

Courir ensemble vers un monde plus propre : comment s'inspirer du plogging

Charlotte Pirson

Etudiante en Sciences de la motricité, Université de Liège (Liège, Belgique)

Introduction et objectifs de l'atelier pratique

Cet atelier a pour but de faire découvrir le principe du plogging, une activité en vogue qui consiste à combiner jogging et ramassage de déchets. Issue de Suède où la protection de l'environnement devient une priorité sociétale, cette manière de pratiquer la course à pied défend une approche écoresponsable puisqu'il convient de stocker les déchets trouvés sur son parcours dans un sac prévu à cet effet. Tant à l'école que dans d'autres contextes, les éducateurs physiques peuvent s'en inspirer pour conscientiser les participants à l'impact de leurs activités sportives. Cet atelier consiste à illustrer concrètement le contenu d'une séance qui a été élaborée dans cette perspective.

Description de l'atelier pratique

L'atelier proposera plusieurs situations mettant en pratique les sacs Can-guru tout en faisant réfléchir les participants sur le choix de leurs actions : (1) Mini course d'orientation consistant à relier des plots dans un ordre bien précis en ramassant le plus de « déchets » possibles, le tout le plus rapidement possible ; (2) Histoire de déchets où les participants vont rechercher des « déchets » dans une zone et les poser correctement sur la ligne du temps en fonction de leur temps de dégradation dans la nature ; (3) Quiz poursuite proposant des questions à choix multiples auxquelles les participants réagissent en se déplaçant vers un cerceau correspondant à leur réponse ; (4): Course d'obstacles amenant les participants à réaliser un parcours pour jeter un déchet dans une poubelle spécifique.

Apports et perspectives de l'atelier pratique

Le ramassage et le tri des déchets font partie des démarches visant à mieux protéger l'environnement. Montrer comment un éducateur physique est en mesure de contribuer à la prise de conscience des participants qu'il encadre devrait permettre de souligner le rôle sociétal qu'il peut jouer. L'atelier constituera certainement le point de départ d'une réflexion portant sur la manière de prolonger ce genre d'action.