

Jean-Louis Pain
« Starter » FSGT

*Une éducation physique et une
activité physique tout au long de la
vie"*



L'intitulé de cet atelier au sein du forum fait écho au thème d'un colloque que nous avons organisé il y a quelques années, en collaboration avec le club omnisports de Saint Ouen : « *Pratiques précoces et pratiques tardives* .», thème qui traduisait la préoccupation du club de prendre en compte l'ensemble des besoins de la population, à tous les âges de la vie et de faire face à l'évolution de la demande sociale d'activité physique et sportive.

Joffre Dumazedier, constatant déjà, il y a 50 ans, l'émergence d'une société du temps libre et des loisirs, interpellait les enseignants d'EPS et leur suggérait de prendre en compte les nouvelles valeurs émergentes (souci du corps et de la santé, de la nature, de la relation à autrui etc.) pour adapter les contenus de l'éducation physique. Il s'adressait également aux fédérations sportives en leur demandant de ne pas réduire l'offre sportive au seul sport compétitif, sport concernant, à l'époque, 15% de la population.

Comme d'autres fédérations, la FSGT s'est adapté, a innové. Les sections enfants omnisports ont vu le jour vers 1970 ; le secteur enfants s'oriente aujourd'hui vers les besoins liés à la petite enfance et à la pratique familiale. Un secteur APA/santé a vu le jour dans les années 80 pour faire face aux besoins des clubs créant des activités de gymnastique d'entretien, d'aquagym etc. Ce secteur évolue vers la prise en compte des besoins des seniors et des besoins de santé et d'entretien en général.

Le domaine des activités physiques et sportives de plein air s'est également transformé. A côté des sections « amitié nature » à vocation omnisports, hygiéniste et conviviale se sont développées des sections à dominante plus sportive, notamment au sein de notre commission Montagne/escalade.

Le modèle sportif traditionnel lui même s'est transformé. De nouvelles formes d'organisation ont vu le jour : foot à 7 ou volley à 4 ; championnats en semaine ; auto arbitrage etc.

La problématique n'est donc pas nouvelle.

Qu'est ce qui fait, aujourd'hui, la nouveauté d'un projet mettant au centre l'idée d'une Education Physique « tout au long de la vie », comparativement aux projets antérieurs formulés en terme de: « sport éducatif de masse », de « sport populaire »- pour reprendre deux slogans FSGT- ou encore au projet, plus consensuel, de « sport pour tous » ?

On pense bien sûr au phénomène du vieillissement de la population qui prend une dimension nouvelle et oblige à penser en terme d'éducation permanente (notamment d'éducation à la santé) et de développement durable. Il ne peut plus s'agir seulement d'initiation ou d'éducation sportive (donner le goût et les fondements de la pratique) : après la compétition ou en dehors de la compétition, quelles perspectives, comment pratiquer le sport en préservant sa santé, quelles pratiques pour rester en

forme, quelle éducation à la gestion de sa santé et de sa « vie physique », pour reprendre une formule utilisée dans le milieu de l'Education physique ?

La FFEPGV a pris en compte cette réalité avec force et formule son projet en terme de « prévention santé. » Il s'agit essentiellement d'envisager le rôle de l'activité physique dans la prévention des risques (cardio-vasculaires etc.) liés à une vie sédentaire et de lutter contre les effets du vieillissement par une activité physique appropriée (ateliers mémoire, cardio-training, équilibre etc.) Ce faisant, elle participe à une mission de « santé publique » et se pose en fédération de référence à ce niveau.

A la différence de cette fédération, la FSGT n'a jamais fait de la santé sa vocation première. Elle n'a, par ailleurs, jamais exclu le sport de ses outils d'éducation. Les questions de santé s'intègrent dans une vision globale du sport et de l'éducation, à visée émancipatrice.

Développer « la pratique en responsable » (expression utilisée par notre commission fédérale montagne/escalade), tel est le sens de notre projet. La question de la responsabilisation et de la « dévolution des responsabilités » de l'entraîneur vers le pratiquant est donc décisive. Il s'agit de permettre à tous les pratiquants de s'approprier les connaissances nécessaires à l'autogestion de leurs activités en vue de leur bien être et leur épanouissement.

Dans cette perspective, les questions liées à la condition physique et à la santé ont toute leur place. C'est pourquoi nous avons participé récemment au programme HEPA (health enhancing physical activity), programme inter fédéral (FFEPGV/FFEPMM/FFRP/FSGT) de promotion de la santé par l'activité physique, programme reposant sur la passation d'une batterie de dix tests de condition physique. L'entrée par l'évaluation de la condition physique s'inscrit dans la continuité des efforts que nous avons déployés depuis plusieurs années au sein de notre secteur APA/Santé, matérialisés dans un « carnet d'auto évaluation ».

Les tests sont considérés comme des moyens d'accéder à la connaissance de soi (et notamment de son état de forme) et, au-delà, aux connaissances nécessaires à la gestion de sa « vie physique », connaissances constitutives d'un savoir particulier : « savoir s'entraîner », c'est-à-dire savoir gérer les effets de son activité sur son propre corps. Savoir entretenir sa forme, savoir pratiquer en préservant sa santé... font partie des savoirs permettant de gérer sa vie physique tout au long de la vie. Mais ils s'intègrent et ne s'opposent pas à une éducation sportive, composante d'une éducation populaire.