

# SEMAINE DE FORMATION

## DU COMITÉ FSGT VAL DE MARNE

### COMPTE RENDU DES 4 SOIRÉES

- POPULATIONS LOCALES ET GRANDS CLUBS OMNISPORTS : DES MARGES IMPORTANTES DE DÉVELOPPEMENT. *PAGE 3*
- PILOTAGE DES GRANDS CLUBS OMNISPORTS : LES CONDITIONS DE LA RÉUSSITE. *PAGE 6*
- ÉTIREMENTS, SOUPLESSE : QUOI DE NEUF ? *PAGE 11*
- PETITE ENFANCE, PRATIQUE SPORTIVE ET MOTRICITÉ. *PAGE 15*





## **POPULATIONS LOCALES ET GRAND CLUBS OMNISPORTS : DES MARGES IMPORTANTES DE DÉVELOPPEMENT.**

Le comité FSGT se propose cette saison d'accompagner les clubs omnisports qui le souhaitent dans l'analyse des besoins des populations locales. Pour qui souhaite penser le développement du club des années 2020-2025, c'est une activité incontournable qui reste accessible à tous du point de vue la méthode. Exemple avec deux études de cas présentées mardi 10 décembre 2013 dans la cadre de sa semaine de formation : Ivry sur seine et Vitry sur seine.

### **Que révèlent les chiffres sur les évolutions des populations locales ?**

Entre 1999 et 2009 (chiffres Insee) Vitry a gagné 8000 habitants. Ivry 7000. Une augmentation essentiellement due à l'arrivée de jeunes couples et de familles parisiennes cherchant des logements plus abordables. Cadres supérieurs, professions intermédiaires et employés représentent la majorité du contingent de ces nouvelles populations : 3600 à Vitry et 4500 à Ivry. Elles drainent avec elles de nombreux moins de 20 ans.

La dernière étude du comité FSGT en 2009 révélait que sur Ivry, Vitry et Champigny, la population économiquement faible était plus élevée que dans le département avec un peu moins d'un habitant sur deux non imposables. Cette tendance s'accroît. Si le chômage diminue très légèrement, le travail précaire et les contrats en CDD augmentent.

Tendance déjà observée dans la période 1990 - 1999, les ménages de célibataires (surtout des plus de 60 ans) et de familles monoparentales (surtout des mères de famille) augmentent aussi dans les deux villes.

Quant à la structuration par âge, on repère un double phénomène : à la fois rajeunissement avec plus de moins de 20 ans (+4200 dans les deux villes) plus de 20/60 ans (+8000 dans les deux villes). Et un vieillissement avec plus de retraités (+2000 uniquement sur Vitry)

Le temps de transport du travail au domicile a augmenté avec trois quart des habitants qui travaillent en dehors de la commune ou du Val de Marne.

## **ANALYSE DES POPULATIONS : MODE D'EMPLOI**

### **Rassembler les données et les informations :**

Récupérer les chiffres INSEE pour la commune.

[www.insee.fr](http://www.insee.fr)

Récupérer le fichier du ministère pour les licenciés sportifs dans la ville. (disponible au comité FSGT)

Récupérer sous Excel les effectifs FSGT du club pour compléter le tableau. <http://licence.fsgt.org> avec les dates de naissances.

S'adresser au service du développement économique de la ville pour connaître les projets. Consulter le projet local d'habitat.

### **Produire un tableau synthétique :**

Harmoniser les données avec le fichier du MJS: moins de 20 ans ; 20/60 ans ; plus de 60 ans.

Filter et masquer sous excel les données pour ne pas être noyé.

### **Faire le tri des informations pertinentes :**

Population globale ;  
indicateurs économiques ;  
structures familiales ;  
CSP; lieu de travail ;  
catégorie d'âge.

### **Comparer et croiser les données :**

Les chiffres du club avec les chiffres Insee.

Les chiffres du club avec les chiffres du ministère.

Zoomer les catégories d'âge dans le club.

Procéder à des analyses plus fines en fonction des données à disposition (listes d'attente par quartier par exemple)

**Partager les analyses :** Dans le club. Avec les sections. Avec la ville.

Faire des propositions et produire des scénarios.

## **Une nouvelle donnée utile : les populations sportives licenciées.**

La publication récente par le Ministère Jeunesse et Sports de l'atlas des fédérations sportives sportives donne à voir la typologie et le recensement du nombre de licenciés par commune sur toute la France. A Ivry et à Vitry, ces chiffres viennent confirmer la place importante qu'occupent les grands Clubs dans le paysage sportif local et la réponse aux différentes catégories de la population. L'ESV et l'USI représentent respectivement entre 62% et 89% de la population sportive licenciée dans les villes. Avec des caractéristiques communes : Une participation importante du club à la féminisation des pratiques mais un nombre de plus de 60 ans sous représenté dans les effectifs de ces deux clubs si l'on considère l'ensemble des retraités dans les deux villes - 6% de retraités pratiquent des APS à l'ES Vitry alors qu'il y a 17% de retraités dans la ville - 8% pratiquent à l'US Ivry contre 17% de retraités dans la population totale d'Ivry.

Les nombreuses listes d'attente sur les pratiques sportives en direction des enfants révèlent aussi une sous représentation de cette catégorie d'âge dans les clubs si l'on prend comme référence la part qu'elle occupe dans la population totale.

### **Que faut-il comprendre de ces évolutions ?**

Des projets de développement économiques avec des locaux d'entreprises et des quartiers nouveaux sont à l'œuvre avec Ivry Confluences, le quartier des Ardoines et le Moulin Vert à Vitry. Près de 25000 habitants nouveaux sont attendus d'ici 2025 sur ces 3 quartiers. Et sur Vitry on parle de 110000 habitants en 2030. Vont donc cohabiter dans l'avenir et de façon durable, des populations plutôt aisées d'un côté et des populations socio-économiquement faibles de l'autre. Deux tendances fortes qui vont se traduire par des exigences de prise en compte de la diversification des besoins de pratiques sportives.

Si les sections multisports adultes, seniors et enfants qui ont été créées dans les années 60 et 70 ont représentés des atouts forts pour répondre à la diversité des besoins, on peut légitimement affirmer aujourd'hui que le potentiel de développement de ces activités est sous-utilisé.

Au regard de l'évolution des catégories d'âges dans la population, on peut aussi dire que la population des jeunes et des adolescents est fortement sous-représentée dans les clubs. Une enquête de l'INSEP révélait que les jeunes se construisent un portefeuille d'activités physiques et sportives et s'éloignent progressivement du modèle de la compétition sportive. Tendances qui expliquent la disparition progressive des adolescents dans les activités physiques et sportives des clubs, elles-mêmes organisées très majoritairement sur le modèle de la compétition.

La montée du célibat va renforcer le besoin de lien social et d'engagement surtout chez les plus de 60 ans. Les familles monoparentales en augmentation font apparaître l'accentuation des décalages entre les créneaux de pratiques inadaptés des petits – en semaine et en début d'après midi – et les disponibilités pour des familles qui consacrent entre 1h30 et 3h par jour dans les transports et qui sont plus que les autres dans des situations de travail précaire.

### **Comment agir dans les clubs ?**

#### ***Développer les ressources humaines des clubs omnisports.***

La forme grand club représente une forme de réponse adaptée aux besoins de pratiques qui se diversifient. Mais son potentiel est sous employé. On continue de penser dans les clubs la question du développement comme l'augmentation des charges. Pour autant, les nouvelles populations aisées des villes sont avant tout à considérer comme une ressource nouvelle. En cotisation donc mais surtout en potentiel d'engagement et de solidarité, de participation et de mutualisation des compétences pour une vie associative qui souffre de ne pas capter la croissance de la participation bénévole et volontaire que l'on observe partout en France et dans le département.

#### ***Prendre la mesure des besoins profonds des populations :***

Maintien et développement du capital santé, lien social et convivialité pour les plus âgés. Éducation physique chez les enfants et les adolescents, mixité sociale, créneaux de pratiques sportives à proximité des lieux d'habitation, coût des pratiques et freins culturels. Autant de pistes à explorer pour le club et les sections

qui fondent leur objet sur la réponse aux besoins de pratique sportive de la population.

### ***Participer à la construction du projet sportif local.***

Les freins à la pratique existent encore. La situation mériterait qu'ils soient mieux mis à jour. Et si le développement de la pratique sportive en France s'observe aussi en dehors des clubs et du mouvement sportif, cela ne signifie pas seulement qu'il y a une contre-culture des « pratiques sauvages » organisée en réponse à la culture sportive organisée en club. Cela signifie aussi que les pratiques qui se développent en dehors de toute fédération le font surtout par défaut de réponse adaptée des clubs.

Les clubs omnisports ont des marges de développement qui dépendent essentiellement des choix qu'ils feront pour l'avenir : Revendiquer des installations plus polyvalentes et moins ciblées dans les nouveaux quartiers qui se construiront. Ce qui passe par la présence des clubs dans les nombreux débats publics qui sont organisés par les villes au sujet des projets de nouveaux quartiers. Réaffirmer auprès des villes l'intérêt culturel, économique, sportif ainsi que l'utilité sociale du sport associatif qui « associe ». sans aucun complexe à avoir vis-à-vis des villes ou du marché privé.

### ***Organiser la prise de conscience.***

En confrontant les responsables des clubs et des sections aux listes d'attente, aux effectifs du club et de la population dans la ville, il s'agit pour les directions de nos clubs omnisports de faire prendre conscience des marges de développement qui peuvent être très concrètes et facilement exploitées.

Pour le comité FSGT, la haute tenue de la discussion avec les participants confirme une chose : le travail doit continuer avec les clubs, dans les localités, au plus près des spécificités de chaque ville et de chaque club. Un travail indispensable donc mais qui ne peut se faire sans la volonté réelle des clubs et un changement de cap dans la nature du pilotage et le contenu des tâches auxquelles se confrontent tous les jours les responsables de clubs.

*Le collectif GCO du comité FSGT 94 – le 12.12.2013*

## **QUEL PILOTAGE DES GRANDS CLUBS OMNISPORTS? UNE ÉVOLUTION INCONTOURNABLE.**

*Un pilotage en souffrance si l'on en juge par les trop nombreux dirigeants de clubs et de sections qui regrettent l'affaiblissement de la capacité des clubs à associer les sections et les adhérents à la vie et au projet du club. Pourtant le comité FSGT a recensé depuis 2005 une longue série d'expériences qui s'appuient sur un principe premier : le développement des clubs passe par une vie associative qui associe pour de vrai !*

### **Depuis 15 ans, la solution gestionnaire n'a pas résolu le problème du pilotage des clubs .**

L'activité de gestion est nécessaire mais inefficace quand il s'agit de développer l'engagement et la participation des sections dans la vie et le projet du club. L'activité de gestion est incontournable mais elle rebute souvent les candidats potentiels au pilotage des sections et des directions de clubs. L'activité de gestion est importante mais laisse peu de temps pour imaginer et construire le club de demain.

### **La prestation de services freine la participation des adhérents et construit des consommateurs.**

L'engagement associatif désintéressé et gratuit s'est développé en France et dans le département depuis 20 ans. A contre-pied, confondant la réponse aux besoins des populations avec l'animation de services sportifs à la population, les clubs qui ont fait le choix de développer un encadrement salarié des APS n'ont-ils pas scindé la branche sur laquelle ils reposaient ?

Une chose est sûre, ce n'est pas que de leur faute. Sous la pression des fédérations et de l'État visant à développer l'emploi sportif, en difficulté pour capter un engagement qui se développe dans la société mais sous des formes nouvelles et plus ciblées, les clubs omnisports ont aussi été utilisés par les villes pour assurer un service sportif à la population. Et certains dirigeants de déplorer que la mission première des clubs a finalement été détournée de ses principes originels : organiser, avec et pour la population, les activités sportives dont elle a besoin.

### **Le Grand Club Omnisports est aujourd'hui au carrefour de tous les dangers.**

Le scénario de l'éclatement est plausible : quand un club omnisports voit son utilité pour les sections réduite à la seule question des finances et des installations, alors la question mérite d'être posée. Que se passera-t-il si les subventions baissent fortement ? Jusqu'à quand l'augmentation des cotisations sera-t-elle supportable ?

La première soirée de formation du comité FSGT a mis l'accent sur les marges de développement dans les activités des clubs, dans le rapport aux besoins de différentes catégories de populations qui ne cessent de croître au niveau local. Les villes du département vont voir leurs populations se développer de façon très importante. 110.000 habitants à Vitry et 80000 à Ivry sont escomptés dans la période 2025-2030. Les populations les plus pauvres vont cohabiter durablement avec des populations nouvelles et plus aisées. Les moyens financiers des villes - donc les subventions - vont se tarir.

### **A quoi sert un club omnisports ?**

Les grandes phases de développement des clubs présentent toutes un point commun. A chaque fois les clubs ont assumé trois fonctions essentielles :

- Utiliser les APS et la vie associative comme outil de construction du citoyen sportif et de formation des individus.
- Organiser la réponse aux besoins de pratique physique et sportive de toutes les catégories de population, sans exclusion.
- Assumer sa place et son rôle auprès des pouvoirs publics en revendiquant des moyens et des politiques adaptées à leurs besoins.

Les clubs, pour l'essentiel, sont dans une fausse vie associative qui confond participation avec convivialité, bénévolat avec inconsistance, salarié avec compétence. Si le grand détournement des fonctions originelles des clubs s'est opéré au profit d'une logique de prestations de services, il faut donc redéfinir le rôle et les missions du club.

## **Vie associative, prestations de services, vrais débats et fausses routes.**

La situation n'est pas évidente pour le dirigeant de club d'aujourd'hui. Coincé entre des politiques publiques qui visent à instrumentaliser le sport associatif et une société de consommation qui fabrique de l'individualisme et du consommateur, la réponse associative demeure un sport de combat. Surtout quand le discours sur l'utilité de la vie associative vient brouiller les codes : le bénévole qui rend service à la population mais qui reste inconsistant voire incompetent. La vie associative qui doit être conviviale comme si elle se résumait uniquement à cette définition. Le modernisme de la solution gestionnaire opposé au discours soi-disant dépassé sur la vie associative qui associe et forme les citoyens.

### **Faut-il épouser le changement ou le combattre ?**

Comment faire avec l'individualisme qui s'est développé aujourd'hui ? Ne faut-il pas transformer les missions des salariés et des bénévoles pour construire des compétences complémentaires ? Comment s'adapter aux volontés d'instrumentalisation des clubs par les villes sans perdre sa raison d'être associative ? Faut-il rechercher des financements multiples pour palier aux baisses de moyens des villes et de l'État sur le domaine du sport ?

L'adaptation du système associatif est nécessaire dans un contexte qui n'est pas le même que celui des années 70. Cependant, s'adapter ne doit pas vouloir dire assimiler des logiques contraires à celles qui fondent l'existence et la création des clubs omnisports.

La FSGT assume pour sa part ce constat : le mouvement sportif n'a presque jamais été installé sur le modèle de la vie associative qui associe ! Affirmation nécessaire pour marquer la différence. La relation première entre le club sportif et la FSGT passe par la reconnaissance mutuelle de la primauté du rôle du club dans sa fonction sociale et sportive.

Le débat ne peut reposer pas sur de faux clivages : salariés contre bénévoles, gérer l'existant ou se projeter... Nous avons besoin dans nos clubs de formuler les problèmes de façon plus judicieuse : Quels salariés utiles au développement de la vie associative ? Quelle vision du sport en regard des besoins de cohésion sociale dans la ville ? Comment

associer les sections, les salariés et les bénévoles au traitement des problèmes de gestion ?

### **Réaffirmer vis-à-vis des villes la logique et l'utilité du club associatif.**

Le sport du pauvre existe toujours malgré les enquêtes sociologiques qui visent à démontrer que la pratique sportive s'est démocratisée.

*« Au-delà de l'incontestable démographisation du sport depuis 50 ans, la démocratisation est en panne. A moins qu'elle n'est jamais eu lieu. Les origines sociales, géographiques, de sexes, de revenus, les conditions de travail, de logement font que les sports se distribuent inégalement et régressent aujourd'hui dans les milieux populaires, particulièrement chez les femmes<sup>1</sup>.*

La soirée du 10 décembre vient le démontrer. La forme club omnisports reste une réponse adaptée aux enjeux d'une réelle démocratisation des APS en direction des plus pauvres. Et quand il organise cette réponse avec les plus pauvres, les plus exclus, il fait montre d'une utilité précieuse en matière de cohésion sociale et de formation du citoyen.

### **Assumer les problèmes de gestion ne doit pas empêcher de faire des choix de politique de club**

Depuis 2005, le comité FSGT a accumulé et ramassé dans l'expérience des clubs toute une série d'expérimentations, d'innovations qui ont développé la participation de l'adhérent au projet du club. Avec des effets durables : De simples adhérents qui deviennent de nouveaux dirigeants, des jeunes qui animent dans les APS sans rémunération, des salariés embauchés pour former les animateurs et les gestionnaires bénévoles et non pas pour faire à leur place. Des retraités qui s'engagent durablement dans l'animation d'activités à visée santé des seniors. Des initiatives de clubs qui associent les sections et la population. Une meilleure connaissance par les sections et leurs adhérents du projet associatif du club omnisports.

### **4 conditions sont réunies par les clubs qui font le choix de résister:**

- Faire évoluer les structures du club et des sections pour mieux prendre en compte la volonté de s'engager de la population dans la vie associative. Celle -ci est réelle, étudiée et

---

<sup>1</sup> Résumé d'une intervention de Dominique Charrier (Maître de conférence STAPS Orsay) lors du colloque « Sport demain enjeu citoyen » en 2012.

observée de long en large depuis 15 ans par les études sur la vie associative en France et dans le Département.

- Transformer le contenu et la nature du travail réalisé par les pilotes et les salariés permanents des clubs. Plus de projets de développements pour imaginer l'avenir. Ne pas avoir de complexes vis à vis des villes afin de faire des propositions de réponses adaptées aux besoins des populations en termes de projet sportif et associatif local.
- Être imprégné de la réalité des problèmes des sections pour mieux les anticiper. Face aux problèmes divers rencontrés par les sections, il vaut mieux être à la source et au démarrage. Pour mieux les appréhender et les résoudre quand c'est encore possible. Quand le club ou les pilotes du club ne sont pas dans la vie des sections, souvent les problèmes qui se présentent à eux sont déjà presque insolubles.
- Développer la vie associative qui associe les adhérents. Pas celle qui organise la prestation de services. Associer pour ne pas faire à la place. Construire avec les adhérents pour ne pas développer des consommateurs. Ce qui passe là aussi par un virage à 180° dans la nature des tâches que se donnent les pilotes bénévoles et salariés des clubs et des sections.

### **Continuer le débat et faire connaître les solutions associatives qui fonctionnent**

La soirée met finalement l'accent sur le besoin pour les clubs et le comité de démultiplier des temps de débats et d'échanges d'expériences. La situation et les enjeux l'exigent. Nous en sommes persuadés : plus que de solutions gestionnaires, il faut débattre des choix à opérer pour penser l'avenir de leur pilotage. D'autant plus que des solutions qui marchent existent dans nos clubs. Il ne reste plus qu'à les populariser...

## **DU BON USAGE DES MOTS**

### **Vie associative :**

Selon Martine Barthélemy, sociologue au CEVIPOF, la vie associative a trois fonctions : former des consciences autonomes ; fédérer des intérêts ; revendiquer et contester.

Selon Daniel Dupuis – ancien permanent de l'USI –  
*« ce qui distingue la pratique associative c'est justement qu'elle associe ! Entre le marché privé qui veut imposer la logique de la prestation de services et les pouvoirs publics qui veulent parfois l'instrumentaliser, la vie associative n'a d'avenir que si elle préserve et développe ses propres valeurs en associant les adhérents... »*

### **L'omnisports relève de 5 principes :**

**Ouverture :** des formes de pratiques sportives ouvertes aux besoins de toute la population et en particulier aux exclus du sport traditionnel basé sur la sélection des meilleurs, aux exclus du système marchand qui sélectionne par l'argent.

**Responsabilisation et citoyenneté :** il s'appuie sur la sollicitation et le développement de l'engagement de l'adhérent dans la gestion, l'animation, la prise en charge de sa propre pratique. Avec les autres.

**Souplesse et adaptation :** il garantit une souplesse d'organisation des pratiques en partant des besoins et des possibilités des individus et des groupes. Non pas des besoins liés aux contraintes et contingences du règlement technique des APS.

**Démocratie et participation :** il s'appuie sur un fonctionnement qui associe et favorise la participation de tous les adhérents au projet de l'association, au projet du groupe.

**Progrès sportif, éducation physique et plaisir :** une conception du progrès-s sportif et de l'apprentissage qui part des savoirs, des capacités du moment des pratiquants. Non d'un modèle sportif à atteindre.

## UN CLUB QUI RESISTE ET QUI INVENTE DES SOLUTIONS NOUVELLES EN 4 ACTES :

### RÉCAPITULATIF TRÈS SYNTHÉTIQUE DES RÉPONSES APPORTÉES PAR LES CLUBS.

<b>Pour une vie associative qui associe. (Pas celle qui organise la prestation de services)</b>	<b>Faire évoluer les structures des clubs.</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Afficher les couleurs associatives et marquer les différences. Dans les forums, les AG, l'accueil des adhérents, lors des inscriptions.</li><li>✓ Ne jamais supprimer un groupe d'activités sous prétexte de manque de moyens humains.</li><li>✓ Créer un environnement favorable à l'engagement de l'adhérent. La dynamique de section et d'activité favorise l'engagement des adhérents. Ce qui motive le plus ceux qui s'impliquent c'est d'être au cœur d'une vie d'équipe.</li><li>✓ Solliciter tout le temps, à tout âge, utiliser les compétences professionnelles.</li><li>✓ Inventer des formes nouvelles de responsabilisation, adaptées aux réalités des pratiques et aux possibilités de s'engager.</li><li>✓ Accompagner et soutenir ceux qui se responsabilisent.</li><li>✓ Former ses animateurs, organiser et structurer la formation sur le tas.</li><li>✓ Utiliser le réseau fédéral pour former ses animateurs et ses responsables.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Constituer des équipes de responsables (coprésidence, trésorerie, équipe d'animation des APS, pilotage du club, formation des animateurs)</li><li>✓ Organiser la rotation des responsabilités pour ne pas figer les rôles et transmettre l'expérience des différentes missions qu'il faut assumer dans un club.</li><li>✓ Mettre en place des collectifs intermédiaires entre l'adhérent et le bureau de section, entre le bureau de section et le comité directeur (collectifs communication, collectif initiatives, collectif gestion des licences, collectif financier, bureaux de clubs et de sections élargis aux responsables de collectifs.</li><li>✓ Décentraliser sur les lieux d'activités les AG de section, démultiplier les temps communs pour être au plus près des adhérents, organiser des temps forts pour donner à voir le projet associatif et sportif du club. Pour faire se connaître les différentes parties du club, de la section.</li></ul>
<b>Des initiatives utiles au décroisement et à la visibilité du projet de club</b>	<b>Transformer la nature et le contenu des tâches des pilotes salariés et bénévoles</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Le club doit aller vers les sections et non l'inverse. Ne pas attendre que ce soit les sections qui aillent vers le club.</li><li>✓ Innover : lieux d'AG, soirée d'accueil et d'information des nouveaux dirigeants de sections, soirées conviviales pour faire se rencontrer la diversité des responsables dans la section, dans le club.</li><li>✓ Organiser des stages de clubs, des sessions de formation qui visent à favoriser l'échange d'expérience. En appui sur les problèmes rencontrés dans la vie du club et des sections.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Le salarié ne doit pas faire à la place par souci d'efficacité. Il doit d'abord former les responsables, solliciter et responsabiliser les adhérents.</li><li>✓ Le salarié doit être issu du club ou de la section. Il doit être porteur du projet associatif, social et sportif du club ou de la section.</li><li>✓ Il doit être accompagné par la direction du club ou de la section, par des plus anciens.</li><li>✓ Il doit être intégré aux équipes de direction du club, de la section.</li><li>✓ Il doit s'impliquer dans les temps forts du club, de la section.</li><li>✓ Il doit prendre en charge des tâches bénévoles sur du temps bénévole pour être au plus près des difficultés et réalités des bénévoles.</li><li>✓ Il doit être évalué sur des critères adaptés aux objectifs de responsabilisation des adhérents et de formation des responsables.</li><li>✓ S'organiser ensemble pour gérer les problèmes qui dégringolent et anticiper pour ne pas subir les problèmes.</li></ul>



## **LA SOUPLESSE ET LES ÉTIREMENTS**

### **COMMENT CA MARCHE ? INTERVENTION DE THIERRY MAQUET.**

« Est- ce que sport et santé sont compatibles ? ». L'enjeu est de montrer qu'on peut pratiquer le sport, même à haut niveau, avec de bonnes habitudes pour préserver l'intégralité physique. Les connaissances scientifiques apportent des éclairages, mais ne dictent pas la pratique sur le terrain.

D'où l'importance d'échanger avec différents entraîneurs de différentes spécialités, qui fort de leur expérience peuvent aussi enrichir ces connaissances. Les connaissances d'aujourd'hui ne doivent pas être considérées comme une vérité universelle et immuable. En matière de recherche les choses évoluent et progressent.

En ce qui concerne **les étirements** ils sont l'objet de polémiques et de débats contradictoires. Gilles Cometti dans un numéro de la revue EPS relatait le résultat d'expériences montrant que les étirements prolongés faisaient baisser le tonus musculaire et qu'il n'y aurait donc pas d'intérêts à en faire à l'échauffement voire à l'entraînement.

Ces informations ont donné lieu à des réactions contrastées dans le milieu de la préparation physique et de l'entraînement où il est parfois bien difficile de changer ses habitudes. Habitudes qui d'ailleurs, sont souvent basées sur des mythes, des croyances et des erreurs. Qu'est-il finalement important de retenir ?

#### **Ne pas confondre étirements et assouplissements.**

La souplesse est une qualité physique fondamentale pour l'individu, que ce soit dans le cadre d'une pratique sportive ou de sa vie quotidienne. On la perd en vieillissant, il est donc important de l'entretenir tout au long de sa vie. La pratique des étirements ou « stretching » devrait faire partie intégrante de sa vie quotidienne, ou que l'on soit.

Cependant, il y a une différence entre les **étirements musculaires**, et les **exercices d'assouplissement**. Les uns servent à rétablir la longueur du muscle contracté ou raidi dans l'effort, sans chercher un gain maximal au niveau de l'articulation. Les autres vont au-delà, ils augmentent l'amplitude du mouvement, ils travaillent sur l'articulation et tout son environnement, les muscles, les tendons, les ligaments et la capsule articulaire.

Ce qui conduit à dire, que la partie « retour au calme » après une séance ou un entraînement ne suffit pas et n'a pas vocation à travailler la souplesse. Des séances spécifiques sont nécessaires et doivent être consacrées à des exercices d'assouplissement.

Martine Pothet-Favier – Thierry Maquet le 18/12/201

**La souplesse, une qualité fondamentale**

**La souplesse varie selon l'âge :**

**La capacité à mobiliser une articulation avec une amplitude plus ou moins importante.** Elle dépend de l'articulation (axes de mobilités différents selon l'articulation), des éléments de contention (tendons, ligaments) et du tonus musculaire.

**Chez les enfants :**

Les enfants sont naturellement souples. Les structures passives des articulations (tendons et ligaments) ne sont pas arrivées à maturation. La mobilité articulaire maximale atteint son apogée vers 9-10 ans. Un entraînement « poussé » de souplesse n'est pas nécessaire avant 10 ans. entre 10 et la puberté (13 à 15 ans) le travail de la souplesse est nécessaire. Elle ne s'améliore que dans le sens où elle est travaillée. Les filles possèdent en général une souplesse supérieure à celle des garçons. La souplesse diminue sous l'influence des changements morphologiques et de l'arrivée à maturation du maillage de collagène des muscles et tendons dû à la puberté

Les flexions complètes (marche en canard) ou flexion extension (saut de grenouille) sont à bannir pour la protection des articulations de genoux qui sont fragiles à cet âge.

L'entraînement devra limiter les contraintes au niveau du dos, ne pas charger les zones dorsale et cervicale.

Zones à privilégier pour le travail de la souplesse : les mollets, les ischios jambiers.

**L'échauffement n'est pas un moment propice au travail de la souplesse**

**S'étirer avant ou après un exercice ne permet pas d'éviter et de réduire les courbatures.**

En l'absence de courbatures avérées ou à venir, l'étirement prolongé ou les techniques de contracté relâché étiré, abaissent le tonus musculaire, procurent une sensation de bien être et possèdent un « effet anesthésiant ».

### **A l'adolescence :**

Pendant la puberté, l'augmentation de la taille provoque une diminution de la souplesse car les adaptations musculo-tendineuses sont prises de vitesse par le pic de croissance du squelette (augmentation de 9 à 10,5 cm en un an). Cela entraîne une extrême raideur, donc une fragilité au niveau des insertions tendineuses.\*

Chez les adolescents, la maladie de Scheuermann se caractérise par une atteinte des cartilages du corps des vertèbres consécutivement à une croissance rapide. Elle provoque une cyphose douloureuse (haut du dos arrondi), particulièrement chez les garçons\*. Il sera préférable de travailler la posture pour renforcer des muscles érecteurs de la zone dorsale supérieure.

### **Chez la personne vieillissante :**

La souplesse continue à se dégrader progressivement à l'âge adulte. Le vieillissement entraîne un raidissement. Cette raideur aura une incidence sur la posture et la façon de se mouvoir. La raideur des mollets impactera la marche et potentialisera le risque de chute. Une chaîne musculaire postérieure trop raide (ischio jambiers) entraîne une bascule du bassin (rétroversion) accompagnée d'une cyphose dorsale compensatrice qui affaiblit les muscles du dos. La raideur musculaire peut également modifier la posture naturelle de la colonne vertébrale\*.

### **Les étirements à l'échauffement et/ou à l'entraînement :**

On sait maintenant qu'un étirement prolongé (20 à 30 secondes) abaisse le tonus musculaire. Dans le cadre d'un échauffement, si l'on souhaite éviter la baisse du tonus musculaire, il n'est donc pas judicieux de pratiquer ce type d'étirements.

(Nathalie Guissard) 3 conditions pour éviter la baisse du tonus musculaire :

- ✓ Durée ≤ 5 secondes
- ✓ Amplitude spécifique à l'activité préparée
- ✓ L'étirement doit être suivi d'un exercice dynamique pour dynamiser le muscle.

Il est donc conseillé de faire des étirements très brefs. Avec ensuite une mobilisation dynamique et spécifique à l'activité.

### **Étirements et courbatures :**

**Les courbatures** sont des microlésions musculaires suite à un travail musculaire intense ou inhabituel (et non l'accumulation d'acide lactique comme il a souvent été affirmé). **Donc si on étire le muscle on aggrave ces microlésions et la fibre musculaire est encore plus traumatisée.**

Les courbatures apparaissent en général après :

- ✓ une reprise après un arrêt prolongé de l'activité
- ✓ la réalisation d'exercices inhabituels ou d'exercices avec des contractions de type excentrique
- ✓ la réalisation prolongée d'exercices.

D'autre part, la **douleur musculaire** pendant l'exercice signifie que la fibre musculaire est « touchée », qu'il y a « élancement », il faut diminuer voire stopper l'activité. Dans le cas de la « **contracture** », (raccourcissement du muscle). Il s'agit d'un mécanisme de défense, avant le claquage ou la déchirure musculaire : il faut diminuer l'activité.

*Fascias : constituent une enveloppe qui entoure et relie les différents organes de notre corps. Il s'agit d'un tissu conjonctif, riche en fibres de collagène, formant une sorte de gaine élastique autour de nos organes*

**Intérêts de la pratique régulière des étirements :**

**Des zones musculaires à étirer en priorité :**

## **Soulagement des courbatures, froid ou chaud ?**

Le froid resserre les tissus, cela a donc un effet bénéfique sur les microlésions. Mais cette méthode ne serait pas idéale et serait remise en question. En effet, l'inflammation et l'œdème sont nécessaires au processus de cicatrisation et la glace empêche ce processus. Aujourd'hui on cherche donc plutôt à contenir ces phénomènes sans pour autant les éteindre complètement.

**Après toute blessure, il ne faut pas vouloir précipiter la récupération et la guérison**

**Les étirements à froid : une technique d'amélioration de la souplesse :**

L'articulation est soutenue par sa capsule, les tendons, les ligaments, les muscles, et la souplesse dépend de tous ces éléments, sachant que chaque élément est bien différent. Si on veut progresser en souplesse, il ne faut donc pas agir exclusivement sur les muscles. **Si l'on effectue des étirements à froid**, le muscle n'étant pas échauffé, il est raide, ses capacités d'étirement étant réduite, cela va favoriser la sollicitation des structures passives (éléments de contention de l'articulation et les fascias\*)

Notons qu'un muscle est toujours raide le matin, et qu'après un effort il faut compter environ 15 mn pour qu'il se « raidisse » à nouveau.

**La pratique régulière des étirements ou « stretching » présente plusieurs avantages intéressants :**

- ✓ maintenir une certaine souplesse améliorant la posture générale, la maîtrise et la connaissance de son corps
- ✓ Amélioration de l'amplitude articulaire nécessaire pour certains sports
- ✓ Acquérir une plus ample capacité de mouvement et réduire le coût énergétique de la gestuelle.
- ✓ Renforcement des tendons : les filaments du tendon s'alignent dans le sens de la traction, ils s'alignent, ce qui le rend plus résistant (ex : peignage du tendon )
- ✓ Gain de force : il existerait un lien entre la force et la souplesse. Des études démontrent qu'en travaillant la souplesse des ischios-jambiers on obtient aussi un gain de force du muscle antagoniste (quadriceps). La stimulation musculaire serait due à la contraction de type excentrique.

**Un minimum de connaissances anatomique indispensable :**

Un muscle doit toujours être étiré dans le sens de ses fibres. Il est donc important d'avoir un minimum de connaissance sur l'anatomie du mouvement : quel muscle ou groupe musculaire on étire ? dans quelle position (la plus confortable et la moins dangereuse) ? Quelle conséquence de l'étirement et à quoi il sert ?

Certains muscles ont des spécificités :

- ✓ **les fessiers** : la particularité est que le nerf sciatique (zone sensible et sujette à compression) passe sous le muscle pyramidal
- ✓ **le psoas** : est le muscle fléchisseur de la hanche. Il se rattache directement aux [vertèbres](#) lombaires et à la [hanche](#) directement. Sa raideur aura donc une incidence sur le placement du bassin et la posture. L'étirement du [psoas](#) permet d'éviter des blocages vertébraux. Une raideur excessive des muscles psoas-iliaques conduira à l'antéversion du bassin, il faut donc veiller à les assouplir pour pallier leur action lordosante.
- ✓ **Les trapèzes** : il s'agit d'une zone sensible, là où s'accumulent les tensions et souvent douloureuse et contractée. Ces muscles doivent donc être étirés régulièrement.

**Etirements PNF :  
(Proprioceptive  
Neuromuscular  
facilitation)**

« **Contracté Relâché Etiré Contracté** » (C R E C) peut être utilisée : on contracte le muscle à étirer, on relâche complètement puis on étire et on contracte à nouveau à partir de cette nouvelle position.

**Contracté du muscle agoniste-relâché du muscle antagoniste** » du muscle antagoniste : exemple on contracte le quadriceps pour relâcher l'ischios-jambier. L'utilisation d'un Foam Roller en mousse, on pratique des exercices en roulant sur l'accessoire, ce qui entraîne un assouplissement du muscle.

**TESTS DE LA SOUPLESSE DANS LES CLUBS : MODE D'EMPLOI**

**LE PUBLIC TESTÉ :**

**4 séances d'octobre à novembre, dans 3 clubs, AS Orly, US Villejuif, US Ivry, au total 8 h de tests. Des sections avec une pratique non compétitive:** gym entretien, Athlétisme /santé (non compétitive), sections senior. Nombre de pratiquants et âges : 110 pratiquants ( 93 femmes, 17 hommes ) de 19 à + de 90 ans répartis en 8 tranches d'âges : 19-29 ans, 30-39 ans, 40-49 ans, 50-59 ans, 60-69 ans, 70-79 ans, 80-89 ans, +90 ans, globalisés ensuite en 2 catégories : < 60 ans et ≤ 60 ans. 49 % de la population testée a moins de 60 ans, 51 % de la population testée a plus de 60 ans

**3 TESTS DE SOUPLESSE ONT ÉTÉ PROPOSÉS :**

- Test 1 : Souplesse latérale du tronc : mesurer l'amplitude latérale du tronc.
- Test 2 : Souplesse de l'épaule : mesurer l'amplitude articulaire de l'épaule.
- Test 3 : Souplesse de la chaîne postérieure : mesurer la souplesse des membres inférieurs, tronc et rachis, ceinture pelvienne.

**LES NIVEAUX D'ÉVALUATION :**

- **1 à 2** : je dois augmenter mon activité physique
- **3** : mon activité physique est correcte mais je peux m'améliorer
- **4 à 5** : je dois maintenir le niveau de mon activité physique

**LES RÉSULTATS** ont été globalisés et répartis selon 3 catégories :

- de 60 ans, ≥ 60 ans
- Les types d'évaluation
- Par catégorie de tests

**DES RÉSULTATS CONTRASTÉS QUI EXIGENT UNE TRANSFORMATION DES ACTIVITÉS PROPOSÉES DANS LES CLUBS:**

**Pour le test 1(amplitude latérale du tronc)**

Une majorité de personnes de **moins de 60 ans** (62% de la population testée) se situent au niveau 1 et 2, 15 % seulement son au niveau 4 et 5, alors que 21 % des personnes **de plus de 60 ans** se situent au niveau 4 et 5.

**Pour le test 2 (épaule)**

Les résultats s'inversent, une majorité de personnes de **plus de 60 ans** (48 % de la population testée) se situent aux niveaux 1 et 2, 20 % seulement au niveau 4 et 5, alors que 57 % des personnes **de moins de 60 ans** se situent au niveau 4 et 5.

Pour les personnes les plus âgées (+ 80 ans) les niveaux ne dépassent pas 3.

## **ANIMER DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES EN DIRECTION DE LA PETITE ENFANCE : POURQUOI ? COMMENT ?**

La semaine de formation du comité s'est clôturée le 13 décembre par la soirée consacrée à l'animation des 2/5 ans. La présence d'animateurs et éducateurs issus des clubs de Vitry, Orly, Ivry, Drancy et Choisy a permis aux participants de partager leur expérience, de la conforter, de la mettre en question parfois, de repartir avec une démarche pédagogique, voire de laisser des questions en suspens pour une prochaine soirée de formation.

### **Découvrir, jouer, partager, expérimenter... Pour développer sa motricité.**

Ce sont par ces verbes que les participants (en appui sur leur expérience) ont introduit et qualifié l'activité des 2/5 ans. Effectivement, Thierry Maquet<sup>2</sup> confirme l'enjeu d'une pratique des APS pour la petite enfance : « vivre des expériences pour enrichir sa motricité, ça se verra plus tard ! Un enfant dont la motricité a été stimulée très tôt développera plus facilement des qualités physiques et sociales que l'enfant qui n'a pas été stimulé jeune ». Le jeu confirme-t-il, en tant que moyen d'expression privilégié de l'enfant, est favorable à une entrée rapide dans l'activité. Les APS ne sont pas le but en soi. Elles sont un prétexte : « on travaille le développement de l'enfant pas pour une APS ». L'occasion d'insister sur la capacité des enfants à trouver leur propre réponses motrices aux situations proposées : « dire quoi faire, pas comment le faire ».

La soirée a permis d'approfondir 3 thèmes :

- La motricité : c'est quoi ?
- L'aménagement du milieu
- La place des parents et le rôle des animateurs

### **Un guide pratique à l'intention des animateurs.**

Le guide est en voie de finalisation. Il sera disponible fin janvier. Pas de recette mais une démarche pédagogique accessible à tous qui part de ce qu'est l'enfant de 2/5 ans et de la manière dont il se développe. Ce guide est d'abord un construit collectif qui part de l'expérience d'animation enrichie par un

apport de connaissance. Sa construction a débuté la saison passée lors de la semaine de formation. En appui sur des vidéos tournées dans nos clubs, les animateurs se sont questionnés et ont pris du recul sur leur animation. La question du Pourquoi des APS pour la petite enfance a vite émergé. En mai, la soirée organisée à Vitry a permis d'y répondre et de prolonger la réflexion autour du Comment s'y prendre ? Le croisement des porteurs d'expérience avec l'apport de Thierry Maquet a formalisé un cadre d'intervention auprès de ce public.

Cette production s'inscrit dans la culture FSGT qui cherche à articuler expérience et connaissance. Le travail avec Thierry Maquet permet de mettre des mots et de fonder (scientifiquement) une pratique d'animation d'une grande richesse. L'aboutissement de cette réflexion se concrétisera par le guide pratique. Un premier jet a pu circuler. Grâce à la coopération des clubs, des animateurs, des parents et enfants, des supports vidéos ont été réalisés pour accompagner le guide. Des présentations similaires peuvent être effectuées au sein des clubs demandeurs en vue de former leurs animateurs mais aussi de débattre, de formuler des objectifs pédagogiques, sociaux et culturels pour la petite enfance.

### **L'animateur, un acteur en « impro » !**

La compétence d'un animateur des 2/5 ans : savoir improviser en permanence. Pour le faire, il doit être éclairé, savoir où il veut aller, tous les chemins sont alors possibles. Les séances réussies ne sont pas les plus préparées mais celles qui grâce à une bonne préparation et observation permettent une réelle interaction entre la situation proposée et les réponses concrètes de l'enfant. L'art de l'observation et de la capacité adaptative.

### **L'aménagement du milieu : déclencheur de l'activité de l'enfant.**

Parler « d'aménagement du milieu » oblige à se questionner pour comprendre ce qui favorise et permet de déclencher une activité motrice et sociale chez l'enfant. L'aménagement du milieu renvoie aux différentes personnalités de l'enfant :

- Ce qui participe de sa motivation, tout ce qui relève de l'affect, de l'émotion, du plaisir ...

<sup>2</sup> Thierry Maquet, professeur d'EPS et enseignant STAPS à Paris Créteil XII, coordonne le pôle ressource Sport santé et préparation physique auprès du Conseil général

- Ce qui participe de ses apprentissages cognitifs ; ce qu'il apprend, découvre, comprend de ce qu'il fait...
- Ce qui participe de sa motricité, les compétences ou qualités physiques ou corporelles qu'il développe dans l'action...

Il renvoie aussi et surtout à la situation d'animation : il englobe les enfants, le matériel, l'environnement (espace), les parents, les animateurs.

Avec ces filtres, cela permet d'organiser les critères identifiés par les participants :

- Rythme des séances : équilibre entre une activité contrainte et une activité spontanée, libre
- Mise en place de cadres, codes, repères qui permettent à l'enfant de se repérer dans le temps et dans l'espace
- L'aménagement du matériel et sa cohérence : les ateliers permanents et les ateliers thématiques qui changent
- La délimitation d'un espace visuel de pratiques, les grands espaces créent de l'inquiétude
- La répétition des situations ou de l'aménagement d'une partie du matériel rassure, crée un climat de confiance
- La création de situations motivantes, attirantes et inhabituelles stimule les enfants
- Le matériel participe à donner envie (les couleurs).
- Avec peu de matériel, faire appel à l'imaginaire des enfants, cela demande une grande implication des animateurs.
- L'aménagement de l'espace permet selon le projet de situer les parents à distance souhaitée (plus ou moins présents, plus ou moins visibles)
- La mise en sécurité de l'activité (aménagement matériel, parade, présence d'aides animateurs ou de parents ...

### La petite Enfance dans sa diversité

Un élément important a émergé des participants : la nécessité de différencier les catégories d'âges en fonction de l'évolution et du développement moteur et social de l'enfant : 2 ans, 3 ans, 4/5 ans. A partir des expériences exprimées, il peut être identifié 3 stades dans la petite enfance impliquant un contenu adapté et une adaptation de la fonction ou rôle de l'animateur.

#### A 2 ans, la présence du parent est indispensable !

Pourtant le parent est souvent vécu comme une gêne. Chercher à l'évincer constitue un objectif de nombreux

animateurs, notamment les plus jeunes ou moins expérimentés. Ils sont contraints d'intégrer les parents dans l'animation et ne savent pas toujours comment faire. Comme l'a souligné Emilie (éducatrice à l'ASOrly) a la fin de la soirée « ça nécessite un autre type d'implication et de préparation ». Les parents peuvent inhiber les animateurs, trop aider les enfants et les pousser à aller plus vite que ce qu'ils peuvent faire (parent ascenseur). Les parents peuvent aussi mettre trop de pression auprès des enfants et engendrer une double gestion pour les animateurs.

Double fonction donc pour l'animateur en charge des 2 ans :

- Animer un milieu intégrant des enfants avec leur parent dans un espace, un temps délimité et aménagé en vue du développement moteur de l'enfant (lui permettre de se mouvoir de façon inhabituelle). L'idée est de faire en sorte que le parent anime son enfant voire les autres enfants au fil de la saison.

- Éduquer des parents souvent trop protecteurs avec leurs enfants pour les accompagner dans l'aventure motrice de leur enfant. Favoriser l'accès de l'enfant à l'autonomie et faire du parent un guide, « un pareur » de l'expérience motrice de son enfant. Lui faire prendre conscience de ce que son enfant est capable de faire sans son aide mais sous sa bienveillance (avec un aménagement sécurisé conçu pour l'autonomiser).

#### A 3 ans, l'âge de transition la place du parent est fonction du projet associatif

C'est un âge où l'enfant est scolarisé, il s'émancipe de son parent, c'est une période délicate dans sa construction. Il faut y aller progressivement. Selon les projets associatifs des sections ou clubs on constate trois cas de figure :

- Le parent est associé et continue l'aventure avec son enfant tout au long de la saison sur le même modèle que précédemment. La Fonction d'accompagnement des animateurs auprès des parents et des enfants est renforcée. C'est un objectif éducatif d'accompagnement du rôle de parent. Il est alors indispensable de construire avec le parent le cadre d'intervention (leur rôle), en l'associant au projet. Le but est d'éviter les pressions inutiles sur l'enfant mais de faire en sorte qu'il

soit un élément indispensable à la mise en sécurité de l'activité et aussi une motivation pour le groupe.

- Le parent est associé dans l'animation mais peut aussi l'être de manière plus générale dans le projet associatif du club. Il devient source de proposition et permet de pérenniser l'association. C'est un objectif social lié à une pratique familiale dépassant la seule séance d'animation hebdomadaire.

- Le parent est voué au fil des semaines à s'éloigner de l'activité de l'enfant, voire disparaître de son champ de vision. C'est un objectif d'autonomisation et d'émancipation de l'enfant. Dans ce cas l'enfant est confié à l'animateur qui devient progressivement son seul référent. L'enjeu de la construction de la relation avec l'enfant devient un enjeu pour l'animateur. Son rôle est de créer un environnement de confiance et un esprit de groupe qui va d'abord rassurer l'enfant. C'est pourquoi la question des codes, des cadres, des repères sont indispensables pour que s'exprime une liberté et une spontanéité dans l'activité de l'enfant.

#### A 4/5 ans, la problématique de la relation de l'enfant à l'autre se renforce

Quelque soit le choix opéré dans le club (présence ou non des parents), l'enfant se construit dans le rapport à l'autre (cet autre symbolique, ou imaginaire mais aussi le groupe et chaque enfant...). « Faire comme » devient une motivation au dépassement. Tout en poursuivant une animation visant à faire vivre des expériences motrices à l'enfant, l'animateur propose davantage de jeux collectifs, de jeux de toucher pour créer la relation et rapport avec l'autre. La diversité des APS ne manque pas de prétexte pour les animateurs. La question du groupe prend de l'importance.

Dans les cas portés lors de la soirée, les parcours de motricité étant le socle des pratiques parent-enfant, on voit immédiatement l'atout de leur présence pour permettre l'exploration des possibles moteurs avec de plus en plus d'exigence et de contraintes dans l'aménagement du milieu. Les exemples de jeux collectifs menés avec la participation des parents témoignent de difficultés à trouver la bonne ou juste place y compris pour les parents. Le plus simple étant de les éloigner pour nombre d'animateurs.

### **A VOS AGENDAS, PROCHAINS RDV ...**

**31 janvier 2014** - Diffusion du guide pratique FSGT : **Animer des Activités Physiques et Sportives en direction de la Petite Enfance : Pourquoi ? Comment ?**

**8 février 2014** : la FSGT organise une Journée Fédérale Enfant : l'enfant, le sport l'éducation populaire... pratique d'aujourd'hui, enjeux pour demain ! Apport de connaissance sur l'enfant et le contexte en 2014. (Paris – FUAJ 18eme)

**Mars 2014** : Pour aller plus loin sur la connaissance de l'enfant de 2 à 5 ans notamment la manière dont il construit ses rapports avec les autres. Intervention socio ou psycho. (Dans un club intéressé pour accueillir la rencontre)

**9 Avril 2014** : 1ere étape des rencontre émulative interclubs (section enfants multisports). Accueillie par l'AS Orly

**14 au 19 avril 2014** : stage de formation d'animateurs multiports à Vitry ouvert à tous /Session de formation BAFA Approfondissement (jeux coopératifs/jeux sportifs)

**Mai 2014** : Approfondissement de la place du parent et pratiques familiales (Dans un club intéressé pour accueillir la rencontre).

**Mai 2014** : 2<sup>ème</sup> étape des rencontre émulative interclubs (section enfants multisports). Accueillie par le COSMArcueil (date à communiquer)

**22 Juin 2014** : Journée omnisport départementale autour de la famille et des activités du comité FSGT (Parc du Tremblay à Champigny)

**26 Octobre 2014** : La Caravane du Sport Populaire (toutes sections enfants) fait son étape dans le Val de Marne Lieu : Vitry s/seine

## LISTE DES PARTICIPANTS :

Daniel Bruneau (ES Vitry)

Cathy Denis (le Cercle des Amis de Villeneuve le roi)

Francis Hauss (Dassault Sports)

Jacques Journet (ES Vitry)

Josette Courant (US Ivry)

Davy Postel (AS Orly)

Jean Pierre Favier (US Ivry)

Martine Pothet (US Ivry)

Mounia Mahfoufi(ES Vitry)

Laurent Moustard (ES Vitry)

Jean Michel Boiteux ( ES Vitry)

Farid Bensikhaled (ES Vitry)

Christian Bonnin (ES Vitry)

Jean Pierre Ravier (RSC Champigny)

Jean Marie Leroy (AS Orly)

Alain Gourdon (ES Vitry)

Jean Patrick Bidault (ES Vitry)

Laurent Gohel (ES Vitry)

Jennifer Devel (CS Valenton)

Michel Tafflet (US Ivry)

Farida Touil (CS Valenton)

Benjamin Chevit (CS Valenton)

Kounkou Sagesse (CS Valenton)

Jerôme Frigout (AS Orly)

Danielle Duplessis(US Ivry)

Akkouchian Thomas (USI Enfant)

André Régis (US Ivry enfants)

Atangana Alexandra (ES Vitry)

Cornier Nathalie (US Villejuif Éducation physique)

Couteleau Yvette (US Ivry Génération 3)

Delteil Florence (US Ivry Gym'form)

Dubois Hervé (Quatre Plus Escalade)

Ducourant Samuel (US Ivry Escalade)

Durauffourg Julien (US Ivry Montagne Escalade)

Estella Michèle (L'énergie en marche)

Flégeau Brigitte (US Villejuif Education physique)

Frerot Eric (Volley Club Nogent)

Fricot Ariel (Comité FSGT 94 )

Hoyez Hélène (comité FSGT 94)

Léger Jacqueline (US Villejuif)

Moustard Janine (ES Vitry)

Proust Laure (US Ivry Génération 3)

Rixte Isabelle (US Ivry Escalade)

Turbat Jean Louis (US Ivry Escalade)

Spiwack Alain ( OC GIF VTT)

Jennifer Louwagie (ES Vitry Espace rythme)

Marylou Rance (USI Multisports enfants)

Nadia Maamri (AS Drancy)

Emilie Gayraud(AS Orly)

Noella Jeudy (ES Vitry GRS)

Philippe Hubert (Municipale de Choisy Gym)

Kenza Hanni (ES Vitry Athlétisme)

Laurent Bruneau (ES Vitry multisports enfants)

René Moustard (ES Vitry)

Guillaume Hoareau (ES Vitry)

Anthony Lopes (ES Vitry)

Boubacar Diarré (ASC Vitry)

Fodé Sankhon (ASC Vitry)

Dounia Zennaoui (ASC Vitry)

Nerovique Jefferson (AS Orly)