

vaudoise aréna
accueille les

GRATUIT
Portes
Ouvertes

PANATHLON[®]
FAMILY GAMES
LAUSANNE

SA. 6 ET DI. 7 MAI 2023
Près de 40 sports à découvrir!
Infos et inscriptions : family-games.ch

partenaires principaux

Retraites Populaires

coop

LAUSANNE REGION

VELOSANNE
Le Festival du vélo à Lausanne

Parc de Milan

09 & 10 septembre 2023

www.velosanne.ch

24 heures | Samedi-dimanche 22-23 avril 2023

Projet pédagogique 7

Tout un **collège** se mobilise pour être au départ des 2 km

Les élèves de primaire à Riant-Pré, à Lausanne, se préparent depuis plusieurs mois. Avec un taux de participation estimé entre 80% et 90%.

Vous pensez que tous les jeunes sont paresseux, qu'ils ne bougent plus et qu'ils sont perpétuellement rivés sur leur téléphone portable? Pas les élèves du Collège primaire de Riant-Pré, à Lausanne.

Depuis plusieurs mois, un projet pédagogique se dessine autour des 20KM de Lausanne. Preuve que l'endurance et les enfants peuvent faire bon ménage, le taux de participation des enfants âgés entre 5 et 9 ans est juste surprenant. «Quasi tous les élèves participent, annonce Elvira Hasandic, enseignante. Il n'y a que 3 ou 4 enfants par classe qui ne sont pas inscrits. Comme le collège compte 220 élèves, nous pourrions compter sur la présence de 180 à 200 enfants. Au départ, on visait la moitié des classes. Le résultat dépasse nos attentes. Il faut dire que les parents sont très impliqués dans le projet. Ils l'étaient déjà pour notre chantée de Noël.»

Avec Sarah Atcho

Ce projet pédagogique est né en début d'année scolaire. Il implique plusieurs enseignants et est même devenu pluridisciplinaire. Chaque semaine, un thème particulier a été abordé. Il y a eu une présentation générale de l'athlétisme. Pourquoi le sport est important: côté santé, bien grandir, se sentir bien, se dépenser. Les élèves ont eu droit à une présentation des équipements sportifs, ainsi qu'à des matinées d'entraînement. La sprinteuse olympienne Sarah Atcho est même venue rendre visite aux jeunes et leur a raconté sa vie de championne durant une matinée. On a abordé le thème de la nutrition. Des bricolages ont été confectionnés, comme des maillots de course en carton, pour décorer les murs de l'école.

«L'objectif est la promotion du sport et de la santé chez nos élèves, relève Elvira Hasandic. Nous avons envie de monter un projet nous permettant de lier les parents du quartier avec l'école. Certains nous accompagneront pour courir avec les enfants.»

La réaction des élèves est réjouissante. Les enfants sont hypermotivés



La sprinteuse Sarah Atcho est venue raconter sa vie d'athlète dans la classe d'Elvira Hasandic. Les élèves participeront aux 2 km et ont confectionné des maillots pour décorer les couloirs du Collège de Riant-Pré. ODILE MEYLAN

«Dans nos premières séances, on a discuté des effets de la course à pied sur le corps. Pourquoi j'ai chaud? Pourquoi j'ai le cœur qui bat vite? Pourquoi j'ai la gorge qui gratte? Il a fallu les rassurer, leur expliquer.»

Elvira Hasandic, enseignante

et demandeurs. Chaque semaine, un test d'endurance était effectué dans les leçons de gym. L'effort était progressif. Une ou deux minutes étaient rajoutées chaque semaine, parfois à la demande des enfants. Il faut dire que les gosses ne sont pas partis dans l'inconnu. «Dans nos premières séances, on a discuté des effets de la course à pied sur le corps. Pourquoi

j'ai chaud? Pourquoi j'ai le cœur qui bat vite? Pourquoi j'ai la gorge qui gratte? reprend Elvira Hasandic. Il a fallu les rassurer, leur expliquer. On leur a aussi donné des astuces. Je leur ai dit de courir doucement pour courir longtemps. Avec les plus petits, on a adapté les entraînements à leur âge. On a observé de grands progrès au fil des semaines.»

Ainsi, le Collège de Riant-Pré courra les 2 km de «Courir pour un petit plaisir». Une catégorie qui leur permet de participer tous ensemble. Ce qui n'aurait pas été le cas de la catégorie BCV juniors, gratuite pour les moins de 16 ans. Il a donc fallu trouver un financement. Le dossier pédagogique a été envoyé à l'État de Vaud qui a accepté de participer en partie aux frais. Les 20KM de Lausanne ont également soutenu ce projet (1 par année).

Aucun objectif chronométrique n'a été fixé. Rechercher du plaisir et garder un souvenir positif de cette expérience est l'unique ambition du corps enseignant. Le baron Pierre de Coubertin serait fier de voir ces enfants participer avec autant d'enthousiasme. **Pierre-Alain Schlosser**