que nous menons aujourd'hui à propos de l'éducation pour la santé par l'EPS et de « tenter de produire des contenus d'enseignement interdisciplinaires originaux susceptibles de contribuer à cette éducation au collège et au lycée ».

Rappelons pour mémoire l'ensemble de ces recherches:

- La condition physique par l'enseignement de l'entraînement aérobie. R.Mérand / R.Dhellemmes et col. 1988 Aubervilliers
- L'identité personnelle et la prévention du SIDA par les activités physiques artistiques. Motta et col. 1998. Participation de l'Académie de Lille
- L'éducation à la santé au collège et au lycée production de contenus interdisciplinaires. Motta et col 2002. Participation de l'Académie de Lille.

#### *Les forums santé*

L'AEEPS par les forums de 2005 a relancé la réflexion au plan national sur ce sujet important aujourd'hui. Il a été rappelé dans ces débats que le rôle joué par l'EPS est central dans la mesure où elle s'adresse à tous les enfants. Tout le monde s'accorde à dire que seule la pratique d'une activité physique régulière et raisonnée, associée à une bonne hygiène alimentaire, constitue la réponse la plus adéquate à la majorité des problèmes de santé publique. Il est essentiel de rappeler que cela s'apprend et que l'école est le lieu le plus propice à ces apprentissages. Beaucoup de choses ont été faites ces vingt dernières années, mais elles n'ont malheureusement pas fait l'objet d'une diffusion massive auprès des enseignants d'E.P.S<sup>1</sup>. Des confusions, des résistances de toute nature ont contribué à déresponsabiliser la profession et à développer un sentiment d'incompétence sur le sujet<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Rouen 2004 santé et EPS interventions débats- Paris 2005 forum sur la santé et l'EPS.

<sup>2</sup>Les résistances: Lui donner une responsabilité qui ne lui incombe pas- Incorporer des pratiques qui ne la concernent pas- La santé ? un concept flou sans contenus à enseigner réels- L'identité de l'EPS qui se perdrait dans cette approche. Les

Notre intervention s'inscrit dans la continuité de celle de Raymond Dhellemmes et visera simplement à vous présenter les caractéristiques de l'une de ces pratiques professionnelles telle que nous avons pu la vivre, puis formaliser, lors de ces recherches, notamment celles que nous avons conduites sous la responsabilité de Daniel Motta.

Nous partageons totalement la définition de l'Education pour la santé en EPS donnée par Raymond Dhellemmes : *permettre aux élèves de modifier de façon consciente et volontaire un rapport à eux-mêmes*. Cette modification ne peut s'obtenir sans mettre en jeu la corporéité dans toutes ses dimensions et sans aider les élèves à verbaliser et formaliser l'expérience vécue dans ce domaine.

## **Les travaux menés**

### ***Une problématique générale...***

La problématique générale de ces travaux présente trois axes :

- Contribuer par la diversité des enseignements proposés à une éducation pour la santé qui s'adresse avant tout à la personne, cette éducation s'inscrivant dans une perspective holiste.
- Mettre l'EPS au cœur de l'interdisciplinarité. Il s'agit de construire une connaissance en acte et donner ainsi du sens à la notion d'activité physique régulière.
- Être un élément moteur dans une approche multi partenariale.

En d'autres termes il s'agit d'articuler :

- Des savoirs sur la santé (connaissances sur le corps, les conduites addictives, le système énergétique...)
- Des savoirs pour sa santé (indicateurs sur son état de santé comme l'IMC, sur son alimentation etc)
- Des compétences pour agir sur soi dans le respect de son intégrité physique et de celle des autres (concevoir ses programmes d'entraînement, ses séances de travail, savoir s'échauffer...)

L'appropriation de ces connaissances et compétences devrait permettre :

- l'accès à une meilleure « connaissance physique de soi » dans un souci de bien être. L'ensemble étant traversé par des valeurs fortes sur la personne en général et le corps en particulier.
- D'utiliser de façon optimale « le temps pour soi », ce temps que l'on se donne pour effectuer, en outre, une activité physique. Celui-ci est en augmentation dans notre société.
- De faire « un bon usage de soi » dans sa pratique physique. Il s'agit de concevoir et de s'adonner à une pratique physique sans que celle-ci ne soit pas traumatisante pour soi et pour les autres.

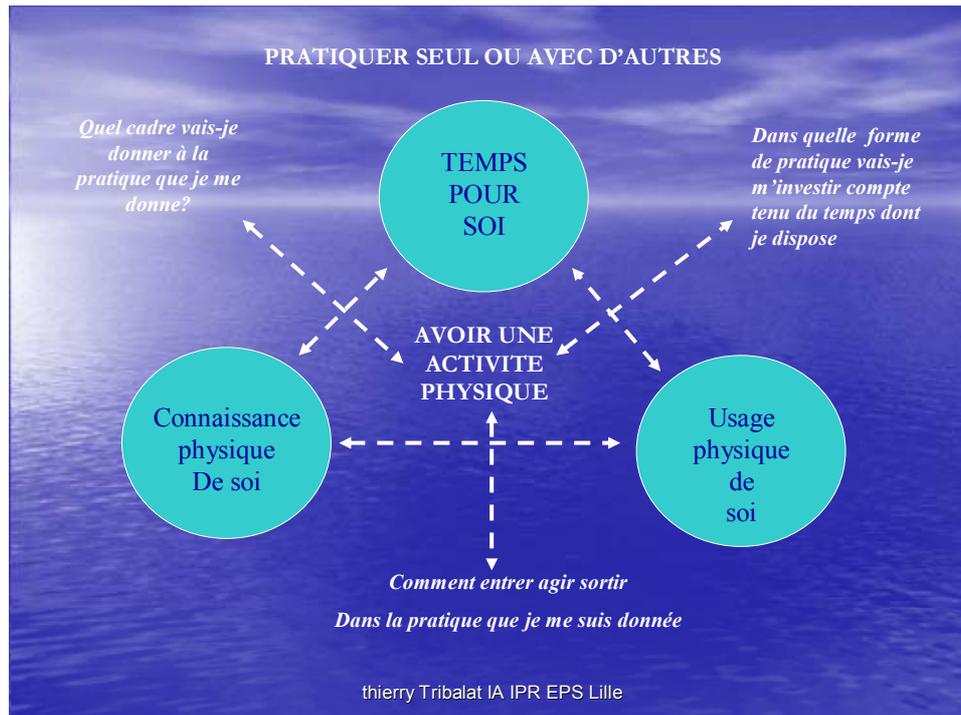
Le pratiquant doit donc se poser trois questions essentielles que nous retrouvons dans le schéma ci dessous :

- Quel cadre vais-je donner à ma pratique ? Il s'agit ici de définir la durée, le lieu (extérieur, intérieur) si on pratiquera seule ou à plusieurs....
- Quelle forme vais-je donner à ma pratique ? sportive, de loisir ...
- Comment vais-je gérer cette pratique (échauffement, montée en intensité, indicateurs me permettant de décider des orientations que je vais donner à mon action...)

Il s'agit, pour chacun d'entre nous de garder la maîtrise de sa pratique dans le respect de soi et des autres.

---

confusions : le sport c'est la santé donc il suffit d'en faire- La performance c'est la santé plus elle est élevée mieux l'on est- Le sport et l'activité physique c'est la même chose donc faites du sport...



### *Des questions...*

Des questions ont constamment traversé les enseignants impliqués dans ces travaux :

- Comment ne pas instrumentaliser l'intervention sur le corps, et s'adresser au sujet dans sa globalité ?
- Comment lutter contre les comportements à risque sachant que le risque aide parfois les adolescents à se construire ?
- Comment laisser les élèves maîtres de leurs prises de décision et ne pas faire irruption dans l'intimité de la personne ?
- Comment parler de santé à une jeunesse pour laquelle a priori la question ne semble pas se poser voir dérange ?
- Comment construire une représentation saine de sa finitude pour donner un sens positif à la vie ?

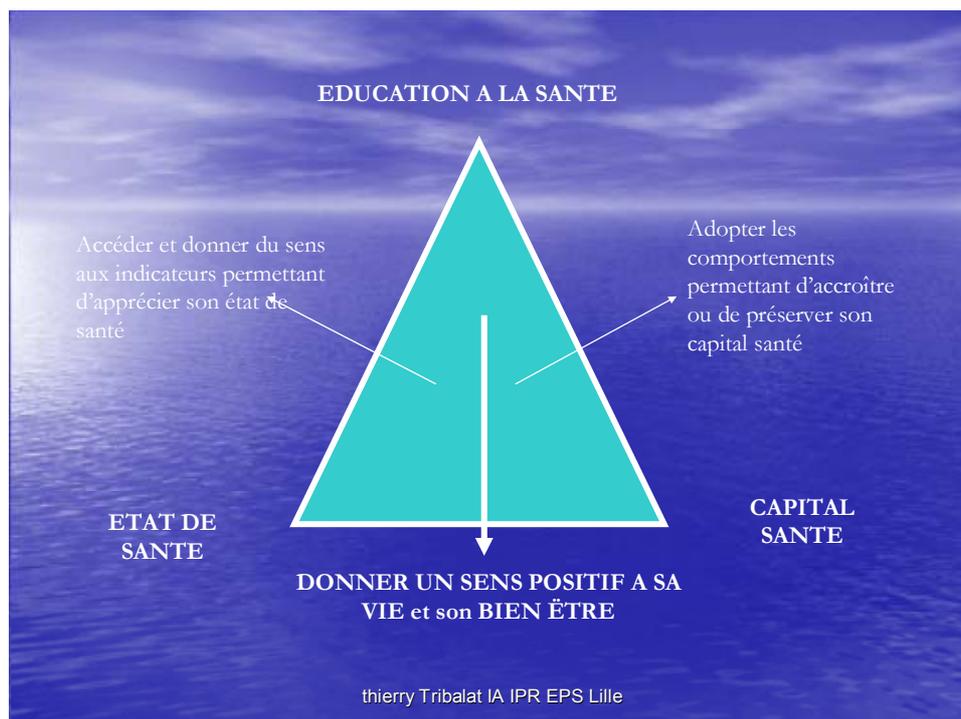
### *Mais aussi des réponses...*

Accompagner, aider :

- À développer une relation à soi fonder sur la responsabilité.
- À délibérer avec soi-même avant d'agir.
- À maîtriser l'activité que le sujet déploie sur lui-même et l'aider à fonder son identité.
- À se poser comme source de ses actions pour initier un changement et s'y accomplir.
- À différencier santé et capitale santé

**Éviter une instrumentalisation du corps fondée uniquement sur le principe d'effection  
« acteur/action/effet » en travaillant le principe d'affection « ressenti/sujet/état »**

### *Des objectifs...*



### *Des connaissances et des Compétences à développer...*

c1: Connaître le corps dans ses dimensions biologique, physiologique et de développement ainsi que les facteurs limitants de la pratique physique.

C1 : Intervenir sur les propriétés de son activité corporelle pour se transformer.

c1: Connaître les différents types d'environnement et leurs implications sur la vie en générale.

C 2: Adopter un comportement visant à préserver son intégrité physique et mentale dans un environnement à risque.

c 3 : Connaître les principes de la diététique, de la récupération, de la dépendance.

C 3 : Réguler son style de vie (loisir, mode de consommation, investissement professionnel) pour trouver un équilibre intellectuel, affectif et physique).

c 4 : Connaître les différentes modalités d'accès aux soins.

C 4 : Décider de consulter et de suivre un traitement en cas d'accident ou de dysfonctionnement personnel.

### *Une méthodologie de travail*

- Réaliser une revue de questions sur les recherches antérieures ou actuelles. En d'autres termes « Ne pas refaire le monde ».

- Apports théoriques, scientifiques sur la question (lectures, intervenants spécialistes...). En fait « comprendre ce qui est » pour mieux décider ce qu'il y a à faire.

- Élaboration et planification des cycles d'enseignement disciplinaires et interdisciplinaires méthodiques. (Carnet de bord, recueil de données et croisement... approche qualitative, compréhensive).

- Recul réflexif collectif, approche critique des moyens mis en œuvre et des résultats obtenus. - Formalisation des avancées.

- Assurer une gestion financière, matérielle, organiser l'espace et le temps des cours, assurer une distribution des rôles.

- Détermination de sujets d'étude et de thèmes d'enseignement à partir des déterminants de la santé (biologie humaine, style de vie, environnement, relation aux soins...) et de l'analyse du contexte (portrait de la classe, caractéristique de l'environnement...).

Les sujets d'étude permettent de ne pas traiter la santé en tant que tel mais d'approcher les grandes questions que se posent les élèves et où se jouent celles de la santé (douleur, dépendance, plaisir, vitesse, effort, risque...).

Le sujet d'étude est transversal. Il s'agit d'avoir un impact le plus précis possible sur les représentations et les comportements des élèves. Le thème d'enseignement appartient aux programmes d'une ou plusieurs disciplines. Il permet de préserver les contraintes d'enseignement notamment dans les classes d'examen.

### *Des enseignements organisés et structurés...*

L'ensemble prend forme par la mise en place de dispositifs d'apprentissage et d'enseignement, de moments de classe, de temps scolaires particuliers permettant le traitement des sujets et des thèmes retenus.

- Les moments de classe : Ils sont partagés et/ou organisés au sein et entre les disciplines. Ces moments sont propices à l'exercice d'une activité scolaire particulière :

Produire, se documenter, présenter, agir/ressentir, expérimenter, écouter, débattre, évaluer

- Les temps de vie scolaire : Ils sont articulés et planifiés sur l'année, ils sont au nombre de cinq :

1 Des temps forts (Expositions, journée sans tabac...)-

2 Des temps disciplinaires (ils se déroulent au sein de la classe et permettent d'articuler thème, sujet d'étude, compétences psychosociales et disciplinaires, formes de pratique spécifiques)

3 Des temps pluridisciplinaires (Séquences d'enseignement pluridisciplinaires, présence physique de l'équipe)

4 Des temps personnels (carnet de bord personnalisé, entretien, projet personnel...)

5 Des temps spécifiques (Venue de spécialistes, de témoins...)

Exemple en français : « le plaisir » est un sujet d'étude choisi par l'équipe et traité dans l'ensemble des disciplines. L'argumentation est un thème d'enseignement plus spécifique au français. Le dispositif choisi sera l'écriture collective d'une nouvelle. Les moments de classe s'organiseront autour d'une lecture collective (produire, écouter). Un temps plus particulier sera mis en place avec la venue d'un écrivain dans la classe, enfin un temps pluridisciplinaire sera conçu avec la mise en jeu, par la danse et la théâtralité, de la nouvelle (EPS et Français).

### *Un exemple vécu...*

Un temps fort scolaire pluridisciplinaire conçu comme l'aboutissement d'un travail collectif.

- Un moment de classe autour d'un duo théâtral en classe de collège.

- La présence des trois enseignants, français, EPS, SVT dans la classe.

- Propos du duo : Un chirurgien annonce une intervention chirurgicale inévitable à un fumeur s'il ne change pas son comportement. « Ablation d'un poumon ». Les rôles joués doivent pouvoir être inversés. Chaque élève doit pouvoir être le chirurgien et le malade. Cette réversibilité des rôles est symboliquement importante.

- Français : écriture des dialogues, construction de l'argumentation.

- SVT : Utilisation dans le texte de connaissances et de concepts validés (le système respiratoire et son fonctionnement par exemple).

- EPS travaille physique sur le personnage (APA) et la course de longue durée (athlétisme).

- Présenter le travail à l'ensemble de la classe en débattre, l'évaluer.
- Participation de partenaire extérieur (infirmière).

*Pour conclure...*

Pour conclure nous rappellerons les idées essentielles de ce court exposé issu des différents travaux menés :

- Ne pas proposer des prêts à penser ou une batterie de comportements à respecter mais favoriser le recul réflexif sur soi et les autres.
- S'appuyer sur les contenus disciplinaires pour construire des compétences psychosociales utiles à la vie.
- Mettre en synergie les disciplines autour de sujet d'étude pour faire sens autour de notions qui interpellent les élèves.
- Renforcer les partenariats autour des notions travaillées
- Accepter que les valeurs seront débattues parfois par le conflit. Accéder à la normativité.
- 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.
- S'inscrire dans la durée. Ne pas succomber uniquement à l'évènementiel mais s'appuyer dessus pour donner du sens aux actions de terrain (sensibiliser, former, éduquer)