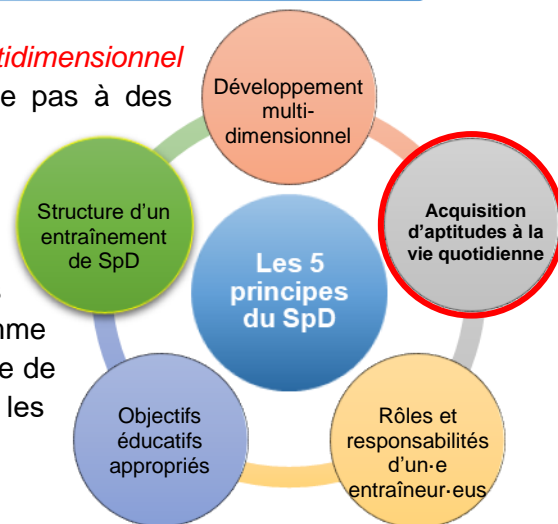


Acquisition d'aptitudes à la vie quotidienne

Comme cela a été évoqué dans le module *Développement multidimensionnel des participants*, le sport pour le développement ne se limite pas à des exercices physiques et à l'acquisition de compétences.

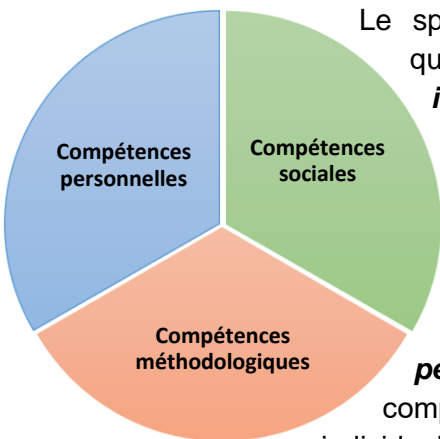
Outre le développement complet des (jeunes) participant-es, il a pour but de **promouvoir et de développer des aptitudes à la vie quotidienne**. Ce module sur l'Acquisition d'aptitudes à la vie quotidienne étudie de manière plus approfondie les compétences qui peuvent être enseignées et comment. Comme toujours, n'oubliez pas que les grands principes sont au nombre de cinq et que le SpD n'atteindra son plein potentiel que si tous les principes sont pris en compte et appliqués.



« *Compétence* » peut être utilisé comme synonyme d'« *aptitude à la vie quotidienne* ».

Les aptitudes à la vie quotidienne sont essentielles pour aider les (jeunes) participant-es à **surmonter les difficultés sur et en dehors du terrain d'entraînement** et à vivre une vie réussie et

gratifiante. Il n'est pas nécessaire d'enseigner toutes les aptitudes à la vie quotidienne énumérées dans cette formation dans chaque pays ou dans chaque projet. Les compétences présentées constituent l'intégralité des aptitudes à la vie quotidienne qui peuvent être enseignées en utilisant le SpD.



Le sport est un instrument utile pour enseigner les aptitudes à la vie quotidienne car il est **facile de cibler les jeunes participant-es et de les impliquer activement via le sport**. Les aptitudes à la vie quotidienne doivent être intégrées aux entraînements normaux, ce qui rend leur transmission plus subtile et plus intrinsèque que si elles étaient enseignées au moyen de méthodes plus traditionnelles. Les enfants et les jeunes peuvent ainsi expérimenter les compétences personnellement et sont donc mieux à même de les incorporer dans leur vie quotidienne. Il existe trois grands **groupes de compétences** :

personnelles, sociales et méthodologiques. Chacun de ces groupes est composé d'un certain nombre d'aptitudes à la vie quotidienne, spécifiques et individuelles, qui peuvent être acquises par l'intermédiaire du sport. Une liste complète de ces aptitudes à la vie quotidienne est présentée ci-dessous.

Le détail des groupes de compétences de base destinés aux enfants et aux jeunes sont disponibles sur le site *Sport for Development Resource Toolkit*, rubrique : [Essentials – S4D Competences – Children and Youth Competences](#). Toutefois, même le groupe de base *Framework Children Youth Competences Sport for Development* peut sembler large et peu précis. Il est donc absolument essentiel que les **différentes aptitudes de chaque groupe soient toujours personnalisées au contexte et au thème de la session de formation au SpD**, par exemple, Sport pour la santé, Sport pour l'égalité de sexes, Sport pour la prévention de la violence ou Sport pour l'employabilité.

Le SpD a pour but d'**intégrer les aptitudes à la vie quotidienne dans les entraînements** de manière à permettre aux jeunes participant-es de les intégrer et de les transférer dans leur vie quotidienne. De nombreuses compétences peuvent être enseignées en utilisant le sport

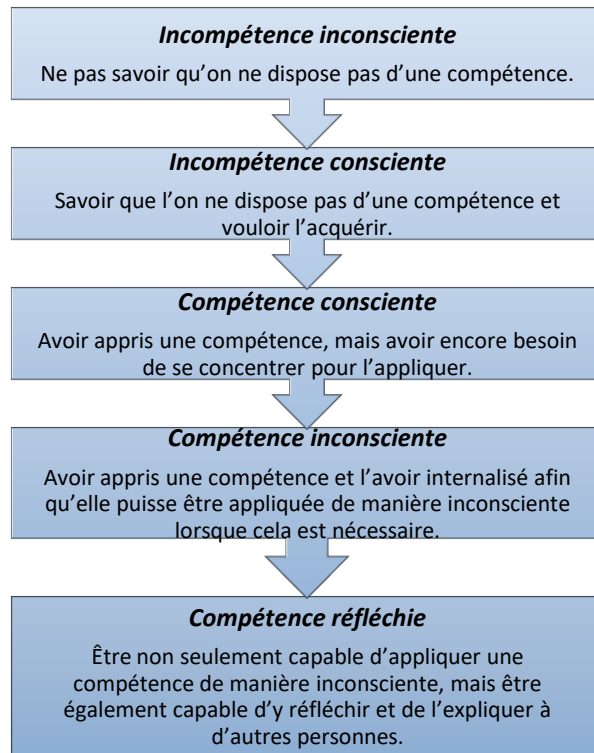
Le SpD a pour but d'**intégrer les aptitudes à la vie quotidienne dans les entraînements** de manière à permettre aux jeunes participant-es de les intégrer et de les transférer dans leur vie quotidienne. De nombreuses compétences peuvent être enseignées en utilisant le sport

Perception de soi	Confiance	Motivation	Responsabilités	Résilience	Discipline	Résolution des conflits
Orientation aux objectifs	Adaptabilité	Créativité	Empathie	Solidarité	Coopération	Respect et tolérance
	Fair-play et égalité	Communication	Pensée critique	Compétences décisionnelles	Résolution de problèmes	

comme outil. Il s'agit notamment des compétences suivantes:

Pour que les (jeunes) participant-es puissent acquérir des aptitudes à la vie quotidienne dans le cadre d'activités de SpD, il est important de prendre conscience du processus qui se produit lors de l'acquisition de ces compétences. Les différentes compétences personnelles, sociales et méthodologiques doivent être enseignées de manière répétée et cohérente afin que les participant-es les assimilent au fil du temps et puissent passer d'une incompétence inconsciente à une compétence réfléchie.

Comme nous l'avons mentionné auparavant, les cadres de compétences doivent être personnalisés en fonction de thèmes et de contextes précis. Un exemple utile de ce à quoi peut ressembler un tel groupe de compétences associées à un thème est disponible sur le site *Sport for Development Resource Toolkit*, rubrique: [Topic Collection – Sport for Employability – Competences – Competences Children and Youth](#).



Quelques exemples détaillés d'aptitudes à la vie quotidienne associées au SpD (par opposition aux aptitudes à la vie quotidienne associées à un thème) enseignées lors d'un entraînement axé sur le Sport pour l'employabilité figurent dans le tableau ci-dessous. Ces exemples sont uniquement représentatifs et n'offrent aucunement une vision complète. Les cadres de compétences complets sont disponibles en suivant le lien ci-dessus.

		Aptitudes à la vie quotidienne que les enfants et les jeunes acquièrent avec le SpD	Aptitudes à la vie quotidienne que les enfants et les jeunes acquièrent avec le Sport pour l'employabilité
Compétences personnelles	Estime de soi et confiance	... connaître ses capacités et ses compétences et qualités	... avoir confiance en sa capacité à prendre des décisions (courageuses) (par exemple, pour postuler à un emploi)
	Compétences sociales	Respect, fair-play et tolérance	... être tolérant-e et apprécier la diversité
		Prise de décision	... évaluer une situation donnée et choisir un plan d'action approprié