



MÉDECINE

« Pour leur santé, il faut que les enfants bougent plus »

Selon une étude publiée ce lundi, les collégiens sont trop sédentaires. **Amélie Oudéa-Castéra**, ministre des Sports, et **Pap Ndiaye**, ministre de l'Éducation, comptent bien lutter contre ce fléau.

Propos recueillis par **Sandrine Lefèvre**

EN DÉPLACEMENT ce lundi dans une école de Nogent-sur-Marne (Val-de-Marne), le ministre de l'Éducation, Pap Ndiaye, et son homologue aux Sports, aux Jeux olympiques et paralympiques, Amélie Oudéa-Castéra, insistent sur l'importance de bouger plus dans les établissements.

L'étude du collectif Pour une France en forme montre que depuis 1987 les capacités physiques et cardiovasculaires se sont fortement dégradées...

PAP NDIAYE. Cette étude nous alerte sur le problème de la sédentarité qui touche nos enfants. Il est indispensable d'inverser la courbe, d'où l'importance de généraliser le dispositif de 30 minutes d'activité physique par jour à l'école, qui était jusqu'à la rentrée 2022 en phase expérimentale dans 9 000 écoles. Pour leur santé, il faut que les enfants bougent plus. On sait que bouger a également des effets positifs sur la capacité de concentration, sur le bien-être des élèves et donc de la classe.

Est-ce important que vos deux ministères travaillent ensemble pour lutter contre ce fléau ?
AMÉLIE OUDÉA-CASTÉRA. C'est fondamental, tant il est indispensable de travailler sur

la complémentarité de toutes les formes de pratique sportive et sur celles de ceux qui les encadrent, en particulier les professeurs des écoles au primaire, puis les professeurs d'EPS. Pour relever le défi de la sédentarité, nous avons besoin de tout le continuum entre l'EPS, le sport scolaire, le sport en club et désormais les temps d'activité physique quotidienne. Dès le premier jour, le président nous a demandé d'avancer ensemble sur cette question centrale, notamment pour la généralisation des trente minutes mais aussi pour l'expérimentation des deux heures de sport supplémentaires pour les collégiens, qui se déploie depuis novembre dans 173 collèges.

D'autant que, d'après cette étude, le phénomène de sédentarité croissante n'est pas irréversible...

P.N. Cela justifie pleinement notre mobilisation. Les phénomènes de sédentarité, d'augmentation de l'obésité chez les enfants, sont réversibles à travers cette question centrale du sport et de l'activité physique. La pratique permet de dégager une élite qui viendra alimenter le sport de haut niveau. Mais elle est aussi essentielle pour le bien-être : c'est le plaisir d'être ensemble, la sociabilité. Quel que soit son potentiel, elle est bénéfique et nécessaire.

Quel est le rôle de l'école

dans ce domaine ?

P.N. Il est fondamental. Dès l'école primaire, les trois heures de sport par semaine et les trente minutes d'activité physique, c'est le moyen d'intégrer la pratique dans le quotidien de nos élèves. Des sportifs de haut niveau s'engagent dans notre démarche et ont accepté de jouer un rôle. On sait l'importance qu'ils ont dans la société, l'image positive qu'ils ont, ils servent de rôle modèle pour nos élèves.

A.O.-C. Nous avons sollicité l'ensemble des fédérations sportives en leur expliquant que nous avons besoin d'elles pour faire monter en puissance ce dispositif. Toutes ont parfaitement joué le jeu, en proposant à leurs sportifs de haut niveau volontaires, olympiques et paralympiques, de se mobiliser. On lance notre équipe de France des 30 minutes, déjà composée de plus de 150 sportifs parmi lesquels (*la cycliste*) Audrey Cordon-Ragot, (*l'athlète*) Sasha Zhoya, (*la danseuse de breaking*) Carlota Dudek, (*le handballeur*) Jérôme Fernandez ou (*la joueuse de tennis handisport*) Pauline Déroulède.

Concrètement, que fera cette équipe de France des 30 minutes ?

A.O.-C. Les sportifs pourront se rendre sur des créneaux de deux heures dans des écoles au plus près de leur lieu

d'entraînement ou de résidence et quand ils le souhaiteront. Après une présentation aux enfants de leur discipline et de leur parcours, ils participeront à une séance d'activité physique avec eux, puis animeront un temps d'échange sur le sport adapté à l'âge des enfants présents. Toutes les régions sont représentées et je suis certaine que les enfants seront heureux de ce contact avec des athlètes qui pourront leur dire et leur montrer tout ce que le sport a apporté à leur vie.



La sédentarité et l'augmentation de l'obésité chez les enfants sont réversibles

Pap Ndiaye



Image non disponible.
Restriction de l'éditeur

IPS PRESS/IMAXPPP

La ministre des Sports, Amélie Oudéa-Castéra (à droite), et celui de l'Éducation nationale, Pap Ndiaye (à gauche), ont participé en septembre dernier à la Journée nationale du sport scolaire.

Image non disponible.
Restriction de l'éditeur

GETTY IMAGES

Face au manque d'exercice, le gouvernement a lancé l'équipe de France des 30 minutes d'effort par jour. Des sportifs de haut niveau se rendront sur des créneaux de deux heures dans des écoles pour participer à une séance et discuter avec les élèves.

