

« L'école bouge » : un bilan après 3 ans d'existence dans les cantons de Neuchâtel et Vaud

Mathieu von Wyss
Jérôme Barral
Vanessa Lentillon-Kaestner

*Institut des Sciences du Sport et de
l'Education Physique (ISSEP)
Université de Lausanne*

« L'école bouge », c'est quoi ?

Le programme « l'école bouge », initié par l'Office Fédéral des Sports (OFSP), fonctionne depuis janvier 2005. Celui-ci vise à promouvoir l'activité physique dans les classes de tous les degrés scolaires en Suisse. Il propose des modules thématiques qui encouragent les enfants à effectuer tous les jours 20 minutes au moins d'activités physiques. Par ailleurs, les enseignants peuvent développer et/ou proposer des idées d'ateliers nouveaux.

Les sciences du sport de Lausanne en font le bilan

L'Institut des Sciences du Sport et de l'Education Physique (ISSEP) de l'Université de Lausanne a dressé un bilan du programme « l'école bouge » pour deux cantons romands. L'étude a eu lieu entre les mois de mars et juin 2008. Un questionnaire a été envoyé à 372 responsables de classe, 311 dans les établissements vaudois (VD) et 61 dans ceux du canton de Neuchâtel (NE). Un total de 204 questionnaires (55%) a été retourné et analysé (61% pour NE et 53% pour VD).

Qui participe à « l'école bouge » ?

Les établissements sont relativement bien répartis dans les zones urbaines (47%) et rurales (53%). L'âge des responsables de classe s'étend de 23 à 62 ans. Les hommes sont particulièrement minoritaires (10%) conformément aux chiffres publiés par l'Office Fédéral de la Statistique. Sur l'échantillon total, 44% déclarent ne plus participer

à « l'école bouge », 24% y prennent part pour la première fois et 32% ont déjà fait plusieurs modules. La répartition des degrés scolaires des classes participantes est très inégale avec une forte participation des classes primaires (voir Tableau I).

	Ecoles enfantines	Etablissements primaires	Ecoles secondaires I et II	Etablissements spécialisés
NE	5%	81%	11%	3%
VD	24%	73%	2%	1%

Tableau I : La participation à « l'école bouge » en fonction du degré scolaire et du canton (en %).

Nous avons également noté que le programme « l'école bouge » attire un grand nombre d'enseignants qui ont de l'intérêt pour les activités sportives régulières. En effet, la proportion de personnes considérées comme « entraînées »¹ est de 40%, ce chiffre étant légèrement supérieur aux données récentes de la population suisse (27%²).

Quelles sont les motivations à participer ?

Les collègues de travail sont la première source d'influence pour l'inscription à « l'école bouge » (30%), viennent ensuite les animateurs pédagogiques (20%), les directions d'établissements (14%) et le service cantonal des sports (14%) (autres, 22%). Les influences des animateurs pédagogiques atteignent en réalité 24% pour le canton de Vaud étant donné que ce poste n'existe pas dans celui de Neuchâtel. De plus, 45% des personnes interrogées disent avoir commencé « l'école bouge » de manière individuelle contre 55% qui ont initié ce programme en collaboration avec un ou plusieurs collègues.

L'état de santé des élèves n'inquiète pas véritablement les enseignants qui sont – ou ont été – inscrits à « l'école bouge ». Au total, 88% d'entre eux trouvent que leurs élèves sont en bonne – voire en très bonne – santé. L'attrait au programme est avant tout pour faire bouger les élèves (52%), un quart des participants déclare qu'il y voit un moyen de découvrir une nouvelle expérience (attrait de la nouveauté), 11% sont attirés par l'idée de sortir quotidiennement de la classe et le reste (11%) évoque entre autres la possibilité de développer la coopération et créer une dynamique de classe positive.

¹ pratiquant plus de 2 fois par semaine une activité physique qui essouffle et fait transpirer.

² Office Fédérale de la Statistique (2004). Enquête suisse sur la santé 2002 : Neuchâtel.

Est-ce difficile de s'inscrire à « l'école bouge » ?

La procédure d'inscription ne représente aucune difficulté, 84% trouvent cette procédure facile, voire très facile, les autres ont bénéficié de l'aide d'un collègue ou d'un membre de leur famille.

Les idées d'activités sont-elles suffisantes ?

Dans notre échantillon, 58% des responsables de classe certifient ne pas avoir eu besoin d'informations supplémentaires pour animer les activités. Les 42% restant reconnaissent avoir effectué des recherches supplémentaires qui ont abouti avec succès. Les sources de documentation sont le site de « l'école bouge », les collègues, les brochures, et les animateurs pédagogiques.

Le matériel est-il adapté ?

Le matériel mis à disposition dans le cadre du programme est jugé indispensable pour 29% des responsables de classe ou simplement utile pour 53%. Il est important de noter que dans le canton de Neuchâtel, 30% des inscrits ignoraient qu'ils allaient recevoir des documents et du matériel, cette proportion atteint 11% dans le canton de Vaud.

« Dans le canton de Neuchâtel, 30% des participants inscrits ignoraient qu'ils allaient recevoir des documents et du matériel »

De plus, un tiers des participants déclare avoir investi personnellement dans du matériel supplémentaire pour développer leurs activités.

Le programme « l'école bouge » est-il bénéfique ?

D'une manière générale, l'expérience vécue par les responsables de classe est positive et correspond aux attentes (92%) et une très large majorité est prête à recommencer (93%), y compris ceux n'étant plus inscrits au programme au moment de l'étude.

« L'absence de réinscription au programme n'est pas définitive. »

Les effets du programme « l'école bouge » sont globalement perçus comme positifs sur la pratique d'activités physiques des élèves (voir Tableau II).

Un effet important	Un effet moyen	Peu ou pas d'effet
28 %	45 %	27 %

Tableau II : Quel est l'effet de "l'école bouge" sur l'activité physique de vos élèves ?

Enfin, 86% des personnes interrogées pensent qu'effectuer le programme aux 1^{er} et 2^{ème} trimestres favorise la « cohésion du groupe ». Par ailleurs, 71% déclarent avoir ressenti des bénéfices sur les relations que les enfants entretiennent entre eux.

Ce programme perturbe-t-il les cours ?

Un peu plus d'un tiers des responsables de classe (35%) trouve que le programme perturbe leur enseignement (moyennement à beaucoup).

Par ailleurs, une analyse de corrélation nous révèle que plus les enseignants perçoivent que « l'école bouge » est bénéfique pour la pratique d'activités physiques de leurs élèves, moins ils déclarent que le programme perturbe leur enseignement scolaire.

« Il est plus facile de découper les 20 minutes quotidiennes en plusieurs tranches »

En termes de faisabilité, 34% ne font pas quotidiennement les 20 minutes. Parmi ceux qui déclarent les réaliser, 54% les découpent par tranches et 38% les font en une fois.

Les activités sont faites principalement à l'extérieur (70%). Pour 62% des enseignants, plus de la moitié des enfants apprécient ces moments d'activités physiques.

Les causes d'abandon du programme

Les raisons de l'abandon en lien direct avec le programme sont le manque de temps (32%), un engagement dans d'autres projets sportifs ou culturels (24%), un manque de motivation (8%) et un manque d'idées à développer (2%). Des raisons plus éloignées sont évoquées pour 31% tels que les changements dans le taux d'enseignement, un changement de collègue, le manque de place. La moitié (48%) des classes non-réinscrites reconnaît ne plus faire d'activités régulières avec leurs élèves, 21% affirment conserver 1 à 2 fois par semaine des plages pour faire bouger leurs élèves et 16% conservent des activités un jour sur deux. Enfin, 15% des classes ont maintenu une activité quasi quotidienne.

Conclusions

Grâce au taux élevé de réponses, nous remarquons que les responsables de classe qui participent - ou ont participé - au programme « l'école bouge » se sentent très concernés par son évolution. Cette étude révèle que les enseignants de tout âge sont attirés par ce programme, avec une proportion importante de personnes sportives. De plus les classes enfantines et primaires sont les plus nombreuses à participer (95%). L'étude montre également qu'une collaboration inter-classes semble être un facteur de motivation important pour plus de la moitié des personnes interrogées. Les relations entre collègues représentent donc un facteur important pour la réussite de « l'école bouge » et le bouche à oreille un bon vecteur d'information. Par ailleurs, l'engagement au programme est apprécié en tant que facteur d'amélioration de la qualité des relations entre les élèves et entre les classes.

Bien que toutes les personnes qui se sont inscrites depuis 2005 gardent un excellent souvenir de la période d'activités avec les élèves, nous avons pu mettre en évidence certaines critiques évoquées par les enseignants : le manque de place, le manque de temps, la difficulté d'insérer les 20 minutes journalières dans le programme scolaire, la sollicitation et l'intérêt pour d'autres projets. Le fractionnement des 20 minutes quotidiennes est une solution qui a été adoptée par la moitié des classes participantes. Quelles que soient les raisons d'abandon du programme, les classes qui ne participent plus ont très largement abandonné les activités quotidiennes, excepté pour 15% qui poursuivent une pratique quotidienne suffisante.

Nous pouvons donc en conclure que le programme « l'école bouge » reste un soutien important pour maintenir un rythme régulier d'activités physiques dans les classes.

Améliorations suggérées au programme « l'école bouge »

- Créer/répertorier des projets d'établissements
- Créer des modules « défi/rencontre » entre les classes
- Améliorer la communication concernant le matériel mis à disposition par le programme
- Proposer une planification fractionnée des 20 minutes d'activités
- Recontacter les anciens participants

Remerciements

Nous remercions très chaleureusement :

- *Patricia Steinmann* pour sa très grande disponibilité et les précieuses informations fournies pour réaliser cette étude.

- *Stefan Wyss* pour son accueil, ses encouragements et commentaires.

- *Claudine Borlat* pour les informations les informations concernant les actions menées par le Service de l'Education Physique et du Sport du canton de Vaud.

- *Jean-François Junod* pour les détails concernant les actions réalisées par le Service Cantonal des Sports de Neuchâtel.

Contact : Jérôme Barral. Institut des Sciences du Sport
et de l'Education Physique – Université de Lausanne
Bâtiments administratifs de Vidy 1015 Lausanne.
Tel : 021 692 36 19 ; Email : jerome.barral@unil.ch
