

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Winterthur, Octobre 2024

Après les Jeux olympiques : pourquoi l'éducation physique et sportive à l'école est-elle si importante ?

La joueuse de beach-volley Nina Brunner (bronze), la sauteuse à la perche Angelica Moser (4e) et la vététiste Alessandra Keller (7e) ont toutes obtenu des résultats de premier plan aux Jeux olympiques de Paris. En tant qu'ambassadrices de l'Association suisse d'éducation physique à l'école (ASEP), elles sont de formidables modèles pour les jeunes. Malgré cela, l'ASEP réclame davantage d'activité physique et sportive (EPS) dans les écoles.

La Suisse a remporté huit médailles dans sept sports différents lors des Jeux olympiques. Tir, équitation, BMX, natation, beach-volley, aviron et triathlon - l'éventail des disciplines helvétiques sur le podium était riche en facettes. En Suisse, l'EPS à l'école peut rivaliser à tous points de vue avec la diversité du programme olympique à Paris. Environ 1,3 million d'enfants profitent gratuitement d'une large offre sportive dans notre pays, notamment grâce à l'Association suisse d'éducation physique à l'école (ASEP). « Le sport à l'école est extrêmement important, car il permet à tous les enfants d'acquérir une large base sportive et de faire de l'exercice dans leur quotidien scolaire », explique Angelica Moser, quatrième aux Jeux olympiques en saut à la perche et ambassadrice de l'ASEP.

La promotion du mouvement comme objectif principal

Obésité, consommation excessive de téléphones portables, difficultés d'inclusion à l'école et bien d'autres choses encore. La politique et les médias s'attaquent régulièrement à ces problèmes dans le domaine de l'enfance et de la jeunesse et proposent diverses solutions. Mais ce faisant, ils négligent souvent l'un des piliers les plus importants, ouvert dès le jardin d'enfants : l'éducation physique. L'ASEP s'engage pour que tous les jeunes puissent bénéficier des mêmes prestations, tant sur le plan qualitatif que quantitatif, et demande plus de sport et d'activité physique dans les écoles.

L'objectif premier de l'ASEP est de promouvoir l'EPS à l'école en termes de qualité et de quantité dans toute la Suisse - et ce grâce au système sportif sans doute le plus social au monde. Tout le monde peut y participer, ni l'origine sociale ni l'origine ethnique ne jouent un rôle. « Dès le jardin d'enfants, le sport à l'école offre aux enfants des possibilités de faire du sport et pose ainsi les bases pour éveiller l'intérêt pour le sport dans la phase de développement la plus importante pour une vie saine et active », expliquent Jonathan Badan et Barbara Egger-Bossi, qui assurent ensemble la présidence de l'ASEP.

Un développement sain dans de nombreux domaines

De 2014 à 2020, l'Office fédéral du sport OFSPO a soutenu une étude représentative à long terme à laquelle ont participé quelque 2300 enfants âgés de 5 à 20 ans dans toute la Suisse. Résultats de cette étude : les jeunes de 6 à 16 ans passent 90% de leur journée à être inactifs. Les enfants qui étaient physiquement actifs pendant les 10% restants de la journée le restaient plus tard dans la vie. Les enfants moins actifs ont moins accès au sport ou ont tendance à quitter les clubs de sport à l'adolescence.

Dans ce contexte, il est difficile de nier les avantages de l'EPS à l'école. Les enfants sont stimulés sur le plan corporel, moteur, social, mental, émotionnel, cognitif et également sur le plan de la condition physique. Les expériences vécues dans le sport permettent aux enfants et aux adolescent.e.s de devenir des personnes fortes et responsables. En outre, ils ont la possibilité de découvrir de nombreuses disciplines sportives et d'adhérer plus tard à un club approprié. De plus, la Haute école pédagogique de Zurich a constaté que les enfants sportifs s'intègrent mieux socialement.

L'ASEP veut plus d'EPS à l'école

Une offre sportive de qualité est donc la base pour prévenir les problèmes de santé et sociaux à venir. Selon une étude de l'OFSPO et de « Promotion Santé Suisse », le manque d'activité physique génère chaque année en Suisse depuis 2013 des coûts de traitement directs de 2,4 milliards de francs - tendance à la hausse. L'ASEP s'engage pour le soutien des enseignant.e.s au niveau de l'école primaire, pour une infrastructure meilleure et suffisante dans les écoles du secondaire 2 et pour l'application de la loi sur l'encouragement du sport, qui exige de tous les cantons au moins trois leçons de sport par semaine. « A long terme, notre objectif serait d'augmenter le nombre de leçons d'EPS par semaine », ont expliqué Badan et Egger-Bossi.

Pour l'ASEP, il est essentiel d'attirer l'attention de la société sur la nécessité d'un enseignement sportif de qualité. Avec un investissement relativement faible, les jalons d'une vie saine et active peuvent être posés très tôt. « Par le sport, nous ne faisons pas que promouvoir la santé, nous donnons aussi l'exemple de valeurs positives et nous formons les jeunes à devenir des modèles pour notre société, comme nous l'avons vu aux Jeux olympiques ».

A propos de l'ASEP, Association Suisse d'Education Physique à l'école :

L'ASEP est le partenaire privilégié des associations faitières dans le domaine du sport à l'école, elle est en réseau avec tous les cantons et organise l'accès direct à la pratique et aux enseignant.e.s d'éducation physique et sportive. En tant qu'association professionnelle, ces dernier.e.s sont représenté.e.s par l'ASEP. L'ASEP lance des projets et prend position en faveur du sport à l'école, est orientée vers la qualité avec son offre de formation continue et contribue ainsi au développement de l'enseignement du sport scolaire en Suisse.