



Extrait du Analyses sur la société française

<http://www.france-analyse.com/La-connaissance-de-son-corps-et-le>

La connaissance de son corps et le sport

- Créativité - Sport -



Date de mise en ligne : dimanche 21 décembre 2008

Analyses sur la société française

Actuellement le sport des écoles, collèges et lycées favorise la compétition. Cependant certains professeurs de sport favoriseront la connaissance du corps lors des cours de sport.

Qui n'a jamais été poussé à être le meilleur en sport ? Les élèves plus petits ou plus jeunes n'aiment pas l'esprit de compétition ensuite à cause de cette volonté de compétition. Les redoublants ou les élèves plus grands pouvaient montrer leur force en sport. Si bien que l'élève plus jeune ou plus petit s'orientait vers les études en refoulant le sport.

Pourtant j'appréciais quand le professeur de sport nous faisait faire des exercices. On se sentait bien. Seulement la plupart des exercices étaient souvent des exercices de motricité. Autrement dit on apprenait à créer de la musculature en favorisant les muscles moteurs.

Pourtant pour que l'élève aime le sport il doit se sentir bien avec des exercices qui vont lui faire ressentir un bon état d'esprit. Cela permettra d'anticiper les maladies ou les problèmes physiques grâce à des exercices de latéralité. Les exercices de latéralité consistent au développement des muscles latéraux. Cela permet ensuite de sentir plus facilement les différents membres de son corps.

Veut-on gagner des médailles ou faire connaître le bienfaits du sport à chacun des élèves ? Notre ministre des sports a choisi de favoriser les très bons athlètes de haut niveau. Il faut que ce ministère se fasse connaître pour ses médailles, pas ses athlètes.