

## ***L'entretien de soi en LP***

« L'entretien de soi » est une compétence explicite du lycée depuis 2001 (« orienter et développer les effets de l'activité physique en vue de l'entretien de soi. »)

Le SNEP a contribué à l'existence de la CC5, comme visée générale et transversale ; ses interventions au moment du programme lycée sont sans ambiguïté. Il est évident que pour des élèves qui vont quitter le système scolaire, avoir acquis des connaissances et des compétences pour avoir une pratique régulière, un habitus de pratiquant, est un enjeu déterminant. Cette compétence était pensée de manière « intégrée » dans les textes antérieurs : dans toute activité, on peut à la fois poursuivre des compétences liées à la performance et des compétences liées à la gestion de la vie physique. On peut même penser que l'accès de tous à des performances scolaires est le seul et vrai moteur d'un engagement pérenne dans la gestion de la vie physique pour chacun. Le nouveau programme LP franchit un cap qu'il ne devrait pas franchir en proposant des « activités d'entretien de soi » et en distinguant par exemple les compétences de la natation de durée de celles de la natation de distance, au nom d'une adaptation des programmes aux besoins supposés de certains publics. Quelques remarques s'imposent.

### ***Les APSA intègrent toutes les formes de pratique***

La formule classique « activités physiques, sportives, artistiques » par le terme « activités physiques » a toujours signifié en EPS, la présence d'un certain nombre d'autres pratiques qui ne sont ni sportive ni artistique. Ensuite cette nouvelle formulation introduit une confusion entre la nature des différentes APSA et leurs différents usages, personnels ou collectif, dans la société contemporaine : la compétition, la performance, le développement, le bien-être, la santé, la convivialité, la rencontre, la détente, le loisir, « l'entretien de soi »... Ces genres de pratiques sont-ils aussi contradictoires entre eux qu'on le laisse souvent entendre ? Peut-on, pour ne prendre que ces exemples opposer systématiquement loisir à compétition, performance à santé ? A supposer d'ailleurs que la notion, pour le coup, exclusivement scolaire, « d'activités d'entretien », recouvre bien la dynamique culturelle, la diversité des motifs poursuivis dans des activités telles que les relaxations, le yoga, la musculation, les diverses méthodes d'entraînement général, de mise ou de remise « en forme » (step, aérobic)... Autant d'activités et de formes de pratiques qui supportent mal leur enfermement théorique et pratique dans le genre des dites « activités d'entretien de soi ». Elles le supportent d'autant plus mal qu'elles sont souvent organisées en fait autour du développement, intègrent le principe de performance, celui de confrontation ou de coopération, posent la question du dépassement de soi, de ce qu'on sait faire, de ce qu'on est. « L'entretien de soi » est l'exemple même de la « fausse bonne » notion, incapable de rendre compte du réel.

Sur le terrain de l'Ecole, plus fondamental pour nous, la notion « d'entretien » est-elle recevable, est-elle constitutive de la scolarité ? Imagine-t-on des activités mathématiques, de français, artistiques « d'entretien » ? Par essence, le temps scolaire, c'est le temps du développement, de l'acquisition, de la formation pour tous les élèves, quelque soit leur origine, leur genre, leur difficulté, leur handicap.

Donc y-a-t-il des activités spécifiques d'entretien de soi ou n'y-a-t-il pas plutôt une façon d'apprendre et de pratiquer les activités qui amène à connaître ses possibilités et développer l'aptitude à avoir une pratique régulière (condition de l'entretien de soi) ?

Proposer des « activités d'entretien de soi » c'est nier que la plupart des sportifs disent qu'ils font du sport pour s'entretenir<sup>1</sup>. C'est faire croire à l'inverse que seules la course de durée, natation de distance, step, relaxation ou musculation, permettent aux élèves de s'entretenir... C'est sous-entendre qu'en faisant de la danse, de l'escalade, du demi-fond les élèves ne développeraient pas de compétences relatives au développement de soi, condition d'un travail sur soi de mise et de maintien en forme. N'est-ce pas à la fois l'engagement de l'élève dans les apprentissages et l'accompagnement du prof qui sont déterminants pour que l'élève développe cette compétence ?

Certes, il y a un développement sans précédent du « marché de la forme », avec des activités spécifiques pour s'entretenir et le lycée doit permettre aux élèves d'être critiques par rapport à ces pratiques. Mais en faire une catégorie d'activités pose trop de problèmes pour que l'institution valide ainsi les choses.

Si l'enjeu, pour refuser la sédentarité et rester en forme, est de savoir s'entraîner pour avoir une pratique régulière, ne faut-il pas écrire dans le programme que tout élève sortant du lycée doit savoir tenir un plan d'entraînement (avec tout ce que cela comporte comme exigence de connaissance de soi, de planification, d'analyse de son activité...) et laisser l'enseignant choisir les activités les plus adaptées selon lui, les modalités (horaire augmenté, cycles plus longs) et la démarche qui intègre l'hétérogénéité des élèves.

Si pour certains élèves, la course de durée (qui disparaît d'ailleurs du collège) correspond à un premier objectif à atteindre (*moduler l'intensité de ses déplacements, en rapport avec une référence personnalisé, pour produire et identifier des effets immédiats sur l'organisme en fonction d'un mobile d'agir*), pourquoi se limiter à cela (à chacun ses talents ?). Pourquoi ne pas viser pour tous et toutes les objectifs de course de demi-fond : *pour produire la meilleure performance possible sur une série de courses, se préparer et répartir son effort grâce à une gestion raisonnée de ses ressources (nouveaux programmes LP ?)*, en précisant qu'il s'agit d'une performance scolaire, performance scolaire qui pourrait être aussi de la marche rapide pour les élèves les plus en difficulté.

Le SNEP contestera cette nouvelle appellation d'ensemble d'activités, non pas les activités elles-mêmes. On ne peut entériner dans un programme une nouvelle définition qui ne fait pas l'objet d'un travail permettant de lever les obstacles inhérents à toute classification : identifier ce qui la définit en propre. Or l'entretien de soi est quasiment l'objectif partagé par tous les pratiquant de loisirs physiques et sportifs !

[claire.pontais@snepfsu.net](mailto:claire.pontais@snepfsu.net)

---

<sup>1</sup> Voir l'article de M.Poggi. A la question : « Pour quelles raisons pratiquez-vous un sport? » les réponses sont : pour garder la forme et préserver ma santé 64,1%, pour le plaisir de l'activité physique 44,7%, pour donner à votre corps une apparence agréable 20,6%, pour rencontrer d'autres pratiquants 10,1%.