



### Ongi etorri harpidedunentzako albisteetara

Ordaindu beharreko albiste batean sartu zara eta zure kontu pertsonaleko klik bat kontsumitu duzu

2020/06/25

## SPORTS

## Un triptyque contre la sédentarité des jeunes

Côte Basque Sport Santé et le collectif Premières Balles se donnent les moyens d'initier les enfants à la pratique sportive pour lutter contre le phénomène de sédentarité de plus en plus fréquent.

FRANÇOIS BERLAND

INPRIMATU

BIDALI



Le padel, la pelote et le golf font partie des sports proposés. (F. BERLAND)

Ces dernières années, la promotion pour une activité physique s'est multipliée afin de combattre la sédentarité notamment chez les plus jeunes. Les différents rapports mis à la disposition des autorités publiques démontrent que les comportements sans activités physiques se multiplient. La position de l'Etat français sur l'échiquier mondial de l'activité physique chez les plus jeunes est loin d'être reluisante puisque le pays se trouve dans la moyenne en la matière.

En 2016, une étude du Global Alliance Active Healthy Kids pour l'Hexagone démontre que les enfants et adolescents ont perdu 25 % de leurs capacités physiques en moins d'un demi siècle. Pire, ils sont même plus de 60 % à passer plus de deux heures par jour devant un écran. Seulement un quart des jeunes respectent les recommandations en activité physique. Si depuis 2018, la situation s'est améliorée sur le front de la sédentarité, le confinement du 17 mars au 11 mai n'a pas aidé à lutter contre ce phénomène.

### Dans toutes les strates sociales

Cependant, les initiatives se multiplient au Pays Basque pour permettre aux jeunes générations de faire du sport. La dernière en date est à mettre au crédit des associations Côte Basque Sport Santé et du collectif Premières Balles à l'origine de la création d'un triptyque de découverte de sports : pelote basque, padel et golf. Des initiations placées sous le signe de la découverte pour les enfants et surtout dans l'esprit de faire face à la sédentarité en pratiquant une activité




 PDF-EPUB
 

SEKZIONAK

ORRIALDEAK

ARTIKULUAK

HEMEROTEKA






### Tweets de @MediabaskInfo


 Mediabask INFO  
@MediabaskInfo

La soirée électorale à Bayonne en images  
[naiz.eus/fr/mediateca/...](https://naiz.eus/fr/mediateca/)



59 min


 Mediabask INFO  
@MediabaskInfo

Boucau : Gonzalez réélu de  
[justessemediabask.eus/fr/info\\_mbsk/2...](https://justessemediabask.eus/fr/info_mbsk/2...)


[Intégrer](#)
[Voir sur Twitter](#)

sportive régulière. Institué sous le signe de la pratique sportive scolaire dès cinq ans, ce nouveau concept va permettre aux enfants des écoles de découvrir de nouveaux sports dans un cadre qui leur est familier. "On essaie de remettre la balle au centre des enfants pour favoriser les sports individuels, pour qu'ils s'approprient le plus tôt possible une activité physique individuelle. Et à l'issue d'une initiation de pouvoir la pratiquer soit tout seul contre un mur ou d'autres équipements, soit aller vers des clubs", explique Eric Sajous, l'instigateur de Premières Balles.

"On s'est rapproché d'Eric car nous recherchions des astuces pour mobiliser les jeunes. Il y a une crise pour les jeunes générations, notamment chez les jeunes filles. Le constat est assez grave et inquiétant. C'est lié à la numérisation de la société, à l'éducation et l'environnement. Les parents poussent moins les jeunes à se déplacer. On marche moins. C'est une problématique qui touche toutes les strates de la société, ajoute Nicolas Guillet, directeur de Côte Basque Sport Santé. Certains instituteurs se sentent un peu démunis. Ils ont comme mission de promouvoir l'activité physique à cet âge qui est clef. Ils n'ont pas nécessairement les outils adaptés. Notre association avec des spécialistes, se propose de construire un programme et de venir dans les écoles en disposant gracieusement des activités. On avait assez peu de solutions d'activités originales. Eric nous offre des outils clef en main, pratiques, faciles et originaux à mettre en œuvre".

#### **Opération séduction Paris 2024**

Les deux entités ont prévu à cet effet un encadrement très strict avec des éducateurs sportifs diplômés et aguerris pour répondre à cette problématique de la sédentarité sportive. Si le but premier est de lutter contre l'inactivité, il a également d'autres vertus comme la coordination physique, les échanges face à face, l'utilisation d'une ambidextrie, la concentration et le dosage dans l'effort. Un impact non négligeable qui pousse donc les responsables associatifs à se rapprocher des écoles pour proposer ce nouveau dispositif testé le 11 mars dernier au Trinquet du Golf de Biarritz. Cette première approche en compagnie de nombreuses familles le temps d'un après-midi a permis de poser les fondations sur un rouage en constante évolution. Si le grand fronton de 6,40 mètres sur 3,80 mètres n'était pas déployé, les jeunes et leur famille ont pu s'essayer sur un petit modèle en compagnie de Pampi Laduche présent pour l'occasion. La jeune génération s'est également emparée du padel et du golf sous l'œil des parents. Une première démarche bénéfique pour s'approprier les éléments et pourquoi pas envisager une pratique plus durable.

Obésité et sédentarité gagnent du terrain chaque jour et notamment chez les plus jeunes. Ces initiatives tiennent particulièrement à tort le cou à ce cheminement glacial qui gagne une partie de la population. La mise en lumière d'une pratique sportive régulière adaptée à une alimentation plus saine vient donc combattre ce phénomène.

La tenue prochaine des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris en 2024 est également un challenge important en vue d'intéresser les jeunes à un apprentissage sportif. Eric Sajous veut "séduire l'équipe des Jeux olympiques pour pouvoir le déployer ailleurs sur la Côte Basque si on a fait nos preuves". Cette volonté d'emmener les jeunes sur un terrain de jeu plus sain trouve des résonances au sein des villes de Biarritz, Anglet, Pau dans le Béarn et même Brive en Corrèze. Ces mairies ont montré un vif intérêt pour intégrer à leurs programmes ce triptyque sportif. Si la sédentarité gagne les enfants, les adultes sont également concernés par ces problèmes.

Dans une optique d'échange, de découverte et d'interactivité, le dispositif sera intégré à l'événement Biarritz en Forme pour dispenser au public les précieux conseils. Le challenge est donc lancé pour permettre une pratique plus importante au Pays Basque.