



**HAL**  
open science

## L'association sportive à l'école et ses enjeux de santé

Karim Boutchich

► **To cite this version:**

| Karim Boutchich. L'association sportive à l'école et ses enjeux de santé. 2024. hal-04763526

**HAL Id: hal-04763526**

**<https://hal.science/hal-04763526v1>**

Preprint submitted on 2 Nov 2024

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

## **Karim Boutchich**

Docteur en sciences de l'éducation

Chercheur au CERLIS/CNRS

Université Paris Sorbonne

### **L'association sportive à l'école et ses enjeux de santé**

À l'heure où l'organisation mondiale de la santé (OMS) crée une commission favorisant le lien social, où la santé mentale des jeunes se dégrade, où le bien-être des élèves est une préoccupation du ministère de l'éducation nationale<sup>1</sup>, où le sport-santé devient un enjeu majeur de la société, il est, dès lors, légitime de s'interroger sur l'association sportive (AS) à l'école et le rôle qu'elle joue en matière de santé et de bien-être.

#### **La recherche scientifique sur la santé des adolescents**

Une enquête de Santé publique France<sup>2</sup> montre qu'une part non négligeable de jeunes scolarisés présente un risque de dépression et déclare un sentiment de solitude. Cette étude révèle que la santé mentale des adolescents se dégrade au cours de l'enseignement secondaire, rejoignant ainsi les conclusions d'une enquête de l'OMS sur l'indice de bien-être mental démontrant que seulement la moitié des élèves

---

<sup>1</sup> Ministère de l'éducation nationale. « Agir pour favoriser la santé mentale et le bien-être de l'élève ». <https://eduscol.education.fr/4063/agir-pour-favoriser-la-sante-mentale-et-le-bien-etre-des-eleves>

<sup>2</sup> Santé Publique France (2024). « Santé mentale et bien-être des adolescents ». Enquête menée auprès de collégiens et lycéens en France hexagonale.

interrogés présentent un bon niveau de bien-être mental (59% chez les collégiens et 51% chez les lycéens). Les maux les plus fréquemment évoqués renvoient à la difficulté de s'endormir et de réfléchir, au manque d'énergie et au découragement.

La plupart des études sur le sujet révèlent que les jeunes sont confrontés à de nombreux changements, pressions et défis, contraintes plus ou moins bien vécues et susceptibles de fragiliser leur équilibre mental. C'est à la période de l'adolescence qu'apparaissent et se développent les premiers troubles de type anxio-dépressif et/ou névrotique, pouvant conduire à des attitudes extrêmes ou conduites suicidaires. Mais au-delà de ces cas critiques, le bien-être et la santé mentale concernent tous les jeunes, y compris ceux qui ne présentent aucun symptôme. Être bien dans sa peau est une condition nécessaire pour éprouver le plaisir d'apprendre, de jouer avec ses camarades et de se sentir intégré. Ainsi, que ce soit à des fins thérapeutiques, éducatives ou sociales, la santé mentale et le bien-être occupent ou devraient occuper une place centrale à l'école, dans la pédagogie et dans les procédures d'enseignement. Pour les adolescents, la pratique du sport est conseillée par les médecins dans la mesure où l'idée selon laquelle « le sport c'est la santé » est d'autant plus intégrée dans notre imaginaire collectif<sup>3</sup> qu'elle s'adresse à un public vulnérable. Les études scientifiques en la matière développent plusieurs approches depuis quelques décennies. La santé des jeunes y est abordée au prisme de la biologie et de l'hygiène corporelle, des conduites à risque et des troubles psychiques, psychosomatiques et psychosociaux à fort enjeu relationnel<sup>4</sup>, de la psychologie cognitive, des représentations de l'adolescence et des socialisations juvéniles<sup>5</sup>, des déterminants psycho-affectifs liés à l'affirmation de soi et au mode d'affiliation dans un groupe, du rapport au corps et à son identité<sup>6</sup>, de l'adhésion aux sports et loisirs considérés comme des modes de sociabilités et d'intégration culturelle sains et bons pour la santé. Le faible investissement sportif étant perçu comme une menace pour la santé des élèves<sup>7</sup>, certaines études scientifiques s'intéressent au bien-être à l'école<sup>8</sup>

---

<sup>3</sup> Boutchich, K. (2024). *Une approche développementale du tennis-santé en éducation physique et sportive*. <https://hal.science/hal-04508304>

<sup>4</sup> Choquet, M., Rufo, M. (2008). *Regards croisés sur l'adolescents. Son évolution, sa diversité*. Livre de poche.

<sup>5</sup> Galland, O. (2011). *Sociologie de la jeunesse*. Armand Colin.

<sup>6</sup> Le Breton, D. (2017). *Corps et adolescence*. Éditions Fabert.

<sup>7</sup> Génolini, J-P., Perrin, C. (2016). *La jeunesse au crible des enquêtes de santé*. Agora.

<sup>8</sup> Jellab, A., Marsollier, C. (2021). *Bienveillance et bien-être à l'école. Pour une école humaine et exigeante*. Berger Levrault.

et à l'implication des adolescents dans les activités de loisirs<sup>9</sup>. La santé des jeunes est ainsi pensée à l'interface du biologique, du culturel et du social, invitant les acteurs du système éducatif à tenir compte de l'élève et de ses difficultés dans l'image qu'il entretient de lui-même, dans la relation aux autres, dans l'acceptation de soi et du désir de changement, dans le sentiment d'être capable ou incapable d'agir, dans sa volonté d'être comme les autres tout en restant soi-même, de se distinguer sans être isolé, d'être reconnu par ses pairs tout en continuant à exister dans son individualité.

## **L'AS et ses enjeux psychosociaux**

Le bien-être dans nos sociétés contemporaines est profondément ancré dans le « vivre-ensemble » et la capacité de chaque individu à s'intégrer dans un groupe. Les interactions sociales jouent un rôle prépondérant dans le sentiment d'être bien. La convivialité est, de ce fait, un déterminant de la santé dans la mesure où elle implique un équilibre entre l'émotionnel, le mental et le relationnel. L'intégration sociale, le sport entre amis et le développement de nouvelles relations sont les conditions d'une vie épanouissante bénéfique pour la santé<sup>10</sup>. Dans les contextes scolaire et sportif, l'acquisition de compétences psychosociales devient un enjeu majeur d'éducation, de santé et de rééducation. Elles interviennent dans l'amélioration du bien-être tout en accordant à la relation un rôle central dans le développement de la santé. La psychologie sociale montre qu'une approche pédagogique fondée sur la mobilisation de compétences psychosociales favorise un climat serein d'apprentissage dans lequel les acteurs, enseignants et élèves, participent activement à l'élaboration d'une éducation à la santé, intégrant ainsi, dans les contenus d'enseignement, le bien-être. Cette focalisation didactique sur les aspects psychosociaux modifie la relation pédagogique. L'enseignement transmissif laisse place à l'attribution de rôles sociaux et à une responsabilisation de l'élève dans l'appropriation de savoirs relationnels et de savoir-être impliqué dans un groupe de travail avec ses pairs. Autrement dit, cette conception psychosociale de l'enseignement implique les élèves dans un apprentissage socio-relationnel favorable à l'équilibre psychosocial et au bien-être

---

<sup>9</sup> Barrère, A. (2013). *École et adolescence*. De Boeck.

<sup>10</sup> Holt-Lunstad, J., Smith, T-B., Layton, J-B. (2010). *Social relationships and mortality risk : a meta-analytic review*.

ensemble. L'élève n'est plus passif mais devient acteur. Il apprend à devenir autonome, responsable et solidaire en même temps qu'il acquiert des connaissances au sein d'un collectif. En ce sens, les compétences psychosociales amènent l'élève à être capable de déterminer ses propres objectifs<sup>11</sup> et projets de développement personnel et social. Jouant un rôle important pour le bien-être et la santé, ces compétences psychosociales sont au cœur de la politique d'éducation à la santé de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). L'intégration des compétences psychosociales, dans le cadre de l'enseignement sportif en milieu scolaire, permet d'aborder la santé autrement que selon une approche exclusivement médicale, en prenant en compte le contexte social dans lequel l'élève mobilise et acquiert des savoirs relationnels<sup>12</sup>. Au carrefour des logiques scolaire, sportive et associative, le contexte culturel qu'offre l'association sportive à l'école constitue un levier pour sensibiliser la communauté éducative aux enjeux psychosociaux associés au développement des compétences psychosociales.

### L'AS comme objet de recherche en psychosociologie

Structure originale au sein de l'espace éducatif en France, l'AS est une association qui rassemble des élèves volontaires autour de la pratique sportive au sein même de l'établissement scolaire. Intégrée dans la politique locale de l'établissement et de son projet pédagogique, l'AS est, comme l'indiquent les instructions officielles du ministère de l'éducation nationale, un foyer important pour l'apprentissage de la vie associative<sup>13</sup>. Au-delà de la dimension sportive, c'est la possibilité donnée aux élèves de se réunir, se détendre et s'amuser. L'esprit de l'AS est historiquement fondé sur l'idée de loisir et de plaisir gratuit à partager avec les copains<sup>14</sup>. De ce fait, l'AS peut constituer un observatoire pour appréhender les interactions psychosociales en jeu

---

<sup>11</sup> Argyle, M. (2011). *The psychology of interpersonal behavior*. Londres : Peguin Book

<sup>12</sup> Boutchich, K. (2024). Les savoirs en éducation physique et sportive. <https://hal.science/hal-04370887>

<sup>13</sup> Lang, J. (2001). Conférence de presse du 7 juin 2001 à propos de l'EPS et de la question du sport scolaire.

<sup>14</sup> Arnaud, P. (1993). « L'intégration du sport dans l'enseignement secondaire public français. La voie associative » *AFRAPS*.

dans un cadre associatif. Elle est une voie d'analyse pertinente pour mettre à jour ce qu'apporte cette pratique collective en matière de bien-être. Il s'agit, pour le chercheur, d'orienter son regard vers la manière dont la dimension psychosociale est prise en compte à l'AS. Dans le cadre de cette étude, plusieurs approches sont possibles mais celle que je privilégie est celle qui consiste à mettre en place une enquête de terrain visant, d'une part, à interroger les enseignants d'éducation physique et sportive (EPS) et, d'autre part, à analyser leurs propos afin de comprendre et d'expliquer les enjeux de santé de cette pratique socio-sportive et associative à l'école.

### *Les interactions psychosociales à l'AS*

L'AS est un espace-temps marqué par des interactions humaines dynamiques du point de vue psychologique et social. À l'interface de l'individuel et du collectif, elle invite ses adhérents à pratiquer un sport à des fins de développement personnel et d'affiliation socio-relationnelle. La santé y occupe une place singulière. L'élève en fait l'expérience en mobilisant ses ressources affectives, cognitives et sociales. Les contenus d'enseignement dispensés à l'AS offrent la possibilité aux élèves d'apprendre autrement et d'acquérir, par le jeu, avec des camarades, des savoirs relatifs à la santé, celle-ci étant vécue sur le mode du ludique et de la socialisation. La santé est ainsi appréhendée à l'aune de l'équilibre entre biologique, culturel et social. Elle s'actualise dans la relation entre élèves qui adhèrent volontairement à l'association et qui sont au fondement du tissu associatif et de ses sollicitations en matière de santé. Cette expérience simultanément subjective et sociale<sup>15</sup> immerge l'élève dans un groupe dans lequel il est, avec ses pairs, l'un des acteurs à l'origine du bien-être collectif. De son implication et de celle de ses camarades dépend la qualité du « vivre ensemble ». Plutôt que d'être considéré comme un sujet passif, l'élève est, de fait, à l'AS, un sujet actif, inscrit dans le contexte socio-culturel que lui offre l'association dont il a, en retour, un rôle à jouer dans le maintien et la pérennité de saines relations entre copains. La santé y est perçue comme un système de relations entre personnes situées dans un

---

<sup>15</sup> Apostolidis, T. (2017). *Représentations sociales et santé : perspectives théorico-pratiques*. CRV Editora.

espace de négociation, d'échanges et de partage autour de valeurs associatives. « *Je considère que l'AS est une possibilité donnée aux élèves pour découvrir le sport dans sa version ludique et conviviale. Le plus important est que les élèves se divertissent pour oublier momentanément les contraintes du quotidien à l'école. Les élèves sont demandeurs d'un enseignement différent de celui des cours habituels. Alors qu'il ne leur est pas permis de bavarder et de bouger en classe, de proposer des situations d'apprentissage en EPS, ils découvrent qu'à l'AS, ils peuvent au contraire jouer avec des camarades et faire preuve d'initiative en s'impliquant à l'assemblée générale et en proposant, en concertation, leurs propres modalités de pratique sportive souvent orientées vers le jeu collectif, le divertissement et la détente qui s'apparentent, à bien des égards, à ce que l'on attend du sport-santé* » (Professeur d'EPS en collège).

### Les compétences psychosociales mobilisées à l'AS

L'observation des élèves à l'AS montre que le mode de pratique associatif mobilise des compétences psychosociales qui, en retour, fondent les liens sociaux et la relation entre membres actifs de l'association sportive. Celle-ci fait appel à la mobilisation de savoirs relationnels et capacités à travailler ensemble. La participation dans l'activité sportive associative implique l'élève dans un processus d'acquisition du « savoir-être coopératif » et dans une relation dans laquelle il met en lien ses intérêts personnels avec ceux du groupe. Les modalités de pratique évoluent au fil des séances et sous l'effet négocié des élèves et du professeur. Jouer l'un avec l'autre et jouer contre l'autre font partie intégrante d'une gymnastique relationnelle que les élèves, en coopération et/ou en opposition, s'approprient pour aiguiser leur sens du compromis. Ils apprennent à vivre ensemble autour d'une pratique sportive singulière, le sport étant modulé dans sa forme pour le maintien de la relation sociale. « *Le sport proposé à l'AS subit quelques transformations et ne ressemble pas tout à fait au sport pratiqué en EPS ; il est aménagé par les élèves, sous la responsabilité de l'enseignant, dans l'optique d'assurer une continuité du jeu et pour susciter le plaisir de jouer avec des camarades ; je me suis aperçu que lorsque je leur fais confiance et leur accorde une*

*part d'autonomie, les élèves sont impliqués dans l'activité : ils se posent des questions, m'interpelle pour obtenir des précisions sur les règles du jeu, pour régler éventuellement un contentieux avec l'adversaire et/ou l'arbitre. En leur attribuant des rôles sociaux (arbitre, partenaire, conseiller sportif...), ils acquièrent des savoir-faire relatifs au sport pratiqué et un « savoir s'organiser collectivement » en veillant à adopter une attitude bienveillante propice à la convivialité, à la bonne humeur, à la cohésion du groupe et au bien-être » (Professeur d'EPS en REP<sup>16</sup>).*

Présenté à l'AS comme vecteur de sociabilité, le sport pratiqué dans un cadre associatif permet aux élèves de développer, entre autres, des compétences transversales relatives à la confiance en soi, la gestion des émotions et la capacité de travailler en équipe, autant d'habitudes de vie favorables à la santé et au bien-être. L'activité physique et sportive pratiquée à l'AS devient ainsi un moyen de faire vivre aux élèves des expériences relatives au développement d'habiletés socio-relationnelles, psychosociales et méthodologiques comme l'aisance dans les communications interpersonnelles, l'intégration au sein d'une équipe et l'engagement dans différents rôles<sup>17</sup>, ensemble de qualités relatives à l'intelligence émotionnelle<sup>18</sup> et collective, à l'esprit d'entraide et de solidarité, à l'amélioration de la qualité du lien social ainsi qu'à l'éducation à la santé appréhendée dans sa dimension inclusive. « L'AS que je mets en place attire de bons élèves dont certains pratiquent le sport en club et/ou dans le cadre de la spécialité option EPS en 1<sup>ère</sup> et Terminale ; Je pensais, au début de ma carrière que ces élèves s'inscrivaient à l'AS avec l'unique volonté de progresser dans leur spécialité sportive ; c'était en effet le cas pour une minorité éprise de performance et de compétition ; c'était quelquefois assez tendu avec d'autres élèves qui venaient à l'AS pour s'amuser ; mais dans l'ensemble, j'étais assez surpris de découvrir que, même les élèves les plus sportifs, recherchaient en priorité la convivialité, le jeu, les défis qu'ils se lançaient au fil des séances ; l'AS a donc été pour moi une manière de faire de l'EPS autrement, de ne pas être trop centré sur l'évaluation et de chercher à animer, à créer une ambiance ou à entretenir le climat sympathique et jovial créé par les élèves ; j'avais, au début, la sensation de ne pas

---

<sup>16</sup> REP : réseau d'éducation prioritaire

<sup>17</sup> Ministère de l'éducation nationale (2020). *Programme de spécialité « Éducation physique, pratiques et cultures sportives » en lycée général et technologique.*

<sup>18</sup> Goleman, D. (2010). *L'intelligence émotionnelle.* Éditions J'ai lu.



*être suffisamment exigeant mais, en observant les élèves, je me suis aperçu que les situations que je mets en place et qui sont un peu transformées par les élèves pour le plaisir du jeu, les impliquent dans un processus d'apprentissage dans lequel ils ne cessent de se poser des questions et de m'en poser sur les principes d'efficacité technique ; les élèves sont généralement très actifs physiquement et mentalement, sans cesse dans la négociation avec l'adversaire ou le partenaire pour trouver des solutions destinées à les faire progresser ; je considère aujourd'hui que l'AS est une façon de faire acquérir aux élèves une culture sportive originale, ludique et associative permettant de jouer en équipe, d'éprouver les sensations de bien-être que procure l'activité physique de groupe et d'avoir envie de pratiquer, tout au long de sa vie, le sport pour entretenir et développer sa santé» (Professeur d'EPS en lycée général).*

Présentée sous la forme d'une activité sociale, l'AS implique ses participants dans une relation socialement constructive bénéfique, non seulement pour la cohésion du groupe mais également pour l'équilibre psychosocial personnel. Partageant des objectifs d'apprentissage communs fondés sur la capacité de travailler en équipe, chaque membre de l'AS est amené à éprouver sa sensibilité dans la relation à autrui. Cette initiation à la solidarité s'exprime implicitement dans des sports de raquette dans lesquels les joueurs apprennent à jouer avec et contre l'autre et à acquérir, en acte, des savoirs relatifs à la communication et à la bienveillance à l'égard des camarades. Acquises dans le cadre sportif et associatif, ces règles de vie procurent un climat d'apprentissage serein ressenti par les élèves comme étant rassurant, et ce d'autant plus lorsqu'il est mis en place par et pour des publics scolaires en difficulté. « *L'AS de mon établissement accueille des élèves de BAC PRO plus ou moins motivés pour le sport et des élèves de CAP qui expriment une réticence à l'égard du travail en équipe, réticence qui s'explique par un manque de confiance en soi et un manque d'aisance communicationnelle ; certains élèves de CAP sont très intimidés face à des élèves de BAC PRO qu'ils perçoivent et estiment comme étant des élèves de niveau supérieur ; en fait, ils ont peur de ne pas être à la hauteur et ce sentiment est encore plus prégnant lorsqu'il s'agit d'un élève de CAP en difficulté scolaire. Mon objectif est donc d'inciter ces élèves à s'inscrire à l'AS, de leur donner l'envie de travailler en groupe, de faire connaissance avec des élèves appartenant à d'autres classes et de gagner en confiance et en estime de soi. Pour cela, et dans l'optique de promouvoir la mixité sociale, un des objectifs de l'AS de mon établissement, j'organise, autour de la pratique*

*du tennis de table, des matchs par équipes, celles-ci étant constituées sur le principe de l'hétérogénéité ; ainsi, chaque équipe comprend des élèves de BAC PRO et des élèves de CAP. J'observe que cette modalité pédagogique entraîne des modifications de comportements pour les BAC PRO et les CAP, les premiers sont enjoués à l'idée d'aider un camarade en difficulté et les seconds le sont tout autant dans la mesure où ils communiquent avec des plus grands ; les matchs par équipes présentent également l'avantage d'être moins stigmatisants lors d'un échec face à un adversaire tout en valorisant la coopération ; je remarque, en cours d'année, que les élèves deviennent plus sociables et moins timides. Je pense que l'AS permet à l'élève en difficulté de gagner en confiance, d'être plus à l'aise au contact de ses camarades et de progresser » (Professeur d'EPS en lycée professionnel).*

La relation entretenue au sein de l'AS est un facteur d'autant plus important à prendre en compte lorsque l'enseignant s'adresse à des élèves en situation de handicap, ce dernier pouvant être à l'origine de perturbations psychoaffectives et d'une perte de l'estime de soi<sup>19</sup>. L'AS, induisant une relation entre membres réunis autour d'un sport de prédilection, peut constituer un levier réhabilitant la revalorisation de soi et le sentiment d'appartenance à un groupe. Cependant, cette réhabilitation ne va pas de soi pour des élèves à besoins éducatifs particuliers en situation de handicap pour qui la relation est parfois vécue sur le mode de la stigmatisation, la comparaison à une norme et le sentiment d'être exclu ou tout du moins avoir l'impression de ne pas être comme les autres, d'être différent et non intégré. L'AS peut jouer un rôle d'intégration de tous les élèves, quelles que soient leurs singularités, mais cette aspiration n'est effective qu'à la condition de mettre en place un sport adapté et une pédagogie inclusive visant à privilégier la coopération et d'atténuer le poids des évaluations, de la performance et de la compétition<sup>20</sup>. Préférer le « jouer avec » au « jouer contre » offre l'opportunité à tous les élèves d'être sensibilisés à la solidarité et de découvrir que le travail collectif permet à chacun de progresser pour soi et pour son équipe. « À l'AS, j'ai deux élèves dyspraxiques qui ont des difficultés à coordonner et à dissocier leurs actions, leurs mouvements et leurs gestes. Souvent en retard pour rattraper la

---

<sup>19</sup> Vaivre-Douret, L. (2008). « Le point sur la dyspraxie développementale : symptomatologie et prise en charge ». *Revue Contraste*.

<sup>20</sup> Boutchich, K. (2024). *La dyspraxie dans l'enseignement du tennis inclusif à l'école*. <https://univ-sorbonne-nouvelle.hal.science/hal-04497518v1>

*balle en sports de raquette ou en sports collectifs, ils ne souhaitent pas faire de match, jouer contre un adversaire ou avec des co-équipiers. Ils tendent à s'isoler, d'entrée de jeu, dès le début de la séance. L'enjeu est de les aider à entrer dans l'activité pour qu'ils puissent progresser à leur rythme. Pour cela, je mets en place des situations où les élèves sont en binôme pour éviter toute stigmatisation individuelle. J'évite les matchs en 1 contre 1, avec pour verdict final la désignation d'un vainqueur et d'un perdant. En tennis de table, je demande au binôme d'essayer d'atteindre un objectif collectif, celui de faire le maximum d'échanges à 2. Cette situation engendre une responsabilisation collective, favorise l'entraide et permet aux 2 joueurs de progresser, l'élève le plus expérimenté ayant à charge d'adapter ses trajectoires de balle pour que son partenaire puisse la renvoyer. L'échange à 2 est ainsi la condition d'une réussite partagée et d'un apprentissage en commun » (Professeur d'EPS en LEA<sup>21</sup>).*

## **L'approche inclusive du sport-santé à l'AS**

Cette enquête de terrain décrite et analysée précédemment montre que l'AS est, pour l'enseignant d'EPS, un espace-temps scolaire dédié à l'acquisition de savoirs relationnels propices, pour l'élève, à son équilibre psychosocial et à son bien-être personnel et, pour le groupe, à la cohésion sociale et au bien-être ensemble. L'objectif affiché est de s'appuyer sur l'AS comme levier pertinent pour rendre la santé accessible, inclusive et protectrice du bien-être physique, social et psychique de chacun des élèves. J'ai interrogé certains enseignants d'EPS pour comprendre les déterminants de cette option, à savoir pourquoi ils accordent une importance à la santé dans sa dimension inclusive dans le cadre de l'association sportive qu'ils font vivre dans leurs établissements respectifs. Les propos recueillis mettent en lumière le fait que l'approche inclusive du sport-santé à l'AS est liée à de multiples facteurs.

---

<sup>21</sup> LEA : lycée d'enseignement adapté

### *Des enseignants d'EPS sensibles au contexte sanitaire dégradé*

Décrété par les pouvoirs publics comme grande cause nationale de 2017 à 2024, la santé mentale des jeunes n'a cessé de se dégrader, selon Santé Publique France<sup>22</sup> qui révèle que les rentrées scolaires s'accompagnent d'une augmentation des gestes suicidaires, des troubles de l'humeur, des troubles affectifs bipolaires, des troubles mentaux, des troubles phobiques et des épisodes anxio-dépressifs. Les enseignants d'EPS, interrogés dans le cadre de mon enquête, se sentent concernés par ce contexte sanitaire dégradé dans la mesure où les élèves qu'ils accueillent tendent à être affectés par ces troubles du comportement. Ils considèrent que le fait de faire de la santé mentale des jeunes une cause nationale est justifiée au regard des prédispositions psychosociales des élèves accueillis dans leur établissement. Certains enseignants me disent que leur établissement accueille de plus en plus d'élèves à besoins éducatifs particuliers manifestant des troubles du comportement liés à des conditions de vie précaire (jeunes vivant au foyer), à l'échec ou au décrochage scolaire, à la peur de l'avenir et à ses incertitudes, à la solitude et/ou au sentiment de ne pas être intégré dans un groupe, au souci d'être marginalisé et d'être considéré comme différent, à l'image de soi et de son corps qui se transforme à l'adolescence.

### *Des enseignants d'EPS convaincus des bienfaits du sport-santé convivial et adapté*

Au regard de ce contexte sanitaire et des jeunes adolescents qu'ils accueillent dans leurs classes, en EPS et à l'AS, les enseignants partagent la préoccupation des pouvoirs publics et du corps médical en matière de santé et de bien-être. En cela, ils accordent une importance à l'activité physique et à ses bienfaits scientifiquement démontrés. Mais ils appréhendent la santé à l'AS de façon singulière en mettant l'accent sur sa dimension inclusive. Pour la majorité des enseignants d'EPS interrogés,

---

<sup>22</sup> Santé Publique France. (2024). *Santé mentale. Analyse hebdomadaire des indicateurs surveillés en continu.*

l'approche psychosociale de la pédagogie sportive à l'AS est incontournable. Les raisons évoquées lors des entretiens, expliquant ce positionnement didactique, renvoient à la perception d'un élève dont le mal-être provient, en partie, de son isolement, de sa difficulté à être avec les autres. Ce constat, émanant de ce que les enseignants observent au quotidien, montre que le sport, proposé exclusivement dans sa dimension performative et compétitive ne suffit pas à améliorer la santé des jeunes. Encore faut-il proposer à ces élèves un sport-santé convivial et adapté invitant chacun des pratiquants à découvrir les joies de jouer avec l'autre et de s'amuser ensemble. Cette approche inclusive du sport-santé est, pour la majorité des enseignants interrogés, une condition nécessaire pour permettre à tous les élèves d'être bien à l'école, d'échapper momentanément aux contraintes d'un quotidien parfois mal vécu, et d'éprouver la nécessité d'aller vers l'autre pour son bien-être personnel et relationnel. L'AS est ainsi, au sein de l'espace scolaire, une modalité pédagogique originale reliant le sport, la santé et le bien-être des élèves dans un cadre associatif.

## **Bibliographie**

Apostolidis, T. (2017). *Représentations sociales et santé : perspectives théorico-pratiques*. CRV Editora.

Argyle, M. (2011). *The psychology of interpersonal behavior*. Londres : Peguin Book

Arnaud, P. (1993). « L'intégration du sport dans l'enseignement secondaire public français. La voie associative ». *AFRAPS*.

Barrère, A. (2013). *École et adolescence*. De Boeck.

Boutchich, K. (2024). *La dyspraxie dans l'enseignement du tennis inclusif à l'école*. <https://univ-sorbonne-nouvelle.hal.science/hal-04497518v1>

Boutchich, K. (2024). Les savoirs en éducation physique et sportive. <https://hal.science/hal-04370887>

Boutchich, K. (2024). *Une approche développementale du tennis-santé en éducation physique et sportive*. <https://hal.science/hal-04508304>

Choquet, M., Rufo, M. (2008). *Regards croisés sur l'adolescents. Son évolution, sa diversité*. Livre de poche.

Galland, O. (2011). *Sociologie de la jeunesse*. Armand Colin.

Génolini, J-P., Perrin, C. (2016). *La jeunesse au crible des enquêtes de santé*. Agora.

Goleman, D. (2010). *L'intelligence émotionnelle*. Éditions J'ai lu.

Holt-Lunstad, J., Smith, T-B., Layton, J-B. (2010). *Social relationships and mortality risk : a meta-analytic review*.

Jellab, A., Marsollier, C. (2021). *Bienveillance et bien-être à l'école. Pour une école humaine et exigeante*. Berger Levrault.

Lang, J. (2001). Conférence de presse du 7 juin 2001 à propos de l'EPS et de la question du sport scolaire.

Le Breton, D. (2017). *Corps et adolescence*. Éditions Fabert.

Ministère de l'éducation nationale. (2024). « Agir pour favoriser la santé mentale et le bien-être de l'élève ». <https://eduscol.education.fr/4063/agir-pour-favoriser-la-sante-mentale-et-le-bien-etre-des-eleves>

Ministère de l'éducation nationale (2020). *Programme de spécialité « Éducation physique, pratiques et cultures sportives » en lycée général et technologique*.

Santé Publique France. (2024). *Santé mentale. Analyse hebdomadaire des indicateurs surveillés en continu*.

Santé Publique France (2024). « Santé mentale et bien-être des adolescents ». Enquête menée auprès de collégiens et lycéens en France hexagonale.

Vaivre-Douret, L. (2008). « Le point sur la dyspraxie développementale : symptomatologie et prise en charge ». *Revue Contraste*.