



© Olivier Ouadah - SGDF

© Olivier Ouadah - SGDF

# Je grandis, tu grandis, il grandit, elle grandit...

**Si, entre 11 et 14 ans, les changements physiques sont importants pour tous, chacun grandit à son rythme. À l'adolescence, il n'est pas toujours aisé de se rendre compte de ses capacités physique, ni de mesurer celles des autres. Comment aider les scouts-guides à en prendre conscience ?**

## OBJECTIF ÉDUCATIF

Estimer les capacités physiques des autres et adapter ses gestes en conséquence

À la tribu, les inséparables Cécile et Éléonore, 12 ans l'une et l'autre, ont plus d'une tête d'écart. Lors des chants de veillées, on n'entend que David, 12 ans, qui a mué cet été. Au tir à la corde du week-end de rentrée, personne n'a résisté à Luc, 13 ans, avec son gabarit de rugbyman... À l'adolescence, la puberté provoque des changements physiques à un rythme différent d'un jeune à l'autre.

Entre filles et garçons, ces différents rythmes de développement sont flagrants. Le corps des premières grandit et se transforme plus tôt que celui des garçons. Entre jeunes du même sexe aussi, le rythme varie. Les changements physiques visibles de l'extérieur ne sont que la partie émergée de l'iceberg. La perception que le jeune a de son corps et de celui des autres évolue en même temps. Cécile peut se trouver trop petite, David avoir honte de sa voix et Luc se croire invincible. Il est important pour les jeunes de 11-14 ans d'appivoiser les changements qui s'opèrent chez eux et de les assumer.

La maîtrise a son rôle à jouer pour accompagner les jeunes dans ces changements. Les activités proposées doivent permettre aux jeunes d'éprouver leur force, leur habileté, leurs limites et l'énergie qui les habite. Entre les réunions,

les camps et les week-ends, les occasions de se dépenser ne manquent pas à la tribu!

Les olympiades sont un parfait exemple. Plus que de respecter une habitude transmise de génération en génération, proposer des olympiades à la tribu donne l'occasion aux jeunes d'appréhender leurs capacités physiques et celles des autres. Une même activité peut être proposée sous différents angles selon l'objectif visé. La maîtrise doit toujours se questionner sur le sens de l'activité et le but poursuivi.

Dans notre cas, tout est question de dosage entre les activités d'adresse, de

## Accompagner les adolescents pour apprivoiser les changements qui s'opèrent en eux

force, d'endurance, de vitesse... D'abord, il est important de diversifier les activités pour donner à chacun la chance de s'épanouir. Ensuite, les jeux proposés doivent permettre à chacun de tester son corps dans toutes ses dimensions.

Pour que toute la tribu s'y retrouve, les règles du jeu seront adaptées par la maîtrise. Que la petite taille devienne un avantage, que l'endurance prime sur la vitesse ou que le contrôle de sa force soit récompensé, voilà des moyens pour que tous les jeunes profitent des olympiades malgré leurs différences physiques. Si tous les jeunes s'investissent dans des olympiades bien construites, le défi éducatif de l'activité est déjà à moitié réussi!

Godefroy Flechel,  
équipier national Scouts-Guides

**“ Les deux 3<sup>es</sup> années de la tribu écrasent les plus petits dans toutes les activités physiques. Plus personne ne s’amuse à part eux. ”**

Quand des jeunes empêchent les autres de s'épanouir, il est possible de modifier l'enjeu des activités : favoriser la coopération par rapport à l'opposition pour mettre les plus à l'aise en position d'accompagnement ou récompenser la technique plutôt que le résultat. Il ne faut pas laisser durer un tel déséquilibre.

C'est pourquoi la connaissance des jeunes de la tribu est primordiale pour bâtir le projet pédagogique. En début d'année, avant le camp ou même au cours de l'année si nécessaire, la maîtrise doit prendre le temps de regarder où en sont les jeunes et où elle veut les amener.