**FÉDÉRATION** 04/06/2021

Scolaire : 30 minutes d'activité par jour



La FFR a répondu très favorablement à l'appel du ministère de l'Éducation nationale, de la Jeunesse et des Sports à une manifestation d'intérêt à destination des écoles élémentaires pour promouvoir « 30 minutes d'activité physique par jour ». Une collaboration qui ne doit faire que des gagnants.

Le constat de la démarche originelle est sans appel. Être en bonne santé est une condition préalable fondamentale pour bien apprendre. Cet autre constat est tout aussi indiscutable : la bataille contre la sédentarité des enfants – et avec elle toutes les maladies ou conditions qui peuvent en découler – doit aujourd'hui être menée avec force et conviction. « Quand on voit les chiffres catastrophiques à la sortie des 54 jours de confinement... La pratique sportive a reculé, les temps d'écran ont augmenté, de mauvaises habitudes ont été prises. Faire en sorte que les élèves puissent avoir une demi-heure d'activité physique par jour, en dehors des trois heures d'EPS, ne peut être que bénéfique pour les gamins », assène Sébastien Carrez, président de la Commission scolaire de la FFR.

Le 9 mars dernier, accompagné du DTN Didier Retière et de Francis Costa, Directeur technique de la Supra Ligue Grand-Ouest en charge du rugby scolaire, il a participé à la présentation du projet fédéral en présence de Jean-Michel Blanquer, ministre de l'Éducation nationale, et des référents de l'opération de chaque Académie. Les retours positifs ont été immédiats.

C'est à l'automne 2020 que l'appel à une manifestation d'intérêt a été lancé par le ministère. La FFR a été parmi les premières à s'inscrire dans la démarche, menée en collaboration avec le Comité d'organisation des Jeux olympiques et paralympiques Paris 2024. Officialisé le 1 er février par la signature d'un avenant à la convention FFR/Éducation

.../...

Cette perspective n'en serait pas même une sans le programme Rugby#BienJoué mis en place en 2018 et sa déclinaison de la pratique « toucher 2 secondes ». Pas besoin de gazon, tout a été réfléchi pour la pratique sur béton, à peu de joueurs. L'espace d'une cour de récréation est limité et ceux qui ne jouent pas ont les mêmes droits que les participants. « On ne dit pas aux gamins qu'ils doivent tous jouer au rugby, mais qu'ils le peuvent s'ils en ont envie. Dans une école de Bretagne, à Plougasnou (au nord de Morlaix), une institutrice qui a mis un ballon à disposition est sidérée de voir aujourd'hui les gamins jouer au rugby tous les jours, raconte Francis Costa. D'autres gamins sont arrivés ensuite avec leur ballon, ils jouent au rugby sans rien demander, en toute autonomie. Et ils s'inventent des jeux comme une tomate avec ce ballon ovale. C'est quand même mieux que de passer une demi-heure sur son smartphone! Il faut que les gamins aient le réflexe de faire du sport », synthétise-t-il.

## Renforcer les liens entre les mondes scolaire et associatif

Une grande liberté est au cœur du projet puisqu'aucun encadrant spécifique n'est requis, puisqu'aucune plage horaire n'est réservée exclusivement à ces 30 minutes d'activité physique, une durée qui peut bien sûr s'étirer au-delà. « Ça peut être à la récré, pendant la pause du midi ou après l'école... En primaire, les enfants n'ont pas encore de téléphone mais ils ne bougent pas assez », constate encore le responsable fédéral du milieu scolaire. Au-delà de la lutte essentielle contre la sédentarité, la Fédération doit profiter de cette occasion en or de renforcer les liens entre les mondes scolaire et associatif. Pour porter le projet, qui de mieux que le licencié qui fréquente les deux environnements ? « C'est notre meilleur ambassadeur. À la signature de sa licence, on pourrait fournir au M8 un ballon et les explications à donner, qu'il pourrait alors diffuser dans son école. D'autres canaux de diffusion sont imaginés, comme les fédérations affinitaires de l'UGSEL ou de l'USEP ou les inspections académiques, énumère Sébastien Carrez. Ce qu'on cherche, c'est une pratique libre, de défoulement, poursuit-il. On n'est pas dans l'idée d'y mettre des moyens humains et d'encadrer l'activité. »

Que ce soit par le biais du rugby ou de n'importe quelle discipline engagée dans l'opération – une quinzaine de fédérations (foot, basket, lutte, tennis...) –, cette demi-heure d'activité physique quotidienne est en fait devenue indispensable. « On doit mobiliser le savoir-faire et les moyens du sport scolaire et des fédérations partenaires. Nous sommes un acteur pour lutter contre cette sédentarité. Il faut absolument utiliser cette possibilité, bénéfique pour tout le monde. Elle s'inscrit aussi dans le Club 21ème siècle, évoque le rôle social que l'on doit avoir avec la jeunesse de demain », relève Sébastien Carrez. Mais le travail ne fait que commencer. Expérimentée depuis novembre dernier aux six coins de l'Hexagone, l'opération prendra forme ovale réellement à partir de la rentrée : « Le rugby est parfaitement adapté à cette opération, conclut Francis Costa. C'est le seul sport où il faut soutenir en permanence son partenaire, où il faut faire une confiance aveugle aux copains qui sont derrière, où on peut courir un ballon dans les mains, où personne n'est exclu. On veut développer cette notion de liberté : pendant trente minutes minimum par jour, les gamins doivent s'amuser librement. »

