

Bouger, rire, secourir :

La journée Watergames met l'ambiance

Le 30 septembre, le lycée La Mennais a troqué les cours « classiques » contre une journée santé : sports, gestes qui sauvent, kayak et aquagym sont mis au devant de la scène.



À 12h15 devant l'arrêt de bus, (sans le bus bien sûr !), on arrive à destination à 13h30 environ avec pratiquement une heure de retard. Bien vite reçu, la bonne humeur y est déjà. On nous demande de se rassembler, et on entend : « Bouger et prendre du plaisir » de Vincent qui donne le rythme de la journée, directeur adjoint de l'USSP, l'union du sport scolaire polynésien. « La tête pensante derrière les grands travaux » c'est lui qui organise la journée et met en place les idées du directeur, Gilles Vega. Des résultats concrets et légitimes : des élèves motivés, un esprit de compétition bien présent, et des activités ludiques qui unissent et partagent rire, sueur et sourire. Verdict des élèves ? Pour la plupart, cette journée n'avait rien à voir avec un jour de classe ordinaire. Leur coup de cœur : les activités en plein air, qui leur ont fait découvrir de nouveaux sports ou le secourisme, comme Orihana, élève en 6ème au collège Teriitua A Teriierooiterai de Paea.



Secourir : un super-pouvoir à la portée de tous

Au stand secourisme, Mme Paccard a donné la marche à suivre : se protéger, protéger, alerter, secourir. « Le secourisme est un devoir et un droit », a-t-elle rappelé. Pour sauver quelqu'un, il faut garder son calme, faire preuve d'empathie et savoir se maîtriser. Le PSC1 fait de chaque élève un relais de sécurité pour sa famille et ses amis. L'objectif final tient en trois mots : le « geste qui sauve ». Et pour changer des cours théoriques, une initiation au sauvetage et au massage cardiaque, avec un peu de surf était au programme. Pas mal comme salle de classe.



Respirer, danser, flotter

Mme Fuller a rappelé une idée simple : le sport ne se résume pas à la compétition. Au collège d'Arue, le lundi, le mardi et le jeudi, les séances mélangent respiration et activités sportives. Le mercredi, place à la danse tahitienne pour relier arts, culture et sport. Son conseil : respirer et se détendre, avec la cohérence cardiaque, c'est essentiel. Côté eau, Katy, professeure d'EPS au lycée de Mahina, a présenté l'aquagym, très demandée par les élèves. Son atout : un parcours adapté à tous, avec la mer comme terrain de jeu, n'oublions pas nos origines, peuple de la mer. Nora, professeure d'EPS au collège d'Arue, anime, elle aussi l'atelier, elle rajoute qu'après ses cours de fitness qu'elle enseigne, une bonne relaxation ou méditation, nous permet de continuer la journée et elle finit avec « le sport s'est fait pour se relâcher ». L'événement, rassemble et réunie, qu'importe le milieu social, l'âge ou le genre, [...] N'est-ce pas là le but fondamental et vital du sport ?



Le sport, ça n'a pas de genre

Les enseignantes ont aussi rappelé qu'autrefois, l'éducation physique séparait filles et garçons. Les stéréotypes et les préjugés n'ont pas disparu et freinent encore parfois l'apprentissage. Pour elles, le sport va au-delà du genre : il est ouvert à tous et c'est un outil d'égalité. Ça progresse, mais comme elles le disent, « il y a du boulot ». Le sport, c'est une recherche personnelle, un apprentissage physique et émotionnel, un moment détente, dans le rôle du prof et de guider ses élèves, tel un bon berger.

Entre premiers secours, tire à la corde et aquagym, les élèves ont prouvé qu'on peut apprendre en s'amusant.



« Avoir soif
du sport »

Hoarai Witmann
Terminale au CLM