

Le yoga dans l'éducation

Enquête 2018-2019

Le RYE a reçu l'agrément du ministère de l'Éducation nationale au titre des associations éducatives complémentaires de l'enseignement public (arrêté du 4-7-2013, renouvelé en 2018)



Une forte implication dans le projet du RYE



Des adhérents toujours très mobilisés : 325 personnes ont répondu, soit quasiment la moitié des adhérents de l'association : environ 670 en septembre 2019

À noter que cette enquête est également diffusée via le site et la page Facebook du RYE et atteint donc une population plus large que celle des seuls adhérents de l'année.

Un champ d'action principal : l'établissement scolaire



93% des répondants interviennent au sein d'un établissement scolaire. Ce pourcentage reste stable par rapport aux années précédentes, et témoigne de l'ampleur de l'engagement des adhérents du RYE sur le terrain de l'école.

Une grande stabilité dans la répartition des interventions

Toujours une prédominance des interventions dans le 1^{er} degré : 62% (71% en 2017-2018)

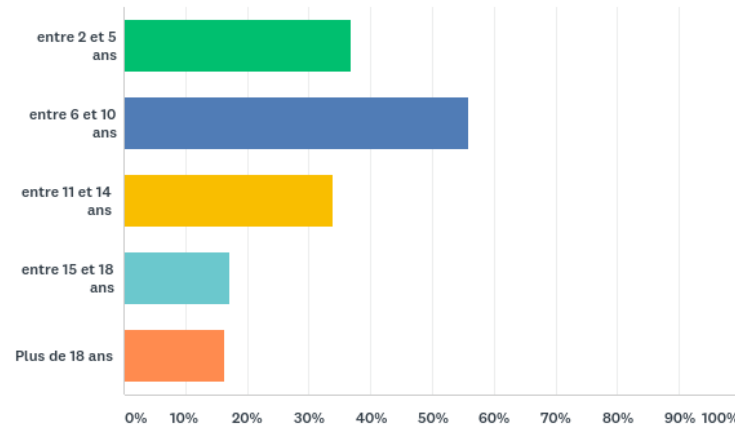
Un léger rééquilibrage en faveur sur 2^d degré : 46% (42% en 2017-2018)

Des techniques RYE toujours très présentes au sein de la classe : 73% (74% en 2017-2018) puis dans les ateliers périscolaires : 39% (35% 2017-2018)

Des techniques RYE largement proposées hors établissements scolaires (65% des répondants)

3% seulement des interventions en établissements scolaires concernent l'enseignement supérieur tandis que les plus de 18 ans sont ici davantage ciblés.

Q3 Si vous avez utilisé les techniques de yoga (TYE) / de relaxation (TRE) dans l'éducation hors établissement scolaire, votre public avait :



Le yoga dans l'éducation s'adapte à des contextes et dispositifs très variés



Très souvent dans le cadre des dispositifs d'aide aux élèves : classe relais, séances d'accompagnement personnalisé.

Partout : dans différents lieux des établissements (CDI, salle dite « zen » du collège, etc.) mais aussi chez soi en famille (au jardin, dans la salle à manger...), et en ville (au conservatoire, en maison de retraite, etc.).

Cette année, des interventions croissantes auprès des relais d'assistants maternels, en crèche.

Toujours lors d'évènements propres à faire découvrir les techniques de yoga dans l'éducation (journée santé et bien-être, journée de mobilisation sur la santé et la nutrition, etc.).

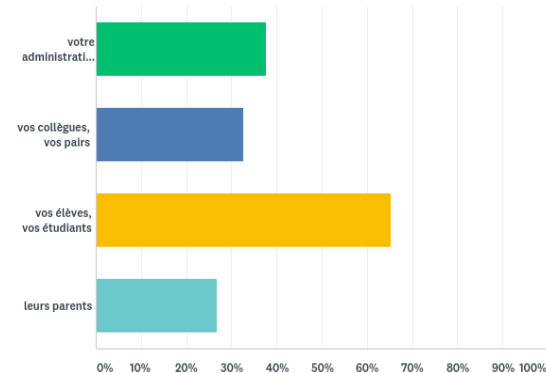
Idéalement, intégré dans les projets d'établissement : *« Le développement des compétences psycho-affectives de nos élèves est au cœur de notre projet d'établissement ».*

85% des répondants disent qu'ils ont été soutenus dans leurs actions

C'est beaucoup et un peu plus que l'an passé (87%) et les élèves sont toujours les 1^{ers} « supporters »

Le soutien de l'administration
vient en 2^e position et reste
notable et stable, juste avant celui
des « pairs » - collègues enseignants,
animateurs, professeurs de yoga,
etc. - et celui des parents.

Q6 Dans l'ensemble de vos actions, vos appuis reposaient surtout sur :



Nous avons organisé une commission de yoga enfants et nous nous réunissons 2 fois par an pour échanger nos outils de travail et nos pratiques

Les élèves d'une de mes classes de cinquième ont été très demandeurs de séances. C'était la 1^{re} année où ces remerciements et demandes ont été formulés, alors que je dispense de petits exercices depuis plusieurs années. Ce premier retour a été extrêmement motivant pour continuer de plus belle !

Ma proviseur et gestionnaire ont validé l'achat de tapis de yoga, mes collègues m'ont encouragé dans cette voie.

Pour les parents l'appui est venu en fin d'année lors du conseil de classe de seconde du troisième trimestre lors duquel le parent correspondant (porte-parole des parents) m'a personnellement remerciée, devant la direction, pour les séances de relaxation, très bénéfiques pour les élèves. L'élève déléguée de la classe est également venue me remercier

J'ai eu l'appui de mon administration car ils m'ont financé le TYE intégralement, de mes collègues enseignants pour me laisser des créneaux horaires (je suis Atsem) et des élèves puisqu'ils étaient très demandeurs.

Petites bulles positives

Soutien de la Proviseure pour la reconduction de deux ateliers de 30 minutes le mardi et le jeudi sur la pause méridienne. Engouement des élèves pour la pratique ponctuelle de quelques techniques durant des cycles d'EPS.

1/ soutien de la structure associative au niveau logistique (locaux, organisation administrative, volonté de développer l'activité) 2/ soutien de la part des professeurs de yoga pour adultes 3/ appui des élèves qui demandent l'ouverture d'un cours pour ados 4/ appui de leurs parents qui ont envie de pratiquer eux aussi le yoga

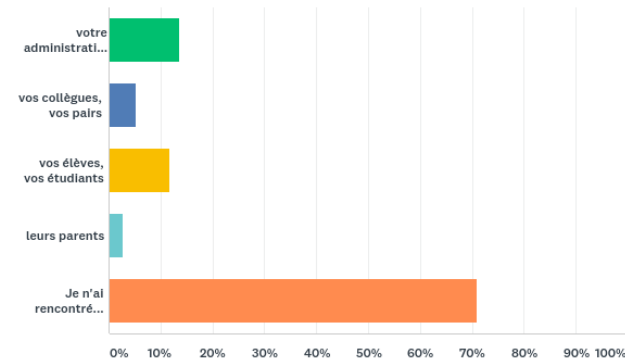
Aucun obstacle pour 71% des répondants

C'est un pourcentage élevé, en légère progression (69% l'an passé mais encore 56% en 2015-16), qui ne doit certes pas occulter les difficultés exprimées mais nourrir notre confiance.

Le yoga est bien mieux accepté par l'institution, les obstacles qui lui sont liés ne sont mentionnés que dans 14% des cas.

Les obstacles liés aux collègues et aux parents ne sont mentionnés que dans des situations marginales (respectivement 5% et 3% des cas)

Q7 Dans l'ensemble de vos actions, les difficultés que vous avez rencontrées venaient surtout de :



Les difficultés rencontrées sont souvent d'ordre matériel et/ou institutionnel

Manque de financement, manque de salles adaptées, lourdeur des démarches administratives...

Il est nécessaire d'expliquer, d'inviter aux séances et de montrer que les programmes sont bien intégrés au cœur des projets de yoga dans l'éducation

À consulter pour vous aider à monter vos projets:

<https://www.rye-yoga.fr/projet-pour-les-eleves/>

N'hésitez pas à partager avec nous vos informations pratiques pour enrichir cette page ! (envoyer un message à Véronique Mainguy, via la messagerie du site)

Un témoignage dans le 1^{er} degré où une demande d'agrément personnelle est nécessaire pour toute intervenant extérieur

« Nous avons beaucoup échangé par mail et une conseillère pédagogique de circonscription (CPC) s'est rendue sur place pour vérifier la qualité de ma pratique. Malgré l'agrément donné par le ministère de l'Éducation nationale au RYE, les choses n'ont pas été facile à prouver. À ce jour, j'ai obtenu un agrément de la circonscription de

X renouvelable 3 ans. »

Les difficultés rencontrées tiennent très peu aux réticences des interlocuteurs

Réticences d'ordre religieux de la part de parents (2 réponses)

Réticence par rapport à l'emploi du mot yoga, remplacé par « temps calme » (1 réponse)

Réticences liées à l'utilité de l'activité : cours de français, maths... plus utiles (2 réponses)

Les difficultés expriment bien plus souvent le désarroi face à des élèves agités, peu respectueux des règles etc. ce qui, a contrario, doit nous engager encore plus dans notre action tout en développant nos capacités à faire face au stress et à l'agitation par une pratique personnelle régulière du yoga et de la relaxation.

À noter, la création d'un stage « animation de groupe » (diapo n°15)

Presque 50% des répondants ont transmis des techniques RYE à des adultes, et ce désir de partager va croissant (34% l'an passé) !



Ce partage se fait le plus souvent de manière informelle (65 % des cas).

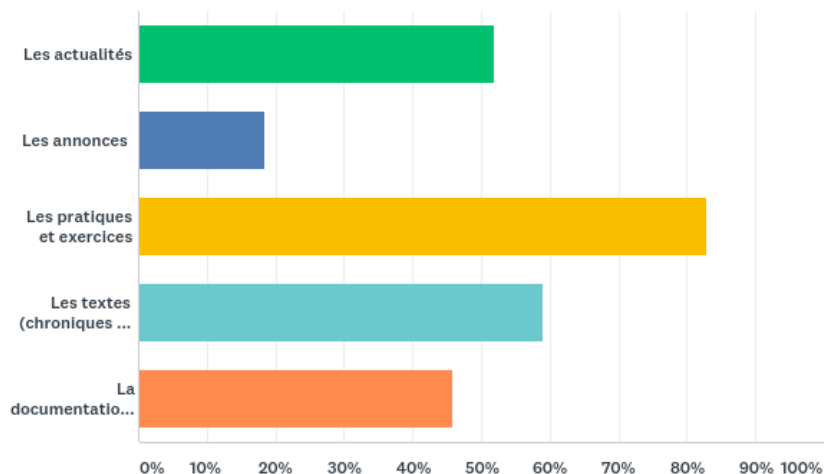
Moins de 20% des répondants sont intervenus dans la formation d'enseignants et personnels d'établissements scolaires, plus souvent en formation continue qu'en formation initiale.

Investir davantage les dispositifs de formation des adultes est donc un axe de progrès pour l'année à venir.

À noter, la création d'un module dédié aux interventions en milieu scolaire (diapo n°15)

Un site régulièrement fréquenté avec 47% d'utilisateurs réguliers / très réguliers majoritairement intéressés par les ressources pédagogiques

Q10 Sur le site, ce qui vous intéresse particulièrement, ce sont :



Une volonté d'être en réseau et d'échanger

De très nombreuses suggestions en témoignent :

Groupes de rencontres "académiques", mise en réseau des anciens certifiés, instauration de temps d'échanges virtuels sur des thématiques précises, groupe d'entraide et d'échanges d'expériences, etc.

Près de 60% des répondants sont intéressés par la création de groupes de discussion sur Facebook

Une volonté de continuer à se former dans le cadre de stages thématiques



Soucieux d'être à l'écoute des besoins exprimés par ses adhérents sur le terrain de l'éducation, le RYE propose désormais des stages de formation continue, ouvert à tous ceux qui ont achevé leur formation

Un stage « animation de groupe »

Un stage « yoga et EPS »

Il a mis en place un module de formation d'intervenants en milieu scolaire prioritairement ouvert aux personnes de l'Éducation nationale et de l'enseignement privé sous contrat.