



18.01.2010

l'école bouge: rapport annuel de l'année scolaire 2008/2009

1. Faits et chiffres

L'école bouge s'adresse à toutes les écoles de Suisse et du Liechtenstein, publiques ou privées, et à toutes les classes de tous les degrés scolaires. Depuis son lancement en 2005, le programme n'a cessé de se développer et intéresse, grâce à la qualité des prestations fournies par l'Office fédéral du sport et les partenaires de l'école bouge (Rivella, bpa, Sport Heart et Réseau suisse éducation+santé), un nombre de classes en constante augmentation.

Questionnaire

Toutes les classes qui ont participé à l'école bouge ont été invitées à remplir un questionnaire d'évaluation. Pour l'année scolaire 08/09, 746 enseignants y ont répondu, soit 26,7% de moins qu'en 2007/2008: un taux de réponse peu satisfaisant comparé aux années précédentes. Il est vrai que dans bon nombre d'écoles, le rôle d'interlocuteur est souvent dévolu à un seul enseignant, chargé de remplir le questionnaire pour toutes les classes de l'établissement; dans ce cas, le taux de réponse est faussé. Il faudrait en outre analyser si les enseignants qui participent pour la *nième* fois à l'école bouge ne ressentent pas une certaine « lassitude » à remplir le questionnaire. Ces deux facteurs seront à prendre en compte lors de la conception des prochains questionnaires. Il convient en outre de signaler que la révision complète du site Internet a limité ponctuellement les possibilités d'évaluation.

Classes inscrites pour l'année scolaire 2008/2009: 2794

2794 classes ont pratiqué de l'exercice physique chaque jour, pendant au moins un trimestre, dans le cadre de l'école bouge (90% aux degrés jardin d'enfant/primaire et 10% aux degrés secondaires I et II). Ce chiffre correspond à 5,7% de toutes les classes suisses. L'année précédente (2007/2008), 2554 classes avaient participé à l'école bouge.

Visites dans les écoles

Au total, l'école bouge a effectué 20 visites dans les classes durant l'année scolaire 2008/2009.

2. Efficacité du programme

Concernant les objectifs généraux de l'école bouge, l'évaluation a donné les résultats suivants:

- **71% des classes ont rempli le contrat jusqu'au bout**
Elles devaient pour ce faire effectuer au moins 20 minutes d'activité physique par jour. Le manque de temps a été le motif le plus souvent invoqué pour expliquer le non-respect des exigences, avec plus de 91%; les classes ont indiqué avoir pratiqué en moyenne à peine **18 minutes d'activité physique quotidienne**, ce qui peut être considéré comme un succès. Toutes classes confondues, les 20 minutes « réglementaires » d'activité physique sont donc presque atteintes.
- **87% des classes ont manifesté leur intention de continuer à bouger au terme du trimestre « contractuel ».**
Sur ce nombre, 94% envisagent de pratiquer une activité physique tous les jours pendant au moins 16 minutes.

- **85% des enseignants ont constaté que l'activité physique quotidienne avait des conséquences dans leurs classes.**

Effets positifs constatés (plusieurs réponses possibles):

Amélioration de la concentration	71%
Augmentation du plaisir à pratiquer des activités physiques et sportives	51%
Expériences positives	44%
Amélioration de l'ambiance de classe/de l'école	61%

Effets négatifs (plusieurs réponses possibles):

Agitation et distraction des élèves	20%
Retard sur le programme	9,4%

3. Mise en œuvre

90% des classes ont réalisé les modules pendant les leçons, 57% pendant les pauses.

26% ont pratiqué une partie des exercices physiques sur le chemin de l'école et 28 % sous forme de devoirs à domicile.

Comme pour les années précédentes, la grande majorité des enseignants (82%) a travaillé par classe dans le cadre de l'école bouge.

Initiative et motifs de participation

90% des classes se sont inscrites sur l'initiative des enseignants, 10% sur celle de la direction scolaire.

Evaluation des modules

Pour l'année scolaire 2008/2009, les classes ont eu le choix entre cinq modules d'activité physique et un module sur l'alimentation. Au total, les classes se sont inscrites à 6'719 modules d'activité physique et à 1'185 modules sur l'alimentation. Les classes ont appliqué le programme de l'école bouge pendant presque 2,5 trimestres en moyenne.

Les modules ont été notés comme suit (1 = très mauvais / 5 = excellent):

Module « Footbag »: (2'576 inscriptions)

Possibilités d'utilisation et qualité du jeu de cartes « Footbag »: 4,5

Malheureusement, de nombreuses classes (25%) ont critiqué la qualité des footbags.

Module « Pauses actives » (2'583 inscriptions)

Possibilités d'utilisation et qualité du jeu de cartes « Pauses actives »: 4,5

Module « Chemin de l'école » (710 inscriptions)

Possibilités d'utilisation et qualité du jeu de cartes « Chemin de l'école »: 4,1

Qualité du matériel de la safetybox: 4,5

L'investissement requis pour la réalisation des idées d'activités physiques dans la cour de récréation est jugé élevé.

Module « Frisbee » (423 inscriptions)

Possibilités d'utilisation et qualité du jeu de cartes « Frisbee »: 4,5

Malheureusement, de nombreuses classes (21%) ont critiqué la qualité des frisbees. En outre, de nombreux enseignants jugent l'investissement requis pour le module plutôt élevé, car une partie des exercices doit être réalisée à l'extérieur.

Module « Football+ » (427 inscriptions)

Possibilités d'utilisation du jeu de cartes « Football+ »: 4,5

Qualité des mini-ballons de foot: 4,1

Le module a plu aux élèves, mais les enseignants estiment qu'il est peu approprié pour une utilisation en salle de classe.

Module « Alimentation » (1'185 inscriptions)

95% des enseignants jugent la qualité du jeu de cartes « Alimentation » bonne, voire très bonne. Quand aux possibilités d'utilisation du jeu de cartes, 83% des enseignants estiment qu'elles sont bonnes.

Utilisation des conseils hebdomadaires

Depuis l'année scolaire 2007/2008, l'école bouge publie chaque semaine des idées d'activité physique sur son site Internet, sous la rubrique « Conseil hebdomadaire ». En 2008/2009, 24% des classes

ont utilisé cette offre ; parmi elles, 20% l'ont utilisée chaque semaine, 13% chaque mois, tandis que 69% ne l'appliquent que de manière irrégulière.

4. Commentaires généraux sur l'édition 2008/2009 de l'école bouge

Programme en général

« Je trouve les idées, les supports très bons. On peut les appliquer directement – ils demandent peu de temps de préparation, sont faciles à comprendre. Les élèves peuvent utiliser les cartes de manière autonome. »

« l'école bouge donne du « pep » à la journée scolaire. Et pas seulement aux élèves, mais aussi aux enseignants et à toute l'école. Simplement génial! »

« Nous avons créé une comédie musicale sur le thème de l'école en mouvement, et ce fut un succès !»

« On oublie vite de bouger – l'école bouge vient heureusement nous le rappeler.»

Répercussions de l'activité physique quotidienne

« Souvent, le temps manquait ... en plus de tout ce qu'il faut déjà faire chaque jour au jardin d'enfant... mais après les pauses en mouvement, les enfants étaient plus attentifs et participaient beaucoup mieux !»

Vœux et suggestions

« Cette année, le calendrier de l'Avent m'a manqué. J'ai investi beaucoup de temps et de travail pour en bricoler un moi-même, composé à partir d'idées de l'année précédente et des miennes. Je trouve le calendrier de l'Avent très utile et j'espère que l'école bouge en proposera un chaque année! »

« Les flèches du Dartfit se brisent facilement et le mur derrière la cible est abimé. C'est dommage. Il existe peut-être des cibles avec des balles Velcro? »

« Nous voudrions des conseils pour interrompre au mieux les enfants dans leur travail avant une pause en mouvement et faire en sorte qu'après, ils soient de nouveau concentrés pour se remettre au travail.»