

BULLETIN D'INFORMATION EN ÉDUCATION PHYSIQUE

Volume 1 / Numéro 3 / Février 2017

VOTRE CONTRIBUTION...

Depuis le mois de septembre, nous encourageons les enfants de l'école Internationale du Vieux-Longueuil à questionner leurs parents et grands-parents au sujet des jeux et activités physiques que ceux-ci pratiquaient lorsqu'ils avaient leur âge.

Nous aimerions que vos enfants puissent partager le fruit de leurs « enquêtes » aux autres élèves de leur classe.

Si vous avez un jeu en mémoire, vous pourriez donc l'expliquer et le jouer avec votre enfant et, par la suite, il pourrait nous le faire connaître!

CE QUI SE PASSE EN EDUCATION PHYSIQUE CES TEMPS-CI...

Les jeux que nous faisons en éducation physique au premier cycle (1^{ère} et 2^e année) sont rattachés à un premier module de recherche de l'école Internationale du Vieux-Longueuil.

Dans ce module de recherche, nous aimerions que les enfants puissent réaliser qu'un des besoins jugés fondamentaux des humains est lié à la capacité de socialiser et de se divertir. Pendant les prochaines semaines, nous allons tenter de faire voyager les enfants dans plusieurs continents, au travers des jeux qui se jouent par d'autres enfants comme eux mais dans des conditions et contextes différents.

Par ces modules de recherches, nous souhaitons amener les enfants à comprendre en quoi tous les enfants sont semblables et, éventuellement, qu'ils puissent comprendre que les humains, malgré certaines différences culturelles et sociales, sont fondamentalement fort semblables.

Vous pourrez donc questionner vos enfants sur les différents jeux et pays qu'ils « visiteront » et tenter de les amener à voir ce qui est commun ou différents. Il sera fort intéressant de les entendre nous partager leurs découvertes!

CAMPAGNE DE SENSIBILISATION AUX DANGERS DE LA PRATIQUE PRÉCOCE D'UN SEUL SPORT

Une campagne lancée en Nouvelle-Écosse met en lumière les dangers de la pratique précoce d'un seul sport chez les enfants, ainsi que les avantages du « multisport ».

La spécialisation sportive précoce a non seulement des conséquences néfastes sur la santé des enfants, elle est aussi contre-productive. En effet, elle nuit à leur développement athlétique et peut les inciter à abandonner le sport à l'adolescence. Voilà, en quelques mots, le message que lancent **Hockey Nova Scotia** et **Soccer Nova Scotia** aux parents et aux entraîneurs qui poussent les enfants de moins de 12 ans à pratiquer un seul sport de façon intense.

LES ENFANTS DE MOINS DE 12 ANS NE DEVRAIENT PAS SE SPÉCIALISER DANS UN SEUL SPORT.

« I am a recovering soccer mom »

L'humour est un des angles de la campagne [Get More From Sport](#), menée en collaboration avec **Nova Scotia Sport**. Une [vidéo](#) de 4 minutes présente une parodie d'un groupe de soutien : des parents essaient de se remettre de l'« échec » sportif de leur enfant, malgré le fait qu'ils ont fait tout ce qu'il fallait pour le pousser, dès un jeune âge, à exceller. Un dévouement parental sportif qui a lamentablement échoué et causé des « drames » dans la vie de ces parents : abandon du soccer compétitif à... 7 ans, futur hockeyeur devenu... astronaute, etc.

Une tendance et des données inquiétantes

La spécialisation sportive précoce inquiète d'autant plus, qu'elle est en augmentation selon **Nova Scotia Sport**. Pourtant, des études de plus en plus nombreuses démontrent que le sport précoce unique est néfaste et contre-productif pour les raisons suivantes :

- Il nuit au développement global des enfants.
- Il entraîne des blessures au cours de la croissance.
- Il peut provoquer un épuisement.

Les parents et les entraîneurs qui cèdent à la tentation du « plus = mieux » sont mal informés, et cèdent souvent à la pression des autres parents et des entraîneurs, mal informés eux aussi, reconnaît **Sport Nova Scotia**.

UN ADOLESCENT QUI ABANDONNE LE SEUL SPORT PRATIQUÉ DÈS SON JEUNE ÂGE N'A PAS D'ACTIVITÉ PHYSIQUE DE REMPLACEMENT, CE QUI AUGMENTE LE RISQUE QU'IL DEVIENNE INACTIF.

L'organisme déplore également la surenchère provoquée par des entreprises privées qui profitent de cet engouement en offrant, à fort prix, des camps préparatoires hors saison. Pourtant, comme le souligne la campagne, les jeunes joueurs de soccer devraient aller jouer dans la neige, au lieu de s'entraîner en gymnase en hiver.

Des solutions



La campagne vise à mieux informer les parents et les entraîneurs qui pensent bien faire, alors qu'en fait, pratiquer plusieurs sports est essentiel au développement athlétique optimal des jeunes.

Les ligues sportives néo-écossaises se sont engagées à revoir leurs politiques et leurs calendriers pour éviter de prolonger indûment leur saison et pour que leurs entraîneurs cessent de pénaliser les jeunes qui choisissent de pratiquer plusieurs sports.

Soccer Nova Scotia a utilisé la campagne pour évaluer ses propres programmes. L'organisation a ainsi choisi de retarder le début de ses ligues d'hiver de la mi-octobre au début de novembre. De plus, **Nova Scotia Hockey** et **Nova Scotia Soccer** vont conjointement offrir des camps multisports.

AFFICHE INTÉRESSANTE...

En terminant, voici une affiche utilisée par le **Club de Soccer de Magog** afin d'encourager les parents et les spectateurs à rester « terre à terre » lorsque vient le temps d'assister à un match ou un entraînement... ça fait réfléchir!

RAPPELEZ-VOUS...

1 - C'EST UN JEU

2 - CE SONT DES ENFANTS

3 - LES ENTRAÎNEURS SONT DES ÉDUCATEURS

4 - LES ARBITRES SONT HUMAINS

5 - CE N'EST PAS LA COUPE DU MONDE

*Le but gagnant,
c'est jouer!*

