



**Recommandations à l'intention
des écoles publiques
concernant la pratique
d'activités sportives en plein air**

Table des matières

Recommandations à l'intention des écoles publiques	1
1 Objectifs	3
2 Situation initiale, problèmes	3
3 Recommandations	3
3.1 Pédagogie, sécurité et conditions de réussite	3
3.2 Contenus des cours d'éducation physique et activités sportives	4
3.3 Expérimenter ou découvrir peut être enrichissant	4
3.4 Critères de sélection	4
3.5 Sécurité	5
3.6 Aide	5
3.7 Disciplines sportives non recommandées pour l'enseignement de l'éducation physique	5

[page Web: Activité physique et sportive](#)

1 Objectifs

Les présentes recommandations sont destinées aux membres du corps enseignant et des directions des établissements de la scolarité obligatoire et du degré secondaire II chargés d'organiser des camps, des excursions, des journées sportives et des activités en plein air ainsi que de délivrer des autorisations en la matière.

2 Situation initiale, problèmes

Le sport est une discipline obligatoire à l'école, généralement appréciée des élèves. Il est aussi une des occupations préférées des jeunes durant leur temps libre.

Les sports proposés par l'école peuvent largement contribuer à renforcer l'attrait de cette dernière en tant qu'institution. Il est en principe souhaitable que le corps enseignant propose des activités sportives et physiques pour détendre et motiver les élèves.

L'éducation physique – décrite en détail dans les plans d'études et les manuels – donne divers sens et interprétations au sport en plein air dont elle ne peut tenir compte que de façon limitée dans l'enseignement hebdomadaire régulier (par leçon, ou par leçon double, généralement en salle). Si l'accent est mis sur la découverte et les nouvelles expériences, les activités en plein air et les sports à la mode sont particulièrement indiqués et peuvent apporter un réel enrichissement. Or, de nombreuses écoles ne peuvent trouver les conditions nécessaires pour des activités en plein air que dans certaines circonstances (notamment lors de semaines d'étude, de semaines de sport et de journées sportives).

L'éventail d'activités sportives attrayantes s'est considérablement élargi. À un point tel que de nombreux enseignants et enseignantes n'arrivent plus à suivre cette évolution. Cela va des activités proposées par des entreprises à but commercial – qui ne demandent pas une condition physique particulière et auxquelles on peut tout simplement se livrer une fois, pour essayer – aux expériences que l'on peut faire dans la nature, par le mouvement ou en groupe. Le choix est varié : du bowling au hornuss, en passant par la baignade et la glissade en toboggan dans des piscines de parc d'attractions, du rafting au saut en parachute. Certaines de ces activités présentent des risques accrus en termes de sécurité.

Le sport à l'école est aussi touché par cette évolution et plus particulièrement par l'apparition de nouveaux sports à la mode. Les écoles du canton de Berne ont donc été amenées à prévoir toujours plus d'activités sportives en tous genres, orientées sur le mouvement, l'aventure, l'attraction ou tout simplement le sport.

3 Recommandations

3.1 Pédagogie, sécurité et conditions de réussite

Avant d'organiser toute activité sportive, il faut tenir compte de trois facteurs importants : la **p**édagogie, la **s**écurité et les **c**onditions de réussite.

pédagogie

L'activité proposée a-t-elle une vocation pédagogique ? Quels sont les objectifs (cf. plans d'études et manuels) ? L'activité est-elle adaptée au degré scolaire et à l'âge des élèves ?

Sécurité

La question de la sécurité a-t-elle été étudiée et résolue (notamment en ce qui concerne l'équipement, la taille des groupes, les qualifications des animateurs et animatrices) ?

Conditions de réussite

Toutes les conditions de réussite sont-elles réunies (terrain, météo, heure de départ / heure de retour, degré de résistance des jeunes, etc.) ?

3.2 Contenus des cours d'éducation physique et activités sportives

Les contenus des cours d'éducation physique sont définis par les plans d'études en vigueur. Les manuels fédéraux « Éducation physique » régissent leur mise en œuvre. Cette série de supports didactiques contient une quantité de suggestions pour les camps, l'enseignement par projet, l'école en mouvement et bien d'autres choses.

À ce sujet, les brochures 6 (Plein air) et 7 (Autres aspects) des différents manuels d'éducation physique sont particulièrement adaptées au sport et aux activités en plein air. Les commandes peuvent être passées auprès de Schulverlag plus AG (Belpstrasse 48, case postale 366, 3000 Berne 14) ou sur mobilesport.ch.

3.3 Expérimenter ou découvrir peut être enrichissant



Expérimenter ou découvrir peut être enrichissant. Il manque toutefois dans ce type d'expérience le processus d'apprentissage nécessaire à la recherche de l'effet de durabilité : on veut amener l'élève à faire du sport durant toute sa vie.

Ce n'est pas à l'école d'organiser des activités procurant des « sensations fortes » pouvant avoir un certain attrait, comme le saut en parachute. De telles activités uniques et de courtes durées ne devraient pas être autorisées, surtout quand elles sont à haut risque.

En revanche, même si cela reste une expérience unique, on peut recom-

mander les randonnées en montagne, les tours à vélo ou en roller ou la traversée d'un lac, si ces activités ont été bien préparées et ont passé le test **p**édagogie - **s**écurité – **c**onditions de réussite.

3.4 Critères de sélection

La diversité croissante des disciplines sportives et des activités apparentées force les responsables de l'éducation et du sport scolaire à opérer une sélection bien réfléchie.

Cette sélection doit se faire selon les critères suivants :

- le facteur de risque,
- le degré scolaire,
- les exigences en termes de personnel (notamment qualifications spéciales du corps enseignant accompagnant),
- les conditions situationnelles et géographiques (notamment en ce qui concerne les équipements disponibles),

- le lien avec les plans d'études et les manuels,
- les effets positifs sur la santé,
- les retombées écologiques (la discipline sportive en question va-t-elle provoquer une augmentation du trafic, une charge pour l'environnement ?),
- le besoin de matériel,
- les coûts,
- les possibilités pour les élèves de pratiquer la discipline sportive (pourront-ils la pratiquer plus tard, pendant leurs loisirs, sous leur propre responsabilité et si possible dans le sens recherché, c'est-à-dire celui du « sport pour la vie » ? ; de par son aspect « expérimenter » et « découvrir », cette activité permettra-t-elle à l'élève d'avancer considérablement dans son développement personnel ?).

3.5 Sécurité

La sécurité des élèves est primordiale. Le corps enseignant doit acquérir les qualifications nécessaires durant sa formation (comme le brevet de sauvetage 1, pour tous) ou en suivant des cours de perfectionnement, des cours de moniteurs J+S ou des formations spéciales (diplôme de maître/maîtresse d'éducation physique, brevet de guide, etc.).

3.6 Aide

De l'aide peut aussi être trouvée dans :

- les directives de [Jeunesse + Sport](#) (les guides pour la réalisation d'offres J+S sont disponibles, pour chaque sport, à la rubrique « Documents à télécharger »),
- [le guide pour la réalisation d'offres J+S Sport scolaire avec des enfants et des jeunes](#)
- le site Conseils [Prévention des accidents - Sport et activité physique](#) du Bureau suisse de prévention des accidents (bpa),
- les recommandations de la Caisse nationale suisse d'assurance en cas d'accident (SUVA) relatives à [la prévention dans le domaine des loisirs](#),
- la notice de la Société Suisse de Sauvetage (SSS) concernant [les excursions scolaires au bord ou dans l'eau](#).

3.7 Disciplines sportives non recommandées pour l'enseignement de l'éducation physique

- Tous les sports motorisés,
- toutes les activités de sports aériens (vol à moteur, planeur, parapente, deltaplane, parachute, vol en ballon, saut à l'élastique, etc.),
- tous les sports de combat dans lesquels l'un des adversaires peut être terrassé (mis K.O.) ; (en revanche, l'entraînement et les exercices de certains sports de combat font partie de l'éducation physique avec les restrictions qui s'imposent),
- le canyoning,
- le rafting*,
- l'hydrospeed,
- les sports subaquatiques en eaux libres

* À moins que l'école fasse appel à un prestataire certifié (safety in adventures) qui a de l'expérience en matière de rafting avec des classes. Il est en outre impératif que les élèves soient informés en détail des règles de sécurité et que l'enseignant ou l'enseignante responsable ait effectué au préalable une reconnaissance du parcours avec le prestataire.

Cette liste n'est pas exhaustive.

© Direction de l'instruction publique et de la culture
du canton de Berne
janvier 2024