

## Journée Jean Zoro 2026

# L'EPS entre santé, bien-être... et « bien-devenir »

Bobigny, samedi 10 octobre 2026

S'il est une réalité qu'il devient aujourd'hui difficile d'ignorer, c'est bien la place singulière que la santé occupe désormais dans nos sociétés, et la façon dont elle s'est imposée, en quelques décennies, comme une question centrale du débat public.

Lutte contre la sédentarité, promotion de l'activité physique, développement du sport-santé, attention portée à la santé mentale et, plus largement, au bien-être : rarement, dans notre histoire récente, les questions du corps, des modes de vie et de la qualité de vie n'auront occupé une telle place, tant dans les préoccupations quotidiennes que dans les discours politiques. Cette évolution ne relève pourtant pas d'un simple intérêt passager : elle repose sur des réalités documentées, dont l'ampleur mérite d'être rappelée<sup>1</sup>. Évidemment, l'École n'échappe pas à cette évolution ; l'EPS moins encore.

Or ce qui se transforme aujourd'hui n'est pas seulement l'importance accordée à la santé : c'est la manière même de la définir<sup>2</sup>.

Comme le montrent Isabelle Joing et Clément Llana dans un remarquable ouvrage collectif<sup>3</sup>, « *longtemps restée assez figée autour d'une définition biomédicale du sujet, l'éducation physique s'est progressivement ouverte à des conceptions plus subjectives et multidimensionnelles de la santé, jusqu'à intégrer explicitement le bien-être dans ses finalités.* » Le déplacement est considérable<sup>4</sup>.

Cette aspiration est aujourd'hui largement partagée. Se sentir bien dans son établissement, dans sa classe, dans son corps, avec les autres : le bien-être est devenu, pour reprendre les mots mêmes d'I. Joing et de C. Llana, « *une visée légitime et peu contestable* »<sup>5</sup>. En effet, qui pourrait raisonnablement s'y opposer ?

Et pourtant, les mêmes auteurs soulignent le risque d'une *injonction supplémentaire*, celle d'aller bien, de se sentir bien, de gérer soi-même des difficultés dont l'origine déborde en réalité largement la seule sphère individuelle<sup>6</sup>.

De son côté, le philosophe André Comte-Sponville, sans jamais minimiser l'importance de la santé (qu'il reconnaît comme « *le bien le plus important – puisqu'elle est la condition de tous* »<sup>7</sup>), nous met en garde contre ce qu'il nomme le *panmédicalisme*, cette tendance contemporaine à « *faire de la santé la valeur suprême* »<sup>8</sup> et à lui subordonner toutes les autres dimensions de l'existence.

La distinction qu'il propose me paraît féconde : la santé est un bien, non une valeur – « *Pas un but, un moyen. Pas une victoire, une force* »<sup>9</sup>. Elle rend la vie possible ; elle ne dit pas ce qu'il convient d'en faire.

Pour comprendre d'où vient ce déplacement, le détour par l'histoire est toujours précieux.

En 1999, Georges Vigarello montrait déjà que les pratiques sanitaires, longtemps défensives, avaient changé de nature : « *au classique travail qui protège du mal s'ajoute un interminable et obscur travail qui quête le bien-être* »<sup>10</sup>. C'est dans ce mouvement qu'il repérait l'émergence d'une expression nouvelle, le *mieux-être*, porteuse de « *l'idée d'un corps susceptible de transformations sans fin* »<sup>11</sup>.

Son dernier ouvrage prolonge et confirme cette idée : bien-être et *mieux-être* sont devenus, écrit-il, des « *impératifs contemporains* »<sup>12</sup>.

Cette bascule, Gilles Lipovetsky en dresse l'anatomie dans *L'Odyssée de la surpuissance*.

Au cœur de la culture qu'il nomme *néonarcissique*, le « *mieux-être subjectif est devenu la finalité centrale de l'existence* »<sup>13</sup>, soutenu par une industrie mondiale dont les chiffres donnent le vertige. Mais il en pointe aussi la face d'ombre : l'autosurveillance, la culpabilité, l'anxiété, ce que les détracteurs du culte du corps qualifient de nouvelle *tyrannie*. Dès lors, le *mieux-être* comme libération peut, insensiblement, se retourner en servitude : c'est exactement ce que G. Vigarello avait pressenti plus de vingt-cinq ans plus tôt.

Une question émerge alors, qui n'est plus seulement sanitaire ni même sociale, mais proprement éducative : si le *mieux-être* devient l'horizon principal de nos existences, quelle place reste-t-il à l'effort, à l'exigence, à la confrontation avec la difficulté<sup>14</sup>, à tout ce qui permet de *grandir en humanité* ?

C'est précisément cette question que Philippe Meirieu a récemment travaillée.

L'éducation, rappelle-t-il, ne peut se réduire à la recherche d'un confort immédiat : « *pour grandir, il faut en rabattre* »<sup>15</sup>. D'où le déplacement qu'il propose, et que je crois utile à notre réflexion : « *La quête du Graal de l'éducation, ce n'est pas, ce ne peut pas être, le bien-être : c'est le bien-devenir* »<sup>16</sup>. Là où le bien-être interroge ce que l'on éprouve, le *bien-devenir* ouvre, naturellement, sur l'émancipation<sup>17,18</sup>.

Comment, dès lors, une discipline comme l'EPS peut-elle contribuer à la santé, au bien-être, au *mieux-être* des élèves sans renoncer à cette ambition fondamentale, celle de permettre aux jeunes, *non de devenir ce qu'ils·elles sont*, mais de *tenter d'être ce qu'ils·elles auront décidé de devenir* ? Vise-t-elle le bien-être immédiat, ou le *bien-devenir* ? Peut-elle articuler ses finalités scolaires avec les injonctions croissantes de santé publique, sans perdre ni sa spécificité éducative, ni son ambition culturelle, ni son horizon émancipateur ?<sup>19</sup>

Stéphane Sapin

Président de l'AE-EPS Paris-Île-de-France,  
Pour le groupe de pilotage régional

## Notes

1. Delandre, D. (dir.) (2025). *Rapport de la mission interministérielle Sport-Santé*. Rapport remis au Gouvernement le 7 avril 2025, Paris, Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative ; Ministère chargé de la Santé et de l'Accès aux soins.

Ce rapport va jusqu'à évoquer un « *tsunami d'inactivité physique et de sédentarité* » (p. 15). Il indique que 95 % des adultes français sont exposés à un risque de détérioration de leur santé lié à une activité physique insuffisante ou à une sédentarité excessive. La sédentarité serait responsable d'environ 51 000 décès prématurés chaque année, tandis que le coût socio-économique de l'inactivité physique atteindrait près de 140 milliards d'euros.

Les jeunes ne sont pas davantage épargnés : la France n'occupe que le 119<sup>e</sup> rang mondial sur 146 pays concernant le respect des recommandations d'activité physique chez les 11-17 ans, tandis que deux adolescent·es sur trois présentent déjà un risque sanitaire préoccupant.

Face à ces constats, les politiques publiques ont progressivement fait de l'activité physique un levier privilégié de prévention. Celle-ci n'est plus seulement envisagée comme une pratique culturelle, sportive ou de loisir. Elle est désormais présentée (et parfois prescrite) comme une réponse à des enjeux qui débordent largement le seul champ médical ; des enjeux sociaux, éducatifs et économiques de grande ampleur.

2. Adoptée en 1946, la définition de l'OMS fait encore référence : « *La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité.* » En plaçant le bien-être au cœur de la santé, elle marque une étape décisive, ouvrant la voie à une conception plus large que la seule absence de maladie.

Pour autant, c'est le qualificatif de « *complet* » qui, surtout, fait débat. André Comte-Sponville, notamment, y voit un idéal si exigeant que nul, ou presque, ne l'atteindrait jamais : « *il y a toujours quelque pièce qui va de travers* », rappelle-t-il après Montaigne, dans son *Dictionnaire philosophique* (3<sup>e</sup> éd. revue et augmentée, coll. « Quadrige », entrée « Santé », Paris, PUF, 2021, p. 1169).

3. Joing, I. & Llana, C. (dir.) (2025). *Le bien-être en EPS et dans les pratiques physiques, sportives et artistiques*, Montpellier, AFRAPS.

4. Cette évolution trouve un écho explicite dans les textes les plus récents. Les nouveaux programmes du cycle 3 précisent que l'EPS « offre une variété d'expériences motrices qui permet à chaque élève de se découvrir et de s'épanouir », qu'elle « promeut le bien-être physique, moral et social » et participe au développement du « capital santé » des élèves. Le projet de programmes du cycle 4 va dans le même sens. L'EPS y « garantit une activité physique régulière, source de bien-être » et « permet [...] de renforcer le plaisir d'agir et d'apprendre ». La santé est d'ailleurs l'un des cinq objectifs généraux qui servent le « développement harmonieux de l'élève » : « préserver et améliorer sa santé par une pratique physique régulière », « sensibiliser l'élève aux effets de la pratique physique sur sa santé et au sentiment de bien-être qui y est associé ».
5. Joing, I. & Llana, C. (2025). « Introduction générale », *op. cit.*, p. 8.
6. I. Joing et C. Llana soulignent que certains chercheurs craignent que le bien-être ne devienne « une injonction supplémentaire imposée aux élèves et aux enseignants, déjà soumis à de nombreuses attentes », risquant ainsi de « rendre malheureux et conscients de leur difficulté à atteindre cet état ceux qui n'y parviennent pas » (*op. cit.*, p. 8).
7. Comte-Sponville, A. (2021). *Dictionnaire philosophique*, *op. cit.*, p. 1169.
8. Comte-Sponville, A. (2023). « À propos d'une pandémie (brèves réflexions d'un philosophe père de famille) », *La clé des champs et autres impromptus*, Paris, PUF, p. 110.  
Le philosophe prolonge ailleurs cette réflexion sur le renversement opéré par le *panmédecinisme* : « "J'ai décidé d'être heureux, disait Voltaire, parce que c'est bon pour la santé." La boutade va loin. Le jour où le bonheur n'est plus qu'un moyen pour cette fin ultime que serait la santé, on assiste à un renversement complet par rapport à vingt-cinq siècles de civilisation, qui considéraient, à l'inverse, que la santé n'était qu'un moyen, certes particulièrement précieux, pour cette fin qu'était le bonheur. » (*Le goût de vivre et cent autres propos*, Paris, Albin Michel, 2010, pp. 381-382).
9. *Dictionnaire philosophique*, *op. cit.*, p. 1169.
10. Vigarello, G. (1999). *Histoire des pratiques de santé. Le sain et le malsain depuis le Moyen Âge*, Paris, Seuil, p. 303.
11. « L'attente du "mieux-être", renforcée aujourd'hui par les pratiques consommatoires et les inquiétudes sécuritaires, prolonge cette image d'une santé indéfiniment perfectible. Elle installe, sans que la conscience en soit toujours bien claire, l'idée d'un corps susceptible de transformations sans fin. » Vigarello, G. (1999), *ibid.*, p. 332.
12. Vigarello, G. (2026). *Les Logiques du corps. Une autre manière de penser le temps*, Paris, Seuil, coll. « L'Univers historique », p. 291.
13. Lipovetsky, G. (2026). *L'Odyssée de la surpuissance. Hyperpouvoir et fragilité*, Paris, Odile Jacob, p. 341.  
Selon le *Global Wellness Institute* qu'il cite (p. 345), l'univers du bien-être générerait, en 2022, pas moins de 4 400 milliards de dollars à l'échelle mondiale !
14. Dans son dernier livre, Teddy Mayeko prend le contre-pied d'une société du loisir et de la consommation qui assimile la liberté à l'absence de contrainte : « L'effort est une affaire de liberté. Or, la liberté n'est pas l'anéantissement de la contrainte. Cette idée fautive [...] fait le jeu d'un nivellement entre le plaisir d'un côté et l'effort de l'autre. » (*Le goût de l'effort. Cette chose essentielle avec laquelle il nous faut renouer*, Paris, L'Harmattan, coll. « Logiques sociales », 2025, p. 12).
15. Meirieu, Ph. (2025). « Pourquoi il faut rompre avec l'idéologie du bien-être en éducation », *Recherches en éducation*, n°57 (janvier), p. 8.
16. Meirieu, Ph. (2025), *op. cit.*, p. 9.
17. G. Vigarello inscrit l'ensemble de l'histoire du corps occidental dans ce qu'il nomme « l'archéologie de notre liberté » (*Les Logiques du corps*, *op. cit.*, p. 287), celle d'un Occident porté par « l'autonomisation inscrite dans le corps lui-même » (p. 291). L'émancipation y est entendue au sens anthropologique (la lente conquête de l'autonomie du sujet) et non au sens éducatif que lui donne Ph. Meirieu. Mais le rapprochement n'est pas fortuit : il rappelle qu'elle ne se construit ni contre le corps ni à côté de lui, mais en lui. Ce qui ne saurait être indifférent à notre discipline, qui fait de l'activité corporelle – la *corporéité* – son objet même.
18. « Sur le plan éducatif et si l'on cherche ce que pourrait être une éducation authentiquement émancipatrice, on pourrait dire, en première approximation, que c'est permettre à chacun et chacune de se dépasser. » Meirieu, Ph. (2021), *Dictionnaire inattendu de pédagogie*, entrée « Émancipation », document numérique complémentaire, Paris, ESF Sciences humaines, p. 2.
19. La question des savoirs (de leur *savoir* et de leur portée émancipatrice) sera le fil conducteur du cycle de *Bistrotts pédagogiques* que nous organisons de septembre 2026 à février 2027, intitulé : *Quels savoirs nécessaires à l'éducation du futur ?* (vous y aurez peut-être reconnu notre hommage à l'immense Edgar Morin, auteur en 2000 du livre *Les sept savoirs nécessaires à l'éducation du futur*, publié au Seuil).