

PROJET SPORTKIDS VALAIS

...ET QUE ÇA BOUGE!

POUR DES COMMUNES EN MOUVEMENT !

Favoriser l'accès au sport et le plaisir de bouger auprès des enfants peu actifs! Voilà le défi que s'est lancé le Centre Alimentation et Mouvement (de Promotion Santé Valais) en redynamisant le sport facultatif.

Avec vous – commune ou école –, nous souhaitons élargir l'offre sportive pour les enfants en développant des activités de sport parascolaire dans les différentes communes valaisannes.

Les derniers chiffres parlent pour eux: En Valais comme dans le reste de la Suisse, la population se sédentarise et prend du poids. Une heure d'activité physique quotidienne permet d'inverser la tendance.

SPORTKIDS incite les communes à proposer une activité sportive à ses jeunes, en dehors des cours obligatoires à l'école, et ce durant toute l'année scolaire.

1. SPORT FACULTATIF DEVIENT SPORTKIDS

IDÉE

- ◆ Développement des activités de sport parascolaire dans les communes valaisannes.

FAITS

Excès pondéral dans la population en augmentation:

- ◆ En CH: 17% des enfants sont en surpoids (monitoring IMC PSS août 2013) = presque 1 sur 5.
- ◆ En VS: 13.3% en 4^{ème} primaire et 16.5 % en 2^{ème} année de CO sont en surpoids (rapport Observatoire valaisan de la santé, mai 2011).
- ◆ En VS: 1 homme sur 2, et 1 femme sur 3 sont en surpoids.

Les causes :

1. Manque d'activité physique

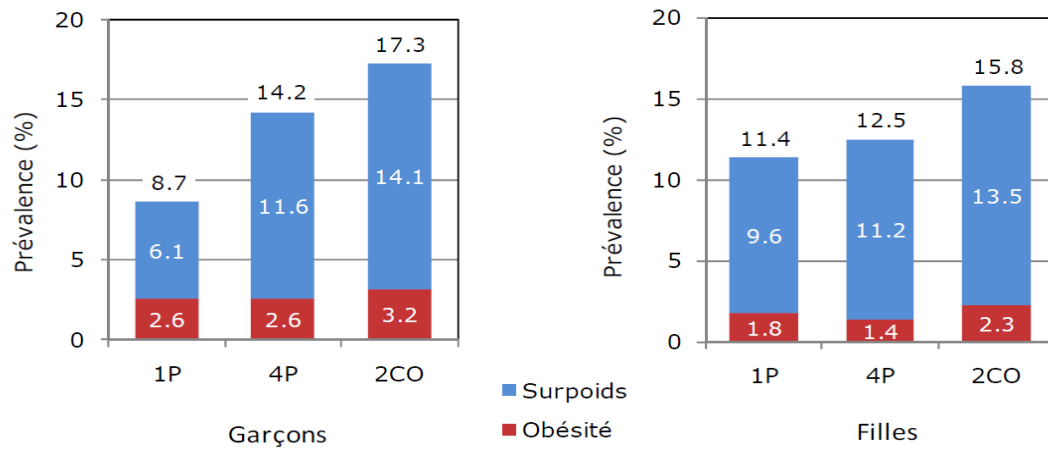
- ➔ à peine 12 % des enfants entre 11- 15 ans suivent la recommandation d'au moins 1h d'activité physique par jour (étude HBSC 2010 CH)
- ➔ 84 % des garçons et 74% des filles de 15 ans passent plus de 2h/jour devant un écran ! (monitoring IMC PSS août 2013)

2. Alimentation trop riche

3. Nationalité

- ➔ Les enfants de nationalité étrangère (25%) sont encore plus concernés par le surpoids que les enfants de nationalité suisse (15%)!

Figure 1 : Prévalence (%) de l'excès de poids, du surpoids et de l'obésité en fonction du niveau scolaire, Valais, 2008/09. Un enfant est en surpoids ou obèse si son IMC est supérieur ou égal aux valeurs seuils déterminées par l'International Obesity Task Force [5]. Le chiffre au-dessus de chaque barre indique la prévalence de l'excès de poids (surpoids ou obésité).



HISTORIQUE

- ◆ Le sport facultatif est présent dans les lois depuis 30 ans.
- ◆ Initialement, octroi de subsides fédéraux et cantonaux aux communes. La participation aux cours était gratuite pour les enfants.
- ◆ 1989: arrêt des subsides fédéraux (le canton prend à sa charge 60% des indemnités versées aux moniteurs).
- ◆ 1993: arrêt des subsides cantonaux.
- ◆ Actuellement, frais d'organisation à charge de la commune.
- ◆ Actuellement en Valais, les communes de Lens, Bagnes, Martigny, Monthey, Sion, Sierre, St. Maurice, Nendaz, Trient et Vouvry proposent déjà du sport facultatif ou parascolaire.

2. CONCEPT

Le projet SPORTKIDS...

- ◆ Souhaite proposer sous l'égide de «Promotion Santé Valais» (Centre Alimentation et Mouvement) un programme cantonal de promotion de l'activité physique.
- ◆ Entend offrir à tous les enfants en âge scolaire d'une commune la possibilité de faire du sport régulièrement à un prix modique et sans visée compétitive.
- ◆ S'adresse plus particulièrement – mais pas uniquement – aux enfants pas ou peu actifs en dehors de l'école.
- ◆ Espère contribuer activement à la promotion de la santé des enfants valaisans.
- ◆ Ne remplace en aucun cas les cours obligatoires d'éducation physique et ne concurrence pas les associations sportives !

3. OBJECTIFS

- ◆ Augmentation du nombre d'enfants et d'adolescents valaisans actifs avec un poids corporel sain!
- ◆ Inciter de nouvelles communes à lancer des programmes SPORTKIDS et leur proposer un soutien à la mise en place de l'offre.
- ◆ Proposer aux enfants une activité sportive régulière durant leur temps libre.
- ◆ Inciter les enfants peu actifs à pratiquer une activité sportive sans faire de la compétition.
- ◆ Transmettre aux enfants le plaisir de bouger et de faire du sport et leur apprendre à connaître et percevoir leur corps à travers le mouvement.
- ◆ Apprendre et consolider de nouvelles expériences motrices.
- ◆ Permettre la découverte de nouvelles disciplines, de nouveaux aspects du sport ou approfondir les connaissances sportives.
- ◆ Suivre des cours de qualité dispensés par des moniteurs qualifiés et spécialisés dans leur domaine.
- ◆ Créer une passerelle entre le sport obligatoire à l'école et l'entrée dans un club de sport.

4. PHILOSOPHIE

Une porte d'entrée dans le monde du sport...

- ◆ A travers les multiples expériences motrices et ludiques, les enfants vivent et engrangent des expériences enrichissantes qui les accompagneront toute leur vie.
- ◆ Le mouvement, le sport et le jeu sont des facteurs indispensables au développement physique, émotionnel, social et mental.
- ◆ L'enfance représente l'âge d'or de l'apprentissage. Grâce au mouvement régulier, des connexions nerveuses importantes sont créées, ce qui facilitera l'acquisition de nouveaux schémas moteurs ultérieurs.

5. LA PLUS VALUE POUR LA COMMUNE

Que propose SPORTKIDS ?

- ◆ **SPORTKIDS** permet à la commune de proposer à sa plus jeune population une activité sportive (en plus des cours obligatoires à l'école) pendant toute l'année scolaire.
- ◆ **SPORTKIDS** permet à la commune de s'engager dans la promotion de la santé de ses enfants.
- ◆ **SPORTKIDS** aide à la recherche de moniteurs compétents et formés (J+S, SPORTKIDS, etc.)
- ◆ **SPORTKIDS** offre à la commune un soutien pour les démarches administratives (information, publicité, convocation des enfants, inscriptions, etc.) et pour la mise en œuvre des activités.

- ◆ **SPORTKIDS** propose des cours de formation J+S «sport des enfants» et «sport scolaire» en collaboration avec J+S Valais ainsi qu'une formation en lien avec les deux modules **SPORTKIDS BASIX** et **SPORTKIDS FUN**.

6. MISE EN OEUVRE

- ◆ Envoi d'un courrier avec talon d'inscription à tous les enfants ans de la commune ou distribution via l'école (à la charge de la commune).
- ◆ **SPORTKIDS** incite les communes pour des raisons de compatibilité avec les exigences de J+S de proposer 2 cycles (semestres) de 15 cours (1x par semaine).
- ◆ Une fois inscrits, les enfants suivent le programme **SPORTKIDS** pendant la durée prévue d'un semestre (15 à 20 semaines):
 - 1^{er} semestre: de mi-septembre à fin décembre
 - 2^{ème} semestre: de janvier à mi-juin
- ◆ Un cours par semaine au minimum (la commune peut en proposer plus si elle le souhaite).
- ◆ La durée du cours est de 60 minutes et il aura lieu si possible directement après l'école (dès 16h00 et selon la disponibilité des salles).
- ◆ Le nombre d'enfants par cours est en principe de 15 à 20.
- ◆ Possibilité d'utilisation des modules complémentaires **SPORTKIDS BASIX** et **FUN** (cf. ci-dessous) ainsi que «Initiation à la natation» (3-4 semaines) en collaboration avec les piscines locales ou en collaboration avec une piscine proche (vivement recommandé).
- ◆ Dans le cadre du module **SPORTKIDS** : Présentation de 3 associations sportives intégrées dans le programme.
- ◆ Un enfant qui a fréquenté les cours **SPORTKIDS** sera ensuite encouragé à poursuivre son activité sportive dans un club local.

7. MONITEURS

- ◆ **SPORTKIDS** aide à la recherche d'un moniteur responsable par groupe d'enfants qui donnera le cours dans la commune.
- ◆ Le moniteur est titulaire d'une formation spécifique (reconnaissance J+S, maître d'éducation physique, étudiant en sciences du sport, etc.).
- ◆ **SPORTKIDS** propose des cours de formation «J+S sport des enfants» et «J+S sport scolaire» en collaboration avec «J+S Valais».
- ◆ Le moniteur est responsable de la gestion du matériel mis à disposition par la commune et des installations/salles qu'il occupe pour ses activités.
- ◆ Le moniteur tient à jour une liste de présences/absences pour chaque cours.

8. LES MODULES SPORTKIDS BASIX ET FUN

Dans le cadre du projet SPORTKIDS...

- ◆ Un module de cours «polysportif» avec une initiation à différentes activités sportives sera proposé aux communes qui le souhaitent. Il s'agit du module pour les 5-6 ans (SPORTKIDS BASIX) et du module pour les 7-8 ans (SPORTKIDS FUN).
- ◆ Les modules SPORTKIDS BASIX ET FUN proposent une formation de base indispensable à toute pratique sportive ultérieure et avec l'idée sous-jacente d'éviter la spécialisation précoce.
- ◆ Le but est de développer les capacités de coordination et athlétiques de base (courir, sauter, balancer, lancer, attraper, se tenir en équilibre, etc.) chez les jeunes enfants en âge propice pour l'apprentissage.
- ◆ Le «manuel de leçons» est fourni gratuitement à la commune pour toute l'année (2 semestres, 30 leçons, 3-4 leçons «Initiation à la natation»).
- ◆ Chaque enfant reçoit un t-shirt avec le logo SPORTKIDS et un cadeau de «bienvenue» (par ex. gourde). Le moniteur sera équipé d'un short et d'un t-shirt.

Les activités « polysportives » en résumé

Ce module clé en main contient :

- 30 cours (2 semestres à 15 cours) polysportifs de base (1x par semaine)
- 3 cours «Découverte» (6 par année) de différents clubs de la région
- 3-4 cours «Initiation à la natation»

9. COÛT POUR LA COMMUNE

- ◆ Les cours se financent avec **les cotisations des enfants et avec les subventions J+S** (reconnaissance J+S obligatoire).

Avec les montants encaissés, la commune...

- assure le défraiement des moniteurs (**échelle des indemnités proposée par SPORTKIDS, les salaires varient selon la formation et l'expérience entre 25.- et 60.- de l'heure**)
 - met à disposition ou loue les locaux/ installations pour les activités
 - finance le matériel administratif (communication, annonces, bulletins d'inscription, etc.)
 - prend éventuellement en charge le défraiement du responsable, s'il s'agit d'une personne externe engagée pour cette fonction
- ◆ Frais d'inscription pour les enfants : **SPORTKIDS** conseille 50.- max. par semestre (100.- par année), mais la commune est libre. Forfaits famille possibles.

EXEMPLE BUDGET POUR UNE PETITE COMMUNE

- Taille indicative : - de 2000 habitants
- Effectif par cours : 15-20 enfants
- Nombre d'activités : 2
- Cotisations : 50.- par semestre

BUDGET POUR UNE COMMUNE AVEC 2 COURS	DÉPENSES	RECETTES
Administration secrétariat et gestion	1'000.00	
Défraiement des moniteurs (Fr. 45.-/h, 2 semestres à 15 semaines = 30 semaines, 2 moniteurs)	2'700.00	
Cotisations par les enfants pour les 2 cours à 2 unités de 15 (15 enfants par cours et 2 semestres: 2x 15x 2x Fr. 50.-)		3000.00
TOTAL	<u>3'700.00</u>	<u>3'000.00</u>
Subventions J+S (en cas de moniteur avec reconnaissance J+S) 100.- par cours annoncé et 1.30 par heure et par participant, 2x 2 cours à 15 semaines, pour 15 enfants		1'570.00
TOTAL AVEC J+S		<u>4'570.00</u>
GAIN pour la commune AVEC moniteurs J+S		<u>+ 870.00</u>
FRAIS pour la commune SANS moniteurs J+S	<u>- 700.00</u>	

En annonçant les cours auprès de « Jeunesse et Sport »,
il peut en résulter un **BÉNÉFICE** pour la commune !

EXEMPLE BUDGET POUR UNE GRANDE COMMUNE

- Taille indicative : + de 5000 habitants
- Effectif par cours : 15-20 enfants
- Nombre d'activités : 4
- Cotisations : 50.- par semestre

BUDGET POUR UNE COMMUNE AVEC 4 COURS	DEPENSES	RECETTES
Administration secrétariat et gestion	1'500.00	
Défraiement des moniteurs (Fr. 45/h, 2 semestres à 15 semaines = 30 semaines, 4 moniteurs)	5'400.00	
Cotisations par les enfants pour les 4 cours à 2 unités de 15 (15 enfants par cours et 2 semestres: 4x 15x 2x Fr. 50.-)		6000.00

TOTAL	<u>6'900.00</u>	<u>6'000.00</u>
Subventions J+S (en cas de moniteur avec reconnaissance J+S) 100.- par cours annoncé et 1.30 par heure et par participant, 2x 2 cours à 15 semaines, pour 15 enfants		3'140.00
TOTAL AVEC J+S		<u>9'140.00</u>
GAIN pour la commune AVEC moniteurs J+S		<u>+ 2'240.00</u>
FRAIS pour la commune SANS moniteurs J+S	<u>- 900.00</u>	

**En annonçant les cours auprès de « Jeunesse et Sport »,
il peut en résulter un BÉNÉFICE pour la commune !**

10. Subventions de «Jeunesse et Sport»

- ◆ J+S est le programme national d'encouragement à l'activité physique chez les enfants et les jeunes (5-20 ans). J+S soutient le sport suisse chaque année à hauteur de 75 millions de francs.
- ◆ A côté de ce soutien financier direct, la Confédération propose des formations de base et continues et elle met à disposition (en prêt) du matériel didactique et sportif.

A combien s'élèvent les subventions J+S?

- ◆ CHF 100.- par cours annoncé + CHF 1.30 par heure et par enfant (10 à 20 ans).
- ◆ Pour les cours «sport des enfants» (5 à 10 ans), ce montant est doublé (CHF 2.60 par enfant)

Comment obtenir les subventions J+S?

- ◆ Le cours est dispensé par un(-e) moniteur(-trice) ayant suivi une formation J+S et obtenu la reconnaissance
- ◆ Le cours est annoncé par le coach J+S
- ◆ Le cours remplit les conditions cadres de J+S (durée min. du cours: 15 semaines sur une durée minimale de 6 mois)
- ◆ Le moniteur remplit à chaque cours la liste des présences
- ◆ A la fin du semestre, le coach clôt le cours et transmet les données à J+S qui versera ensuite les subventions

Le coach J+S

- ◆ C'est la personne de contact pour les moniteurs, la commune (ou l'école) et l'Office Jeunesse et Sport.
- ◆ Lui seul est autorisé à annoncer les cours auprès de J+S. Pour devenir coach, il faut suivre une formation d'une soirée (env. 3-4 h) organisée par l'Office cantonal J+S.
- ◆ Toute personne adulte peut endosser le rôle de coach J+S. Les informations concernant les cours de coach se trouvent sur le site de J+S.

BUDGET pour une commune avec 1 cours SPORTKIDS BASIX OU FUN	DÉPENSES	RECETTES
Gestion, coordination et administration	1'000.00	
Défraiement du moniteur (45.- /h pour 2 semestres à 15 semaines = 30 semaines)	1'350.00	
Module «Initiation à la natation» 3-4 cours (moniteur 3x 60.-/h et surveillance 3x 20.-/h, entrées piscine (3x 60.-), frais déplacements 3x 50.-)	570.00	
Séances «Découverte» par 3 clubs (défraiement 50.- par entraînement)	150.00	
Cotisations par les enfants (15 par cours et 2 semestres : 15x 2x 50.-)		1'500.00
TOTAL	<u>3'070.00</u>	<u>1'500.00</u>
Subventions J+S (en cas de moniteur avec reconnaissance J+S) 100.- par cours annoncé et 1.30 par heure et par participant, 2 cours à 15 semaines, pour 15 enfants		785.00
TOTAL AVEC J+S		<u>2'285.00</u>

FRAIS pour la commune AVEC moniteurs J+S	- <u>785.00</u>
FRAIS pour la commune SANS moniteurs J+S	- <u>1'500.00</u>

BUDGET pour une commune avec 2 cours SPORTKIDS BASIX OU FUN	DÉPENSES	RECETTES
Gestion, coordination et administration	1'500.00	
Défraiement des moniteurs (45.- /h, 2 moniteurs pour 2 semestres à 15 semaines = 30 semaines)	2'700.00	
2x module «Initiation à la natation» 3-4 cours (moniteur 3x 60.-/h et surveillance 3x 20.-/h, entrées piscine (3x 60.-), frais déplacements 3x 50.-)	1'140.00	
2x séances «Découverte» par 3 clubs (défraiement 50.- par entraînement)	300.00	
Cotisations par les enfants (2 cours avec 15 enfants par cours et 2 semestres : 2x 15x 2x 50.-)		3'000.00
TOTAL	<u>5'640.00</u>	<u>3'000.00</u>
2x subventions J+S (en cas de moniteur avec reconnaissance J+S) 100.- par cours annoncé et 1.30 par heure et par participant, 2 cours à 15 semaines, pour 15 enfants		1'570.00
TOTAL AVEC J+S		<u>4'570.00</u>

FRAIS pour la commune AVEC moniteurs J+S	- <u>1'070.00</u>
FRAIS pour la commune SANS moniteurs J+S	- <u>2'640.00</u>

ECHELLE DES INDEMNITÉS CONSEILLÉES POUR LES MONITEURS

	CATÉGORIE 1	CATÉGORIE 2	CATÉGORIE 3
	Pas de formation spécifique dans le sport et pour le public cible	En cours de formation spécifique dans le sport et pour le public cible	Formation spécifique dans le sport et pour le public cible terminée
	<ul style="list-style-type: none"> ◆ moniteur en formation J+S ◆ pas de formation ou aide-moniteur 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ moniteur J+S ◆ étudiant en sport ◆ enseignant en formation ou sans J+S 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ maître EPS ◆ moniteur J+S expert ◆ entraîneur Swiss Olympic ◆ entraîneur de fédération (par ex. instructeur) ◆ enseignant avec J+S
A > 3 ans d'expérience en tant que moniteur avec le public cible	30.00 /h	45.00 /h	60.00 /h
B 1-3 ans d'expérience en tant que moniteur avec le public cible	27.50 /h	40.00 /h	55.00 /h
C < 1 an d'expérience en tant que moniteur avec le public cible	25.00/h	35.00 /h	50.00 /h

Remarque : il s'agit ici des indemnités brutes

Questions ?

Prenez contact avec la responsable du programme **SPORTKIDS**:

Karin Hauser, Coordinatrice SPORTKIDS Valais
sportfacultatif@psvalais.ch ou 079 350 80 37