

L'Éducation Physique en Mouvement

Revue professionnelle en ligne

Numéro 12 | Décembre 2024



**VERS UNE ÉDUCATION PHYSIQUE EN
DEHORS DES MURS**



Anne-Sophie Thilo

Responsable de projet Vaud Générations Champions, Suisse

info@vaudgenerationschampions.ch

« 1 CLASSE - 1 CHAMPION.NE » ENCOURAGER LES ÉCOLIERS, LES APPRENTIS ET LES GYMNASIENS AU MOUVEMENT AU TRAVERS DES CHAMPIONS VAUDOIS

Résumé : *Vaud Générations Champions* a pour vocation de démultiplier les actions et les interactions avec les jeunes pour les inspirer, susciter des vocations et les encourager au mouvement. Le programme "1 classe – 1 champion.ne" associe un athlète soutenu par *Vaud Générations Champions* avec une classe ou un groupe de classes. Les activités comprennent, entre autres, des conférences, des initiations sportives avec les champions ou des visites lors de compétitions en Suisse. Plus de 6000 élèves vaudois ont été inspirés par les champions locaux en trois ans.

Créée en 2022 par cinq olympiens vaudois, l'association *Vaud Générations Champions* a pour but de mettre en valeur les sportifs d'élite vaudois en vue d'encourager le mouvement et la pratique du sport dans le canton de Vaud qu'il s'agisse du sport populaire ou du sport d'élite. Pour ce faire, l'association a réuni les sportifs d'élites, olympiens et paralympiens vaudois. Ces derniers acceptent de mettre leur image, leur temps, et leur énergie au service de l'encouragement du sport vaudois et ce en particulier au travers des établissements scolaires obligatoires et post obligatoires du canton de Vaud en Suisse. Dès sa première année d'activité, l'association a ainsi créé le programme « 1 classe – 1 champion.ne ». Ce programme, en particulier, vise à inspirer et motiver les élèves et les apprentis de 7 à 20 ans à pratiquer un ou des sports de façon régulière, à vivre les valeurs du sport et à croire en leurs rêves et au dépassement de soi.

Plus de 2000 élèves inspirés chaque année

Au travers du programme « 1 classe – 1 champion.ne », les enseignants des élèves âgés de 7 à 20 ans peuvent s'inscrire afin d'être associé avec un champion vaudois. Chaque classe ou groupe de classes inscrits pourront recevoir le champion en classe pour une présentation sur son parcours ainsi que les valeurs olympiques. Cette activité est obligatoire pour chaque classe. D'entente avec l'athlète, d'autres rencontres peuvent être agendées durant l'année scolaire. Ainsi de nombreuses activités ont vu le jour : mise en place de circuit training en salle de gym inspiré et coaché par l'athlète, suivi de la saison de l'athlète (résultats, voyage, compétition), échange par visio-conférence, visite du Musée Olympique, etc. Mais le « clou » du programme réside dans le fait que grâce au soutien de la DGEO et DGEP, un budget est disponible pour chaque enseignant afin de faire une initiation sportive

Présentation de l'autrice et initiatrice du projet « 1 classe – 1 champion.ne »

Anne-Sophie Thilo est Olympienne en voile aux jeux olympiques (JO) de Pékin 2008. Elle occupe le poste de cheffe de projet pour l'Association Vaud Générations Champions. En 2020, elle est présidente du Conseil des Athlètes de Lausanne 2020. Avec les sportives et sportifs de la région, elle se rend dans de nombreuses classes pour présenter sa carrière et parler des jeux olympiques (JO). Convaincue du puissant impact de ces rencontres sur les élèves vaudois quel que soit leur âge, c'est tout naturellement qu'elle a instauré – avec le soutien du comité Vaud Générations Champions – le programme « 1 classe – 1 champion ». « Je suis convaincue qu'il n'y a pas besoin d'être champion olympique ou encore très médiatisé et connu pour inspirer. Même si parfois les élèves n'étaient pas nés lors de ma participation aux JO, j'ai vu des étoiles dans leurs yeux et cela n'a pas de prix » explique-t-elle.



Figure 1. Des élèves rendent visite à Thibe Deseyn lors de la coupe du monde de ski alpinisme à Villars

hors des murs de l'école et/ou d'aller voir une compétition sportive.

Ainsi nous avons vu des classes faire des initiations de voile, de ski, de ski de fond, d'escalade, de judo, de curling, de patinage artistique, de patinage de vitesse, de trail, de VTT ou encore de tir à l'arc avec des champions tels que Arno de Planta ou Pablo Lachat, tous deux médaillés aux championnats du monde. Nous avons également vu des classes se déplacer pour soutenir « leurs champions » lors de compétitions majeures telles que la coupe du monde de ski alpin à Adelboden ou la coupe du monde de ski alpinisme à Villars.

Quant aux gymnasiens et aux écoles professionnelles, ils ont souvent eu le loisir d'avoir des interventions ciblées lors des cours d'option complémentaire « Sport », afin d'apporter un éclairage concret à une théorie vue en cours, ou encore des activités hors murs comme la visite d'un manège et de cours d'équitation lors des semaines spéciales.

Comme l'explique une enseignante de 8H ayant participé au programme, « 1 classe – 1 champion.e » est avant tout une « grande opportunité pour la classe de pouvoir échanger avec un sportif professionnel sur ses motivations personnelles ! Les valeurs olympiques ont permis de reposer les règles de vie de la classe, et impliquer davantage certains élèves grâce au sport. Le budget du projet nous a permis d'organiser une sortie en bateau à voile sur le lac Léman ! Une opportunité de dingue ».

Depuis 2022, c'est plus de 6000 élèves qui ont été inspirés et qui ont eu l'opportunité de bouger et ce hors des murs de leur école. Le programme a permis de recueillir des retours d'expériences positifs de l'ensemble des acteurs impliqués dans ces rencontres.

Éloïse Donzallaz, **athlète BMX** soutenue par Vaud Générations Champions, en visite à l'école de Penthalaz :

« Ma visite en classe dans mon ancienne école m'a rappelé des bons souvenirs. Les jeunes étaient super enthousiastes et curieux. C'était très agréable d'échanger avec eux à propos de ma passion pour le BMX et sur les valeurs du sport en général. On a commencé par la présentation en classe, puis on est sortis s'aérer l'esprit avec quelques petits défis sportifs (saut en longueur à pied joints, temps de réaction & sprint), avant de finir sur une petite estafette qui mêlait connaissance du matériel du BMX avec sprint et collaboration en équipes. Finalement, je me suis fait un plaisir de dédicacer en laissant un petit mot à chacun ! »

Un élève de 8ème année :

« Ça m'a permis de passer le test de natation et faire une course d'école avec une initiation à la voile ! J'ai appris comment est le quotidien d'un sportif de haut niveau, et des connaissances sur la voile et les Jeux Olympiques. Ça m'a donné envie d'essayer d'autres sports, et surtout de me perfectionner et de m'investir à fond dans mes sports ! »



Figure 2. Cours de voile avec Gauthier Verhulst, navigateur de niveau mondial

Martin, **enseignant** :

« Les échanges avec Arno ont permis aux élèves d'accroître fortement leur sentiment qu'on pouvait réaliser de grandes choses en étant déterminé et persévérant. »

Un travail d'équipe

Ce projet ne pourrait exister et fonctionner sans le soutien précieux du canton notamment de la DGEO, DGEP et du SEPS, ni sans même le soutien des directeurs d'établissements, des athlètes ainsi que des enseignants. Il s'agit d'un travail de coordination intense dont le retour sur

investissement est une multitude d'étoiles dans les yeux et des enfants et ados en mouvement. Vaud Générations Champions est convaincu de ce beau projet et s'engage à continuer cela pour les années à venir. Les inscriptions se font en ligne et s'ouvrent généralement fin mai ou début juin pour l'année scolaire suivante. L'information est transmise par la DGEO et DGEP aux directeurs d'établissements qui transmettent ensuite aux enseignants. Informations et ressources pour les enseignants sur le site de *Vaud Générations Champions*.

<https://www.vaudgenerationschampions.ch/>



Figure 3. Une classe de Lausanne dans le fan club de Marc Rochat à la coupe du monde d'Adelboden