

Cazaubon : Sport nature santé à l'école primaire



Cazaubon : Sport nature santé à l'école primaire

Jeudi 23 mars, dans le cadre de l'opération Sport nature santé, tous les élèves du CE1 au CM2 ont participé à une matinée sur le retour des tests physiques passés au mois de janvier, au Pôle. Ce jour-là, les enfants avaient participé à une marche d'endurance, aux lancers de balle, au saut, à la frappe de plaque (vitesse gestuelle des membres supérieurs), aux exercices de souplesse, à la marche à reculons (équilibre), au relais navette, ainsi qu'à l'atelier de détente verticale.

Jeudi, Sophie Mediamole, du Comité départemental olympique sportif (CDOS), et Claude Cros, éducateur territorial des activités physiques et sportives de Cazaubon (Etaps), ont rencontré les enfants. Les deux responsables sportifs ont donné à chaque élève une feuille où leurs résultats, obtenus dans les divers ateliers, étaient inscrits. Après avoir étudié leurs résultats, les élèves ont tracé leur fil de forme. Ce dernier met en relief leurs capacités physiques et leur révèle aussi leurs faiblesses. Avec ce document, ils peuvent déterminer plus facilement leur profil sportif et mieux s'orienter vers le sport qui convient à leur aptitude.

Sophie Mediamole et Claude Cros, ont profité de l'occasion, pour vérifier si les connaissances prodiguées l'an dernier étaient acquises. Les réponses positives des élèves ont permis de constater qu'ils avaient bien retenu les leçons précédentes et qu'il leur fallait une heure par jour d'activité physique.

Dans la classe de CM2, 79, 44% des élèves sont inscrits dans un club sportif. Les filles font avant tout du tennis, de la danse et de l'équitation. Les garçons font du tennis, de l'aviron, du rugby, de la danse, du judo et du tir à l'arc.

La rencontre s'est prolongée par un dialogue sur les conditions de vie et le développement du corps, entre Sophie Mediamole, Claude Cros et les enfants. Les éducateurs sportifs ont présenté les résultats sportifs de la génération de 1980, puis ils ont posé la question aux enfants : « Pourquoi leurs résultats étaient-ils meilleurs? » Les enfants unanimement ont répondu : « Ils jouaient davantage dehors où avaient plus d'activités physiques. »

Les éducateurs ont prodigué quelques conseils, notamment en invitant les enfants à avoir plus d'activités en plein air où physiques, puis ils ont abordé l'importance des repas équilibrés. Claude Cros leur a tout d'abord rappelé l'importance du petit déjeuner puis il a précisé : « À la récréation du matin, un fruit vous est offert dans le cadre de l'opération Un fruit à la récré. » Cette opération a été mise en place par le Comité départemental d'éducation pour la santé et la municipalité.