

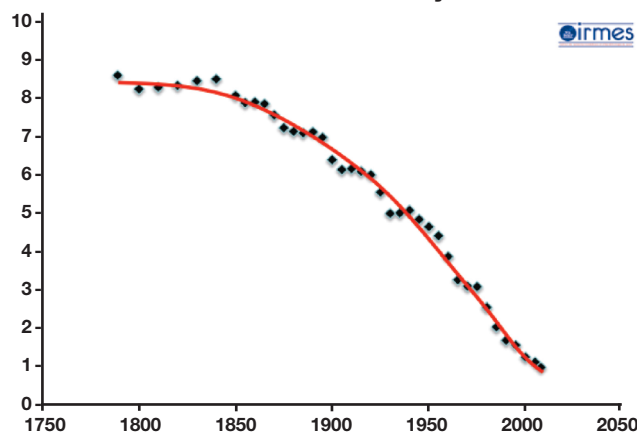
## Les bienfaits de la pratique sportive pour la société

### L'activité physique ? Un remède contre la sédentarisation de notre société

### ■ Evolution de l'activité physique

En France la courbe d'activité physique accélère son déclin au XX<sup>ème</sup> siècle, suivant en cela la transition démographique qui voit passer en deux siècles le pourcentage d'emplois directement liés à l'agriculture de 65 à 4 % tandis que celui du secteur tertiaire passe de 14 à 72 %.

Heures d'activité quotidienne  
des années 1800 à nos jours



ESTIMATION DE L'EVOLUTION SÉCULAIRE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE QUOTIDIENNE DES FRANÇAIS

“  
Le sport constitue  
un puissant outil  
pédagogique pour  
l'apprentissage  
de la citoyenneté.  
”

### ■ Sédentarité de notre société

La sédentarité croissante constatée dans nos sociétés développées n'existe sous sa forme épidémique que depuis la deuxième moitié du XX<sup>ème</sup> siècle.

Elle concerne les deux tiers d'entre nous et s'étend dans la génération de nos enfants.

Ce processus suit deux courbes de croissance successives : celle du développement des transports motorisés, limitant la dépense énergétique individuelle, et celle de la communication : télévisuelle, informatique.





## Les valeurs éducatives et sociales du sport doivent être exploitées

### ■ Education à la responsabilité citoyenne

La pratique des activités physiques et sportives dans

le cadre associatif est un élément essentiel d'éducation.

C'est une occasion d'apprendre à être actif, à gérer sa propre vie en prenant en compte l'intérêt commun, à être plus efficace pour soi-même et pour la collectivité, à pratiquer le partage et la solidarité dans la victoire comme dans la défaite.



### ■ L'éthique

Le sport ne peut exister sans respect de règles.

C'est pourquoi elles sont librement acceptées par les protagonistes.

Si on ne les respecte pas, on triche.

Cela veut dire aussi que l'on ne se respecte pas, que l'on ne respecte pas l'autre.

Ce sont ces valeurs fondamentales qui ont fondé l'éthique sportive.

### ■ La vie en société

Le sport aide à mieux se connaître, à connaître les autres et leurs différences et donc à mieux les accepter.

### ■ L'hygiène de vie

Les activités physiques et sportives ont un effet bénéfique, notamment sur la santé, sous réserve d'une pratique adaptée et d'une bonne hygiène de vie.

Le succès ne peut passer que par le respect de cette notion.

En cas de difficulté ou d'échec, les questions à se poser reposent principalement sur le respect ou non d'une bonne hygiène de vie.

### ■ Les bénéfices du sport

Le sport exprime les valeurs universelles que sont l'honnêteté, le courage, la tolérance, le rapprochement des peuples, grâce au brassage des cultures, des âges, des races et des sexes, notamment au moment de l'organisation de fêtes universelles.

Cela concerne aussi : la santé, le sens de l'effort, la socialisation et l'éducation.

# Les bienfaits de la pratique sportive

## Les dérives du sport et leurs dangers

Le sport est un phénomène social, il a donc une histoire et son organisation actuelle rend compte à la fois de cette histoire et des enjeux culturels, économiques et sociaux qui lui sont attachés. Aujourd'hui, le sport est valorisé par l'opinion et les pouvoirs publics et ses valeurs sont citées en exemple aussi bien pour les questions d'éthique, le respect des règles et de l'adversaire, que pour encourager les vertus dans le champ économique, le goût de la victoire, la combativité et le dynamisme. Revers de la médaille, le sport est confronté à plusieurs dangers étroitement liés à son importance au sein de notre société, aux enjeux financiers qui y sont rattachés et à la dictature du résultat qui, en rendant la défaite inadmissible, suscite des comportements inacceptables.

Le sport moderne pourrait disparaître (comme l'histoire nous l'a déjà montré) s'il évoluait vers les jeux de cirque, avec toutes ces dérives.

Quelques exemples :

- **La violence et le racisme dans le sport**

Certaines disciplines sont rudes. Leur pratique peut engendrer une violence physique, notamment pour les sports de contact.

Mais il peut exister aussi une violence verbale ou psychologique, ainsi que des comportements agressifs, inappropriés et discriminatoires.

Gare à l'effet "rollerball", mise en scène de jeux très violents contraires au fair-play menaçant les sportifs dans leur intégrité physique ainsi que la société au niveau de sa morale.

- **La violence autour du sport**

Trop de supposés supporters utilisent les tribunes et alentours du stade pour assouvir leur besoin de violence.

- **Le dopage dénature le sport**

Le dopage constitue une véritable dérive pour le sport. Il est contraire à l'essence même de l'esprit sportif et porte atteinte à la santé des sportifs.

- **La spécialisation trop précoce**

Certaines disciplines demandent une spécialisation très précoce pour atteindre le haut niveau.

Les conséquences chez le jeune sportif peuvent aller de la lassitude (arrêt prématuré du sport), à des effets plus ou moins graves sur la construction de sa vie sociale et personnelle.

L'enseignement doit donc être mesuré, en veillant à ce que le plaisir soit toujours présent et que l'aspect compétitif, par ailleurs indispensable pour progresser, ne devienne pas envahissant.

De plus, il convient d'être particulièrement vigilant avant de demander (et d'accorder) un surclassement.

## Les limites du sport

Ne demande-t-on pas trop au sport ?

Peut-il régler tous les problèmes de la société ?

Peut-il éviter d'accueillir en son sein la même proportion de tricheurs, de malhonnêtes que n'en comporte la société humaine ?

Peut-il être une terre vierge de conflit, de chausse-trape et de mensonge ?

Bien évidemment non, le monde sportif ne peut être qu'à l'image de la société dans laquelle il se meut.

Simplement, véhiculant les valeurs citées plus haut, il participe à la mise en place d'une société la plus juste possible où chacun se trouve sur un pied d'égalité et bénéficie des mêmes chances de réussite.