



L'activité physique et la voix des enfants – Épisode 4

Des élèves de 6^e année (11-12 ans) ont été invités à raconter dans un texte écrit un « **moment plaisant ou déplaisant** » de leur pratique d'activité physique à l'école ou dans leurs loisirs.

Au cours des prochains numéros ***Revue phénEPS-PHEnex Journal*** partagera avec vous quelques-uns de ces récits d'élèves.

Pour le plaisir tout simple d'entendre / de lire leurs expériences d'activité physique!!

Bonne lecture

Pierre Boudreau, rédacteur en chef
Revue phénEPS-PHEnex Journal

Le plaisir de l'activité physique Gagné!

Par Hannah

(sans correction de l'orthographe ou de la grammaire/ Pierre)

Nous sommes toutes persuadées que l'on va gagner même si on joue surtout pour le plaisir. Ce matin je me suis levée au son de mon réveil puis j'ai fait de l'exercice avant de manger, un bon déjeuner consistant. Il faut toujours faire des étirements avant de faire de l'activité physique trop intense.

On est dans l'autobus qui nous amènera à l'école secondaire où aura lieu notre tournoi.* Toute l'équipe est de plus en plus nerveuse mais on est plus que tout contentes de faire partie de l'équipe et puis du tournoi qui s'annonce très amusant.

Sur le terrain la partie n'est pas encore commencée. Mon groupe est le premier à jouer. On est très énervées alors on fait du saut sur place, Puis le son du sifflet retentit. La partie vient de commencer! Je suis en position défense donc j'aide la gardienne à garder les quilles. Au début ça nous a pris un peu de temps pour nous habituer à l'autre équipe mais ensuite tout c'est (sic) passé parfaitement.

On court partout en avant, en arrière de côté tout en gardant nos positions. En même temps, on sautait, on lançait et attrapait. Les offenses faisaient des buts, les défenses interceptaient la balle et la gardienne empêchait la balle d'atteindre les quilles. Tout ce(sic) passe à merveille.

Après 4 minutes les groupes changent. Mon groupe se repose et regarde les autres de notre équipe jouer. 4 minutes puis c'est encore à notre tour. 4 minutes de jeu et 4 minutes de repos bien mérité.

Après 4 parties jouées contre 2 équipes différentes, mon équipe est en tête. À la suite d'un bon dîner on commence la partie finale. C'est plus difficile vers la fin car on est épuisé. Mais on fait plus d'efforts que jamais. On court, on saute, on lance, on attrape. Nous commençons à devenir toutes rouges car on est essouffées.

Nous nous débattons le mieux possible contre l'autre équipe : elles sont violentes ces filles! Mais nous avons appris à les ignorer tout en continuant à jouer. Elles sont en tête ... jusqu'à ce que notre équipe compte 4 buts. Après, ça ne fait que monter en pente pour nous. Nous sommes en train de gagner; nous continuons de faire autant d'efforts malgré tout. Nous courons, nous sautons, nous lançons et nous attrapons. C'est très stressant pour moi et mon équipe. 3 autres équipes nous encouragent; 2 équipes encouragent l'autre camp. On sue à grosses gouttes; on est même plus énervées qu'au début du tournoi.

On court, on saute, on lance, on attrape. On est tellement fatiguée qu'on pourrait remplacer la Belle au bois dormant sans sortir! Je commence à penser que je ne pourrai pas tenir jusqu'à la fin quand soudain on entend trois coups de sifflet : c'est la fin de la partie ainsi que celle du tournoi. Nous avons gagnés (sic)!!

*Hannah nous fait le récit de son engagement dans un tournoi de « ballon quilles » : 2 équipes s'affrontent sur un terrain de basketball et cherchent à faire tomber les quilles de l'équipe adverse, placées à l'extrémité du terrain, en jouant à la main avec un ballon.

Le plaisir de gagner.

Souvent mis de côté, ignoré.

La compétition sportive n'est pas éducative.

Or, **l'essence d'un sport**, compétitionner / s'opposer pour déterminer un gagnant.

pas de gagnant, pas de sport.

sauf pour les vétérans golfeurs !!!

Être « persuadée » qu'on ... **PEUT** gagner ...

persuadée sans être tout à fait certain. Sinon à quoi sert de jouer le jeu?

persuadée de gagner, tout en « jouant pour le plaisir. ».

« ... on sautait, on lançait et attrapait ... » pour tenter de gagner ET pour le plaisir.

Le sport éducatif ... le sport pour apprendre ...

« ... 4 minutes de jeu et 4 minutes de repos bien mérité. »

Compétition, plaisir et le stress

« C'est très stressant pour moi et mon équipe »

Le défi/ le stress qui donne de la valeur à la victoire.

Si Hannah avait perdu, aurait-elle appris? Si oui, qu'aurait-elle appris?

Comment l'enseignant peut-il rendre cette victoire / défaite éducative?

La victoire qui met fin au « sort de la Belle au bois dormant » !!!!!!!!!!!!!!!!

Sourires 😊😊

Pierre Boudreau

Novembre 2021