

Le Sport pour la Santé

Objectifs de la mallette

Une mallette de prévention sportive appelée "Sport net" a été conçue en 1998 à l'initiative du Ministère de la jeunesse et des sports et du Comité national olympique et sportif français. Distribuée à 11 000 exemplaires, son succès est dû essentiellement au fait qu'elle a été réalisée pour aider au maximum, dans sa démarche, son utilisateur. 2000 mallettes ont été rééditées en 1999 à destination, principalement des collectivités territoriales. L'engagement de ces structures s'est réalisé dans le cadre d'une politique régionale et départementale de formation des utilisateurs et la mise en place de programmes de sensibilisation et d'information sur la prévention santé.

Afin de répondre à l'évolution des pratiques et de la réglementation, une nouvelle mallette a été créée en 2005 dénommée "Le Sport pour la Santé". Elle bénéficiait de la réactualisation de la mallette Sport net et d'une volonté de développement des atouts du sport pour la santé d'où son nom. Elle a été l'objet de mises à jour, effectuées chaque année, dans la continuité des principes et des objectifs poursuivis.

Dans le cadre d'une nouvelle édition de la mallette, la mise à jour 2009 est plus importante.

La mise à jour 2010 a été menée par la Commission médicale du Comité National Olympique et Sportif Français, en relation étroite avec le Ministère de la Santé et des Sports et l'Agence française de lutte contre le dopage, en s'appuyant sur des experts.

Cette mallette réactualisée est un outil de communication et de sensibilisation pour tout un ensemble d'utilisateurs potentiels de la prévention du dopage et du sport santé. Elle est constituée de ressources documentaires et d'outils pédagogiques.

Rappel de l'objectif :

Sensibiliser la famille sportive et l'ensemble des acteurs qui constituent l'environnement du sportif, le sportif lui-même, ses parents, ses éducateurs, les sponsors, les dirigeants du mouvement sportif, les organisateurs d'événements sur le danger du dopage et sur la meilleure façon de pratiquer son sport.

Susciter une prise de conscience nécessaire à l'adoption de comportements responsables et favorables à la pratique d'un sport "propre" et éthique.

Le sport dans la société

Aujourd'hui, le sport a acquis une importance sociale, culturelle, économique et politique considérable et il fait partie intégrante de notre société. Il est un vecteur de socialisation et de communication indéniable.

La pratique sportive participe à l'éducation des jeunes. Elle permet à chacun de développer sa personnalité et d'acquérir une force de caractère à travers l'esprit d'équipe, l'honnêteté, la détermination, le dévouement ou encore l'engagement.

Le respect des règles et de l'éthique, principes même de la pratique sportive, sont des valeurs proches de celles de notre société permettant de participer à l'intégration de la jeunesse.

Les bienfaits du sport pour la santé

Les bienfaits du sport se retrouvent également sur le plan de la santé et du mieux-être physique, psychologique et émotionnel.

Dans une société de plus en plus sédentaire, où l'intérêt de l'activité physique et sportive n'est plus à démontrer que se soit en prévention primaire, secondaire ou tertiaire, tout concourt à développer les messages portant sur les bienfaits du sport pour la santé.

Les dérives du sport

Pourtant, dans un contexte de mondialisation du sport, sous la pression d'intérêts financiers et commerciaux de plus en plus élevés, du culte de la performance à tout prix, de la course à l'argent, des phénomènes comme le dopage se propagent. D'autant plus que nous sommes dans une société où chacun cherche à améliorer ses performances.

Même s'il a toujours existé, le dopage doit être combattu car il porte atteinte au sens même du sport, à son éthique, à sa fonction éducative et sociale.

Une meilleure connaissance de la problématique du dopage

Indépendamment du sportif lui-même, tout doit être fait pour que l'ensemble de l'encadrement (éducateur, médecin, dirigeant, parent, etc.) analyse parfaitement les bienfaits des activités physiques et sportives pour la santé, les facteurs de vulnérabilité qui conduisent au dopage ainsi que les arguments qui feront que le sportif cherchera à devenir et rester toute sa carrière, et quelque soit son niveau, respectueux des règles, des autres et de lui-même.

Face à quelques-uns qui détournent le sport de son objectif, une compétition loyale, l'évolution des comportements est l'affaire de tous.

L'ambition commune est donc de permettre à l'ensemble des sportifs d'être de véritables acteurs de leur santé par la pratique d'un sport sans dopage et par la reconnaissance des valeurs que le sport offre à tous.

Cette mallette doit permettre à toutes les personnes concernées, en premier lieu les médecins conseillers des DRJSCS, les animateurs / conférenciers de la Commission médicale, les personnels des AMPD, les médecins fédéraux, les médecins des CROS, CDOS et CTOS mais aussi les enseignants et les éducateurs d'animer et d'organiser des actions de prévention et d'être ainsi les véritables relais de cette sensibilisation.

Le Sport pour la Santé

Contenu et mode d'emploi de la mallette

Cette mallette vise à donner des éléments d'informations facilement compréhensibles pour traiter des bienfaits du sport pour la santé et des dangers du dopage.

Elle contient différents éléments destinés à faciliter l'organisation de séances de sensibilisation et d'information sur ces sujets.

Ces éléments et leur présentation permettent d'utiliser la mallette de façon optimum.

Il est nécessaire de les choisir, comme support de toute intervention, en fonction des objectifs de l'action de prévention et du public ciblé.

ON PEUT TROUVER DANS LA MALLETTE :

un outil multimédia

Il contient trois outils pédagogiques et un diaporama.

- *le diaporama : « prévention sportive et lutte contre le dopage »*

Il reprend les messages essentiels de chaque chapitre, créant un fil conducteur pour l'animateur afin de lui permettre une animation interactive.

- *Le DVD « Dopage et conduite dopante, 4 saynètes pour comprendre et faire un choix responsable »*

Divisé en quatre saynètes indépendantes, il permet de susciter des questionnements et des échanges sur les comportements vis-à-vis des consommations de substances à des fins de performance (conduites dopantes).

Un livret d'accompagnement permet de guider l'animateur dans son utilisation afin de l'aider à développer les connaissances et les compétences psychosociales de son public.

- *Le documentaire « la performance »*

Divisé en quatre parties d'une durée totale de 12 minutes, cet outil pédagogique a pour objectif de permettre le développement d'une réflexion sur la place de la pratique sportive dans le projet de vie des individus.

Un livret d'accompagnement permet de guider l'animateur dans son utilisation.

- *Une série d'animations sur les mécanismes d'actions des principales substances dopantes*

Quel est le devenir de la molécule dopante quand elle est introduite dans l'organisme ?

Cette série d'animation répond très concrètement à cette question.

De façon très pédagogique, elle permet, à condition d'avoir quelques notions de biologie, de comprendre les mécanismes d'actions des substances dopantes et leurs conséquences sur la santé.

Le guide prévention

Ce guide regroupe les informations et ressources indispensables pour toute intervention.

Il est composé de textes regroupés en sept grands chapitres. Il n'est pas nécessaire de les exploiter dans leur totalité.

Les chapitres et les fiches peuvent être traités de manière séparée en fonction des thèmes choisis, des objectifs et des cibles à atteindre.

La conception du guide sous forme de classeurs permet de faciliter son actualisation.

Un huitième chapitre visant à apporter une aide méthodologique aux acteurs de prévention a été créé à l'occasion de cette nouvelle édition.

Le jeu de fiches

Ces fiches ne contiennent que le plan des différents chapitres. Elles forment un outil d'intervention à part entière.

Ces fiches peuvent être présentées en transformant la mallette en trépied.

L'éventail « Parcours sans faute »

Toujours très performant, il est destiné à une population de jeunes sportifs de 10 à 12 ans.

Il aborde différents thèmes ("les atouts du sport", "bien s'entraîner" et "les dangers du dopage") à travers 18 questions/réponses permettant de vérifier le degré de connaissance des enfants.

Le catalogue

D'autres produits complémentaires édités par le Ministère de la Santé et des Sports, l'Agence française de lutte contre le dopage et le Comité National Olympique et Sportif Français sont présentés : passez vite votre commande !

Le jeu de carte : « net challenge »

Sous forme de six planches prédécoupées, cet outil pédagogique s'adresse aux jeunes de 10 à 14 ans.

La bibliographie

