



À l'USEP, la maternelle entre en JEU !

Le sport scolaire de l'École publique

Dans le but de favoriser une « *attitude-santé* » active tout au long de la vie, l'USEP souhaite développer, chez les enfants, et ceci dès le plus jeune âge, **le goût pour la pratique des activités physiques et sportives**. Afin d'augmenter le capital santé des enfants, l'USEP prend le parti-pris de les mettre en situation de **s'engager avec plaisir dans une pratique significative d'activités physiques ou sportives**.

Un enfant qui gardera en mémoire la trace du plaisir ressenti lors de la pratique d'une activité physique aura peut-être envie de revivre ce moment, de réitérer cette expérience ou de s'engager dans une nouvelle expérience de pratique physique.

En maternelle, il s'agit d'apprendre progressivement à identifier **ses ressentis**, à les extérioriser. Grâce à un objet transitionnel (la *Réglette du plaisir*), l'expression de chacun et la mise en mots des émotions sera facilitée.

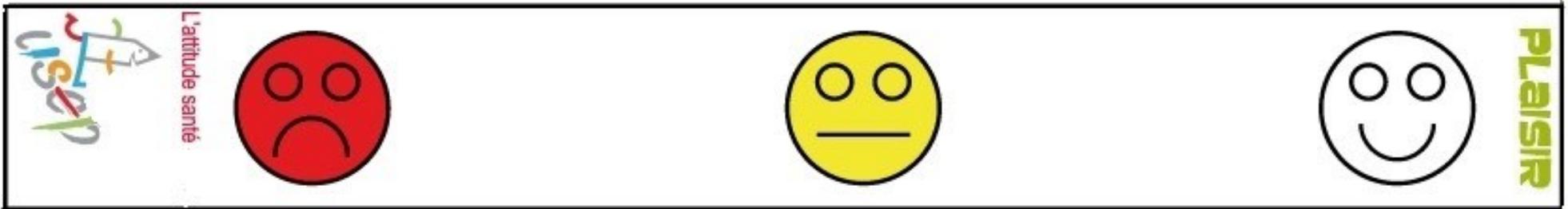
Attention, il ne s'agit pas d'évaluer le degré de satisfaction qu'un enfant éprouve lors d'une rencontre sportive mais bien **son plaisir et/ou son déplaisir** ressenti lors de la pratique d'une activité physique et sportive précise voire même d'un seul exercice ou d'une seule situation.

L'utilisation de la réglette nécessite **un temps de débat** afin que chaque enfant prenne conscience des différents ressentis exprimés par ses camarades et que le groupe puisse imaginer et construire, lorsque cela est possible, des solutions permettant de dépasser les blocages ou les ressentis négatifs exprimés par certains.

L'adulte doit adopter une posture neutre lors de ces temps d'expression et de débat et il se doit de clore la séquence par des paroles qui permettent à **chacun des enfants d'avoir une estime de lui positive**.

Pour en savoir plus sur l'utilisation de la réglette individuelle ou la bêche collective du PLAISIR

As-tu pris du PLAISIR à pratiquer cette activité physique ?



2 réglettes qui permettent peu à peu d'affiner son ressenti.

