

[lamanchelibre.fr](https://www.lamanchelibre.fr)

## [Vidéo] Bayeux. Ces collégiens jouent les apprentis Yamakasi

La Manche Libre

3-4 minutes

Le spectacle qui s'est offert à nos yeux dans le dojo du collège Letot le vendredi 16 mai à midi était impressionnant. Ça saute, ça fourmille, ça grimpe sur les murs renforcés d'un épais matelas. Les élèves inscrits à l'association sportive ont la possibilité de pratiquer l'art du déplacement, ou parkour, pendant leur pause méridienne du vendredi. Une initiative originale, encadrée par Sophie Le Parlouer, enseignante d'EPS, qui tient à rappeler que cette discipline *"n'est pas que ludique, c'est un vrai sport, avec des règles, des compétitions officielles"*.



Franchissements, appuis, équilibre : les élèves de l'association sportive du collège Letot en pleine séance de parkour dans le dojo le vendredi 16 mai 2025.

Popularisé au début des années deux mille par le film *Yamakasi* et, plus récemment, par des émissions comme *Ninja Warrior*, le parkour consiste à franchir des obstacles en réalisant des figures acrobatiques, en combinant agilité, force et coordination. *"C'est un mélange entre sport urbain et gymnastique, et mon rôle, c'est que les enfants pratiquent en toute sécurité"*, précise l'enseignante.

### Des séances inclusives et évolutives

L'activité est ouverte à tous les élèves de la sixième à la troisième, qu'ils soient en enseignement général, en Segpa ou en situation de handicap. Ils troquent la pause méridienne classique contre une séance sportive riche en sensations. Et pour beaucoup, il n'y a pas d'hésitation : *"J'adore"*, réagit l'un des participants, tandis qu'une autre précise :

*"Moi, je me dépêche de manger à la cantine pour en profiter un maximum." Sophie Le Parlouer raconte que l'idée de cette activité est venue des enfants eux-mêmes : "Avant, on faisait du renforcement musculaire. Mais les élèves ont exprimé leur envie d'aller plus loin, de rendre les séances plus dynamiques. Progressivement, on a ajouté des obstacles et transformé l'espace, jusqu'à structurer l'ensemble comme une vraie séance de parkour." L'initiative, née de cette demande collective, a rapidement séduit. "Ils prennent un réel plaisir à venir."*

## **Un apprentissage collectif et stimulant**

Les petits groupes d'élèves s'initient à tour de rôle pendant trente minutes à des franchissements simples avant de tenter des acrobaties plus complexes. Pour accompagner cette évolution, le collège a récemment investi dans de nouveaux équipements : *"On vient de se doter d'une grande pyramide de franchissement de 1,80m, mais les modules sont onéreux",* détaille Sophie Le Parlouer. Au-delà du matériel, c'est l'esprit d'entraide et de dépassement de soi qui prévaut : *"Les élèves s'inventent de nouveaux challenges à chaque séance. Ils sont même plus inventifs que moi !"*