

Evaluation de la transmission des compétences en matière d'alimentation et d'activité phy- sique à l'école - Rapport de recherche

**Institut pour le professionnalisme pédagogique
et la culture scolaire (IPS)**

**Gisela Meisen-Nussbaum, dipl. en sciences so-
ciales**

Professeur Annette Tettenborn Schärer

Stephan Zopfi, MSc

Haute école pédagogique de Suisse centrale

Haute école spécialisée de Lucerne

Mandat de



Evaluation de la transmission des compétences en matière d'alimentation et d'activité physique à l'école

Gisela Meisen-Nussbaum, dipl. en
sciences sociales
Professeur Annette Tettenborn Schärer
Stephan Zopfi, MSc

Mandat de
Promotion Santé Suisse

19 octobre 2012

Ce rapport doit être cité comme suit:
Meisen-Nussbaum, G., Tettenborn Schärer, A., Zopfi, S. 2012,
Evaluation de la transmission des compétences en matière d'alimentation
et d'activité physique à l'école. Rapport de recherche: Haute école péda-
gogique de Suisse centrale, Haute école spécialisée de Lucerne.

Table des matières

1	Résumé.....	5
2	Contexte de l'étude.....	12
3	Bases théoriques.....	13
	3.1 Situation des enseignants.....	13
	3.2 Promotion de la santé.....	14
4	Structure de l'étude.....	17
	4.1 Objet de l'enquête.....	17
	4.2 Déroulement de l'étude.....	18
5	Résultats.....	20
	5.1 Desk-research «étude fondamentale des conditions-cadres»	20
	5.1.1 <i>Alimentation et activité physique dans les plans d'études...</i>	20
	5.1.2 <i>Directives ou offres des différents cantons</i>	24
	5.1.3 <i>Plans d'études des hautes écoles pédagogiques</i>	25
	5.1.4 <i>Offres de formations continues dans les différents cantons</i>	27
	5.2 Interviews des enseignants	29
	5.2.1 <i>Perception des conditions-cadres et marges de manoeuvre</i>	29
	5.2.2 <i>Mise en pratique à l'école.....</i>	30
	5.2.3 <i>Compréhension de l'activité physique durant les cours</i>	31
	5.2.4 <i>Contenus transmis – Méthodes et matériel.....</i>	32
	5.2.5 <i>Potentiel d'impact des thèmes évalués</i>	33
	5.2.6 <i>Situation dans la classe et dans le foyer parental</i>	34
	5.2.7 <i>Souhaits et indications</i>	38
	5.3 Ateliers d'enfants	40
	5.3.1 <i>Saisie des connaissances concernant la collation du matin</i>	40
	5.3.2 <i>Saisie des souhaits concernant l'activité physique dans le</i>	
	<i>quotidien scolaire</i>	44
	5.4 Ateliers de parents.....	46
	5.4.1 <i>Soutien de l'activité physique pour les enfants.....</i>	47
	5.4.2 <i>Information sur l'alimentation pour les enfants.....</i>	48
	5.4.3 <i>Trouver un équilibre dans les questions d'alimentation.....</i>	49
	5.5 Résumé des résultats	51
6	Réflexion: remarques et recommandations	56
	6.1 Remarques critiques.....	56
	6.2 Recommandations centrales	59
7	Bibliographie.....	66
8	Appendice.....	69



Liste des illustrations

Figure 1: Facteurs d'influence	14
Figure 2: Paysage des hautes écoles pédagogiques	26
Figure 3: Estimation des enseignants concernant le plaisir de bouger; par classe	35
Figure 4: Estimation de l'enseignant concernant le poids; par classe	36
Figure 5: Questionnaire «Collation du matin»	40
Figure 6: Exemples de notes et dessins relevés lors des ateliers	45
Figure 7: Jeu de brainstorming proposé aux parents	46
Figure 8: Conseils de Suisse Balance pour des dix-heures et des goûters sains.....	58

Liste des tableaux

Tableau 1: Vue d'ensemble des formations continues proposées	28
Tableau 2: Analyse du questionnaire «Collation du matin» par classe	43

1 Résumé

L'acquisition de compétences dans les domaines de l'alimentation et de l'activité physique est un facteur essentiel pour le développement sain des enfants. Il existe aujourd'hui un grand nombre d'offres et de projets à ce sujet, grâce auxquels les thèmes de l'alimentation et de l'activité physique sont soumis aux écoles et aux enseignants. La présente évaluation permet de jeter un coup d'oeil dans les salles de classe de 20 enseignants de première et de quatrième années dans 10 écoles primaires situées dans les cantons de Berne, Lucerne, Neuchâtel, St-Gall et Valais, afin d'obtenir une vision concrète de la transmission des compétences en matière d'alimentation et d'activité physique dans les écoles primaires en Suisse romande et en Suisse alémanique.

La présente étude a été divisée en quatre phases afin que la transmission des compétences en matière d'alimentation et d'activité physique dans les écoles primaires suisses puisse être située et évaluée dans un contexte. La première phase était un travail de desk-research intégrant l'examen fondamental des conditions-cadres relatives aux directives, plans d'études, offres et formations initiales et continues. La deuxième phase de l'étude consistait à réaliser 20 interviews avec des enseignants pour obtenir un aperçu de la situation dans les écoles et de la manière dont ces thèmes sont appréhendés dans le quotidien scolaire. La troisième phase de l'étude a été consacrée à la réalisation de quatre ateliers d'enfants. Ces ateliers visaient un double objectif: relever les connaissances des enfants en matière d'alimentation et identifier leurs souhaits concernant l'activité physique dans le quotidien scolaire. Les attitudes et représentations des parents quant aux thèmes de l'alimentation et l'activité physique des enfants ont été recueillies lors de deux ateliers réalisés avec des parents d'élèves.

Les résultats de l'étude s'adressent en premier lieu à des organisations qui mandatent, planifient, implémentent ou soutiennent des projets portant sur l'alimentation et l'activité physique à l'école. Leur finalité est de susciter une réflexion sur la pratique actuelle en matière de diffusion des informations et sur les possibilités de l'optimiser. Ils doivent également inciter les responsables de l'enseignement primaire dans les cantons à modifier leur approche des thèmes «alimentation et activité physique». Ces résultats sont susceptibles, en outre, d'offrir aux directions des écoles et aux enseignants une aide utile pour instaurer des changements dans le quotidien scolaire.

Les résultats, focalisés sur quatre domaines thématiques, sont présentés ci-après. Les informations détaillées sur ces résultats figurent dans le chapitre Résultats.

Conditions-cadres et marges de manoeuvre

L'enseignement du sport est régi par des directives fédérales claires aux niveaux législatif et réglementaire, qui laissent aux cantons assez peu de marge de manoeuvre en matière de durée et de structure des cours¹. D'après les enseignants, les conditions et situations sont par contre très différentes dans les domaines thématiques «enseignement en mouvement» et «alimentation».

L'implémentation du thème «activité physique à l'école» ne fait guère l'objet de directives à l'intention des enseignants, et lorsque des propositions existent, elles ne sont pas connues de tous les enseignants ou ne sont pas appliquées par tous. C'est le cas de «l'école bouge» de l'OFSP² dans les cantons de Berne et Lucerne. Le thème de l'alimentation est inclus dans les matières «L'homme et son environnement» (Mensch und Umwelt), «Nature, Être, Environnement» (Natur-Mensch-Mitwelt) ou «Corps et mouvement» (Körper und Bewegung) des programmes d'enseignement. L'on peut constater, dans ces programmes, que les définitions des objectifs sont rédigées de façon moins précise et plus générale que dans les plans d'études relatifs à l'enseignement du sport. Seule une minorité des enseignants en connaissait le contenu précis, et en Suisse romande, aucun contenu n'a pu être cité. Certains enseignants ont indiqué que la «collation saine du matin» était une prescription de la direction de l'école ou que les enseignants des degrés scolaires en avaient convenu ainsi.

De nombreux enseignants font état de ressources humaines et / ou matérielles limitées pour ces thèmes additionnels et les dépenses qu'ils impliquent, en l'expliquant par le grand nombre d'autres sujets non moins importants qu'il faut également traiter. Globalement, il semble que la mise en oeuvre des thèmes en dehors du programme d'enseignement dépende de l'enseignant, de la direction de l'école et du flux d'informations.

Concernant la formation initiale et continue du personnel enseignant, on constate que les thèmes évalués ne représentent qu'une très petite partie de l'offre globale. De plus, les offres de formation des enseignants dans le domaine «sport, activité physique et alimentation» varient fortement d'une haute école à l'autre. L'apprentissage en mouvement n'est imposé ni

¹ Loi fédérale sur l'encouragement du sport et de l'activité physique:
<http://www.admin.ch/ch/d/gg/pc/documents/1602/Vorlage1.pdf>[2.10.2012]
Ordonnance sur l'encouragement du sport et de l'activité physique:
<http://www.news.admin.ch/NSBSubscriber/message/attachments/26969.pdf>[2.10.2012]
² Office fédéral du sport (OFSP)

comme contenu d'un programme d'enseignement ni comme méthode d'apprentissage.

Intégration des thèmes dans le quotidien scolaire

Au cours de ces deux dernières années, les thèmes de l'alimentation et de l'activité physique ne figuraient dans aucune école parmi les thèmes annuels. Les actions interclasses les plus citées sont le projet «l'école bouge» et l'armoire de récréation dans laquelle les enfants ont la possibilité d'emprunter du matériel de jeux. Les autres activités mentionnées par les enseignants sont des actions isolées qui sont initiées soit pour les enfants d'une seule classe d'âge soit pour tous les degrés scolaires confondus.

Les entretiens avec les enseignants ont permis d'observer une gestion et une compréhension de l'activité physique très différentes d'une personne à l'autre. Leurs définitions de l'«activité physique durant le cours», très larges, vont de «se lever et apporter quelque chose à l'avant de la salle de classe» jusqu'à «apprendre en bougeant». Pour certains enseignants, «apprendre en bougeant» est une situation qu'ils n'arrivent pas encore à cerner concrètement. Leur problème est de trouver le juste milieu entre «apprendre au calme et de manière concentrée» et «apprendre en bougeant». En revanche, les enseignants ont une compréhension très claire des pauses en mouvement, surtout en Suisse alémanique. Les enseignants jugent par ailleurs leur propre compréhension de «l'activité physique durant les cours» appropriée et ne la mettent pas en doute. A l'inverse, le thème de «l'alimentation» suscite plutôt des incertitudes. Les enseignants ne se considèrent pas comme des experts en la matière et constatent différentes «vérités nutritionnelles» chez les parents et leurs collègues. Ils leur manque des bases fondamentales dans ce domaine pour pouvoir défendre leur propre position.

La recherche d'outils pédagogiques ou d'informations n'est guère structurée car les enseignants disposent de très peu de connaissances sur les fournisseurs de ces informations. Pour les utilisateurs, ce matériel doit être pertinent sur le plan didactique, présenté avec attrait, peu coûteux à mettre en oeuvre et la source doit être fiable. Trois stratégies de recherche différentes sont utilisées:

- se renseigner auprès de collègues ou de spécialistes,
- la recherche physique dans les bibliothèques, centres médias / Regionale Didaktischen Zentren (RDZ) et ludothèques ainsi que
- la recherche virtuelle sur les sites Internet.

Pour approfondir ces thèmes, les enseignants souhaitent des formations continues avec des offres crédibles et motivantes, basées sur une grande pratique et sur des contenus éprouvés, mais qui transmettent aussi de

manière équilibrée des aspects théoriques et des connaissances fondamentales. Les enseignants en Suisse romande souhaitent obtenir des connaissances scientifiquement étayées en matière d'alimentation, transmises par des personnes spécialisées. Un souhait concerne également des offres de thèmes alimentaires, dans lesquelles les outils et les connaissances actuelles seraient traités de manière adaptée aux enfants, et ensuite directement mis en pratique.

Autres influences dans le quotidien scolaire

Selon les enseignants, les facteurs qui s'opposent aux activités physiques pendant les loisirs sont:

- la structure des journées des enfants avec la pression scolaire et des programmes chargés,
- l'attrait des appareils électroniques,
- le manque de soutien des parents et
- le manque de propositions simples susceptibles d'être utilisées spontanément pendant le temps libre.

D'après les descriptions des enseignants et des parents, les enfants aiment le mouvement et en ont besoin. Les adultes estiment qu'il pourrait être profitable pour les enfants de disposer de propositions utilisables pendant les loisirs, telles que des terrains de jeux adaptés à leur âge, des espaces libres / des emplacements pour de nouvelles formes d'exercices physiques ou encore des offres polysportives sans obligation de performance, qui puissent être pratiquées uniquement pour le plaisir de s'amuser.

Triangle de communication enseignant – enfants – parents

L'influence exercée par les parents dans le domaine «activité physique et alimentation» est évaluée comme importante et déterminante par les enseignants et les parents. Selon les enseignants de Suisse alémanique, les parents disposent de bonnes connaissances en la matière. La transmission d'informations s'y effectue par conséquent de manière ponctuelle, au cours d'entretiens ou sous la forme de lettres dispensant des conseils généraux, ou à l'occasion des réunions de parents d'élèves. Mais les enseignants ne se considèrent cependant pas comme des spécialistes pour ces entretiens et ces sujets. Un aspect qui se révèle également lorsque les parents souhaitent voir leurs propres «vérités alimentaires» transmises par l'école. Dans les classes explorées en Suisse romande, la transmission de l'information aux enfants et aux parents est assurée par des infirmières. On constate en l'occurrence que le triangle de communication ne fonctionne que ponctuellement, parce qu'il n'inclut souvent que certains des parents et leurs enfants. Le souhait des parents serait une communication et une information transparentes entre toutes les parties impli-

quées, dans la mesure où les enfants prennent très au sérieux les informations données par les enseignants.

On a pu constater dans les classes que les enfants possèdent en général de bonnes connaissances sur le thème de l'«alimentation» et savent aussi ce que l'on considère comme une collation du matin régulière et bonne pour la santé. Si un enfant ne bénéficie pas régulièrement d'une alimentation équilibrée, les enseignants choisissent parfois de s'adresser directement à cet enfant et de lui suggérer des idées qu'il peut ensuite transmettre à ses parents. Cette manière de faire pourrait cependant conduire à des difficultés, dans la mesure où l'enfant risque de se retrouver rapidement «assis entre deux chaises». Les parents expriment le souhait que l'école les soutienne dans leur responsabilité, sans toutefois la leur retirer. C'est pourquoi ils considèrent comme pertinent que l'école communique aux enfants des règles alimentaires à titre de points de repère, qu'elle ne les sanctionne pas et que les parents bénéficient ainsi de son soutien.



Résumé des recommandations:

- Concevoir les actions de promotion de la santé chez les enfants comme un développement logique de leur plaisir et de leur besoin enfantin de bouger, et proposer aux enfants des offres d'activités physiques simples et pratiques.
- Laisser aux parents leurs domaines de compétences et respecter leur responsabilité tout en apportant une aide utile aux familles.
- Concentrer les projets portant sur la promotion de l'alimentation et de l'activité physique et regrouper ceux-ci sous la forme de concept ou de plateforme, avec l'aide, par exemple, des initiateurs. Les projets devraient être envisagés davantage comme des composantes du développement de l'école et moins comme des projets ponctuels.
- Augmenter la notoriété des propositions et projets diversifiés pour la promotion de la santé dans les écoles. Ces propositions et projets pourraient être portés dans les écoles par des détenteurs de savoir jouant le rôle de multiplicateurs. Un label de qualité pourrait aider les intéressés à obtenir une vue d'ensemble.
- Tendre vers un changement de perspective à l'école, de l'activité isolée / du projet ponctuel vers une intégration fondamentale dans le quotidien, par exemple dans le cadre du développement de l'école.
- Aménager des locaux scolaires et des espaces extérieurs qui favorisent l'activité physique, p. ex. des salles de classe dotées d'un mobilier scolaire réglable et mobile ou des concepts de cours de récréation stimulantes.
- Encourager les enseignants à développer une compréhension et un mode de gestion communs du thème de l'activité physique en dehors du cours de sport.
- Elaborer des directives utiles qui servent de lignes directrices pour an
- crer les deux thèmes dans les écoles primaires, les compléter par des outils pédagogiques et les mettre en pratique grâce à la compréhension commune du thème de l'activité physique.
- Elaborer des outils pédagogiques bien conçus et adaptés à la pratique et aux différents degrés scolaires, qui se fondent sur les objectifs de «l'école en mouvement et l'alimentation» encore à formuler dans les plans d'études. Les supports pédagogiques pourtant existants sont peu utilisés car non prescrits et donc sans caractère obligatoire dans le domaine de l'activité physique et l'alimentation.
- Véhiculer de nouveaux thèmes ou de nouvelles formes d'apprentissage à l'aide de l'apprentissage collégial, par exemple avec des programmes d'accueil d'enseignants ou des rotations de postes, dans la mesure où la

propre expérience vécue est un facteur important pour la mise en pratique.

- Concevoir la formation initiale et continue des enseignants de manière à accorder plus de place à l'expérience personnelle de contenus et d'offres éprouvés.
- Être prudent dans la mise en pratique du thème de l'alimentation comme «thème de l'enfant», dans la mesure où l'obsession de la minceur et l'anorexie peuvent déjà constituer un thème au niveau primaire.
- Permettre aux enfants de s'épanouir à travers leurs propres expériences et le plaisir d'entreprendre. L'adulte doit être un exemple pour l'enfant et lui laisser en même temps suffisamment de liberté pour s'épanouir.

Remerciements

L'équipe d'évaluation souhaite remercier les enseignants et les directions d'écoles de leur soutien lors du relevé des données, ainsi que des entretiens ouverts et fructueux. Nos remerciements particuliers vont aux enseignants qui se sont déclarés disposés à soutenir les ateliers d'enfants et de parents.

Dans les cantons, nous remercions de leur soutien les Départements de l'instruction publique et les Départements de la santé pour l'autorisation d'enquêter dans les écoles, ainsi que les responsables des PAC pour leur soutien concernant les écoles participantes. Notre reconnaissance va également aux autres personnes du domaine de la promotion de la santé pour leurs précieuses informations.

Nos remerciements s'adressent enfin aux personnes responsables au sein de Promotion Santé Suisse pour la collaboration agréable et constructive.



2 Contexte de l'étude

Aujourd'hui, les écoles et les enseignants sont très sollicités, et ceci à plusieurs niveaux. Outre leur mandat de formation à proprement parler et les défis qui y sont liés, ils doivent intégrer et traiter de plus en plus de thèmes relatifs à la prévention. Dans le cadre des programmes d'action cantonaux, de nombreux projets consacrés à la promotion de l'activité physique et d'une alimentation équilibrée ont été élaborés, mis en œuvre dans des écoles, multipliés et en partie évalués au cours de ces dernières années. La présente étude «Evaluation de la transmission des compétences en matière d'alimentation et d'activité physique à l'école» a pour objectif de relever, au niveau interprojets, les expériences réalisées par les enseignants en matière de transmission de compétences dans les domaines de l'alimentation et de l'activité physique.

Promotion Santé Suisse a chargé l'Institut pour le professionnalisme pédagogique et la culture scolaire (IPS) de la Haute école pédagogique de Suisse centrale, Haute école spécialisée de Lucerne, de l'élaboration et de la réalisation de cette étude. Ce rapport de recherche présente la situation des enseignants dans le contexte de la gestion des compétences en matière d'alimentation et d'activité physique à l'école et fournit, à l'aide d'études de cas, des réponses aux questions suivantes:

- quelles sont les ressources propres et externes auxquelles l'enseignant peut recourir? Sait-il où trouver ces ressources externes?
- Quel type de soutien l'enseignant obtient-il? Où peut-il recevoir un soutien?
- Quelles directives existe-t-il en matière d'alimentation et d'activité physique dans les différents cantons et communes?
- Comment les enfants et les parents perçoivent-ils les offres qui s'adressent à eux?

Le présent rapport examine également la question de savoir quels domaines relèvent de la compétence de l'école ou du foyer familial et quel soutien mutuel peut s'avérer utile du point de vue des personnes impliquées.

Les résultats de l'étude s'adressent en premier lieu à des organisations qui mandatent, planifient, implémentent ou soutiennent des projets portant sur l'alimentation et l'activité physique à l'école. Leur finalité est de susciter une réflexion sur la pratique actuelle en matière de diffusion des informations et sur les possibilités de l'optimiser, par exemple:

- les résultats doivent aider les enseignants à intégrer les thèmes de manière systématique et concluante dans leur travail quotidien.
- Les responsables de projets consacrés à l'alimentation et l'activité physique ainsi que de programmes globaux (PAC³, PSS⁴) doivent obtenir des informations pertinentes pour optimiser leurs outils, matériel et stratégies.
- Les résultats peuvent inciter les Départements de l'instruction publique et les directions des écoles à poursuivre le développement et l'optimisation des conditions-cadres correspondantes telles que les plans d'études et les équipements des établissements scolaires, y compris les cours de récréation.
- Les hautes écoles pédagogiques peuvent obtenir des renseignements pertinents pour les formations initiales et continues.

3 Bases théoriques

3.1 Situation des enseignants

La transformation de la société implique des changements dans les tâches incombant aux écoles et aux enseignants. De plus en plus de souhaits et aspirations quant à leur mise en pratique sont formulés dans le même temps à l'intention des écoles et des enseignants par des personnes et des groupes extérieurs. Des souhaits concernant la transmission d'informations relatives à des thèmes complémentaires, tels que la promotion de la santé ou la prévention, sont soumis aux enseignants en plus des directives émanant des programmes d'enseignement, du canton, des communes et de la direction des écoles. Les écoles et les enseignants sont invités à s'atteler à ces thèmes et à en évaluer l'importance et la signification pour leur école et leurs élèves, à les traiter le cas échéant et à les intégrer dans le quotidien ou dans l'enseignement.

Pour clarifier la situation des enseignants et leur gestion des compétences en matière d'alimentation et d'activité physique à l'école, il convient de considérer le contexte et le cadre dans lequel les enseignants évoluent et travaillent (Figure 1):

³ Programmes d'action cantonaux (PAC)

⁴ Promotion Santé Suisse (PSS)

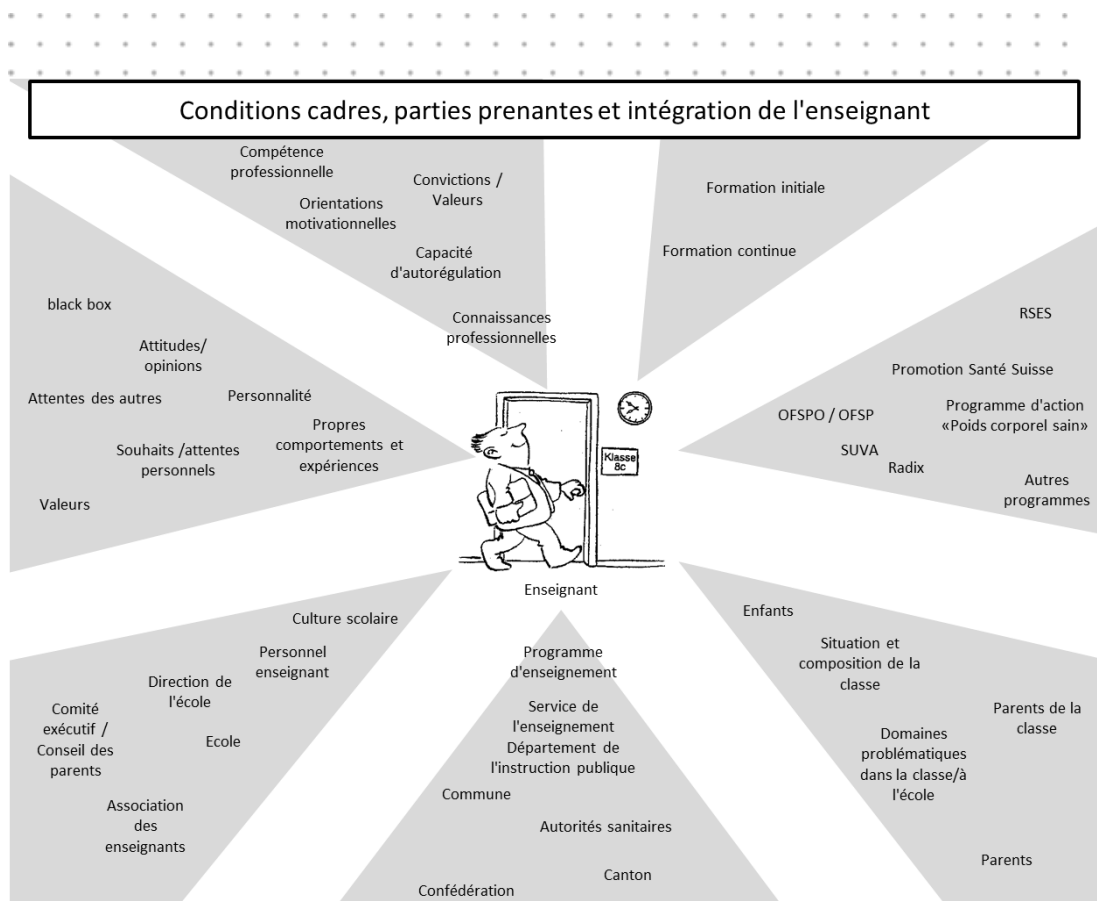


Figure 1: Facteurs d'influence

Parallèlement à ces visions présentées ouvertement à l'école et aux enseignants par différents interlocuteurs, il existe aussi des souhaits, des idées et des attentes inexprimés au sujet des contenus de l'enseignement et des capacités et savoirs que les enseignants et/ou les écoles sont chargés de transmettre aux élèves. L'attente à l'égard des capacités, connaissances et aptitudes des enfants et des adolescents augmente avec le changement des conditions environnementales auxquelles ces compétences devraient correspondre.

Si l'on observe les nombreux et divers facteurs d'influence qui jouent un rôle dans la conception de l'enseignement et dans la transmission du savoir, il apparaît qu'aucune généralisation statistique n'est possible avec une étude de cas telle que celle-ci. A cause des directives différentes selon les cantons, la base de données initiale n'est pas uniforme. De premières indications peuvent néanmoins être données sur les structures de base identifiables.

3.2 Promotion de la santé

En lieu et place de l'éducation à la santé conventionnelle, de nombreuses écoles suisses oeuvrent aujourd'hui en faveur de la promotion de la santé, plus complète et qui s'oriente d'après des concepts de l'OMS dans le cadre de la Charte d'Ottawa (cf. Gutzwiller 2006, p. 5). Selon la Charte

d'Ottawa, la promotion de la santé est le processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci.⁵ «La santé est donc perçue comme une ressource de la vie quotidienne, et non comme le but de la vie; il s'agit d'un concept positif mettant en valeur les ressources sociales et individuelles, ainsi que les capacités physiques. (...) La santé est engendrée et vécue dans les divers cadres de la vie quotidienne: là où l'on apprend, où l'on travaille, où l'on joue et où l'on aime.»⁶

Parenthèse: ainsi est réalisé le changement de la pathogénèse vers la salutogénèse. Alors que la pathogénèse décrit la genèse et le développement de maladies avec tous leurs facteurs, la salutogénèse oriente son regard sur la question de savoir ce qui maintient les êtres humains en bonne santé, et dans quelles conditions la santé se crée. Selon le modèle de la salutogénèse, la santé ne doit pas être comprise comme un état, mais comme un processus: l'être humain peut être considéré simultanément comme plus ou moins en bonne santé et plus ou moins malade. Selon Antonovsky, le sentiment de cohérence ou sens de la cohérence («Sense of coherence – SOC») n'est pas un sentiment au sens restreint du terme. Il s'agit plutôt d'une trame cognitive de perception et d'appréciation qui aide l'être humain à s'orienter, à se sentir à la hauteur de la vie et de ses défis, et à trouver un sens à la maîtrise de ces défis. Elle exprime la mesure dans laquelle un individu possède un sentiment de confiance marqué, permanent et dynamique et peut générer des ressources pour accepter des défis et être en mesure de les maîtriser avec succès. Ce sentiment (SOC) se développe particulièrement dans l'enfance, dans la mesure où c'est dans l'enfance que sont intégrés tous les événements et expériences vécus au travers d'influences extérieures, de convictions intérieures et de conceptions. «Feeling of confidence that one's internal and external environments are predictable and that there is a high probability that things will work out as well as can reasonably be expected» (Antonovski 1997, p. 10).

Quand il s'agit d'élèves, le comportement de santé est également synonyme d'un soutien dans le développement de leurs capacités, afin qu'ils soient en mesure de rechercher ou de créer activement les conditions favorables à leur bien-être. Ils doivent en même temps prendre connaissance des conditions qui menacent leur propre bien-être. (Interkantonale Lehrmittelzentrale 1996, p. 50).

⁵ Cf. www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf [18.09.2012]

⁶ Tiré de: www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf [18.09.2012]

.....
.....
.....

L'école promotrice de la santé prend cet aspect en charge et «se comprend comme une démarche globale qui intègre la santé comme un processus physique, psychique, social, écologique et spirituel, et qui ne cible pas seulement le comportement des personnes impliquées dans l'école, c'est-à-dire les élèves, les enseignants et le personnel non-enseignant, mais prend également en compte les conditions spécifiques de l'école, les données architecturales des locaux/bâtiments et les structures et processus internes d'organisation qui déterminent la vie et la culture scolaires» (Paulus 2010, p.11).

Ces brèves explications sont destinées à montrer à quel point le thème de la promotion de la santé, et avec lui les thèmes de l'alimentation et de l'activité physique dans le quotidien scolaire sont complexes. Parallèlement à un grand nombre d'interlocuteurs et d'acteurs qui agissent au sein des écoles ou dans l'environnement de celles-ci, et qui ont leurs propres conceptions de la transmission du savoir et de l'information, il s'agit de n'oublier ni les destinataires du thème ni leur capacité d'autodétermination. On pourrait se poser ici la question de la mesure dans laquelle les notions d'amusement, de plaisir et d'exemple vécu pourraient faciliter l'intégration de conceptions propices à la santé dans la vie quotidienne. En même temps, le point de vue devrait être élargi en définissant les facteurs qui favorisent la «facilité d'entreprendre», et en favorisant ainsi le renforcement d'actions par répétition dans le quotidien.

Des éléments de mouvement peuvent très bien être utilisés comme moyens didactiques dans l'objectif de rythmer et d'alléger des séquences de cours, d'augmenter la concentration, ou à titre d'auxiliaires pratiques d'apprentissage. Ainsi constituent-ils pour les enseignants une aide qui, avec un travail minimum et un faible risque d'erreur, cible un résultat maximal. L'activité physique à l'école est donc à évaluer positivement, et pas seulement du point de vue de la promotion de la santé.

4 Structure de l'étude

4.1 Objet de l'enquête

L'objet de l'étude consiste à examiner la transmission de compétences dans les domaines de l'alimentation et de l'activité physique dans des écoles primaires de Suisse alémanique et romande. Pour la partie de l'enquête réalisée dans les cantons romands, la PHZ de Lucerne a été soutenue par des collaborateurs de la Haute école pédagogique du Valais⁷.

Dans le cadre de cette étude, un total de 20 enseignants des classes de première et de quatrième années ont été interrogés dans 10 écoles primaires situées dans les cantons de Berne, Lucerne, Neuchâtel, St-Gall et Valais. La sélection de ces cantons représente quasiment une coupe transversale de la Suisse. Si l'on considère la Suisse dans son ensemble, des structures des grandes agglomérations jusqu'aux régions très agricoles, on peut admettre que les écoles sont touchées de différentes manières par le changement social et les exigences impliquées, ou qu'elles ne leur attribuent pas toutes la même importance. Cet aspect étant intéressant pour les résultats, il a été décidé de tenir compte des différences et des points communs qui existent en milieu urbain et en milieu rural. On a donc sélectionné dans chaque canton considéré une école située en ville et une école située dans un environnement rural.

Cette sélection des écoles a été effectuée, en outre, de façon à couvrir un large spectre allant des écoles sans participation active aux programmes de promotion de la santé jusqu'aux écoles déjà très actives dans ce domaine. Le but de cette sélection était d'éviter que des projets isolés abordant l'alimentation et l'activité physique ne soient évalués et que l'on tienne compte uniquement de la situation géographique de l'école (urbaine/rurale). La sélection d'écoles différentes devait permettre, au contraire, de mettre en lumière des mécanismes fondamentaux de la transmission des compétences.

L'évaluation s'est déroulée durant la période d'août 2011 à juillet 2012, les résultats ont été recueillis ensuite dans le présent rapport.

⁷ Nous tenons à remercier à ce titre Monsieur Edmund Steiner et Madame Anna-Lucia Cavallotti de la HEP du Valais.

4.2 Déroulement de l'étude

L'étude a été divisée en quatre phases afin que la transmission des compétences en matière d'alimentation et d'activité physique dans les écoles primaires suisses puisse être située et évaluée dans un contexte.

La première phase était une **phase de desk-research** intégrant l'examen fondamental des conditions-cadres, une étape nécessaire étant donné la grande hétérogénéité du paysage scolaire suisse et le besoin manifeste d'identifier et de classer les différences. Cette première étape consistait donc à relever, dans les cantons considérés, les programmes d'enseignement consacrés aux thèmes de l'alimentation, du poids corporel et des activités physiques et sportives, les programmes d'études des différentes hautes écoles pédagogiques, les formations des enseignants aujourd'hui et hier ainsi que les formations continues qui sont proposées aux enseignants dans les domaines examinés. Ces éléments de base devaient contribuer à placer les conditions-cadres des cas observés dans le contexte des actions et représentations de l'établissement scolaire ou du canton.

La deuxième phase de l'étude consistait à réaliser les 20 **interviews avec des enseignants**⁸. Chaque entretien a été mené à l'aide d'un guide qualitatif⁹ et sa durée était fixée à 60 minutes environ. Les principales questions d'évaluation étaient les suivantes:

- quelles directives et conditions-cadres sont connues des enseignants interrogés?
- De quelle forme de soutien bénéficient-ils et où peuvent-ils obtenir un soutien?
- A quelles ressources, propres ou externes, l'enseignant peut-il recourir? Sait-il où trouver les ressources externes?
- Quelles conditions au sein de l'école favorisent ou compliquent la transmission des contenus en question ou l'acquisition des compétences correspondantes?
- Dans quel cadre, avec quelle ampleur et à l'aide de quels moyens méthodiques-didactiques les thèmes sont-ils transmis au sein de l'école et de la classe? Quelles sont les aides utiles pour les enfants? Quels en sont les succès et quelles sont les expériences acquises dans ces domaines?
- Quelle est l'influence des parents dans ces domaines?

⁸ La disposition des écoles et des enseignants à participer était faible. L'accès aux écoles et aux enseignants qui se sont déclarés disposés à participer aux interviews a nécessité beaucoup de temps.

⁹ La méthode qualitative permet d'évaluer tant les attitudes, opinions et expériences rationnelles que les besoins, souhaits et oppositions émotionnels et inconscients qui marquent également le comportement.

En complément de cette interview qualitative, un questionnaire en ligne d'environ 7 minutes a été réalisé afin de relever des faits et chiffres sur l'enseignant, la classe et les parents, servant ensuite de critères de classement.

La troisième phase de l'étude a été consacrée à la réalisation d'**ateliers avec les enfants**¹⁰ de classes de 4e primaire sélectionnées parmi l'ensemble des établissements. Chacun des quatre ateliers réalisés a duré le temps d'une leçon, c.-à-d. 45 minutes et visait deux objectifs: recueillir les connaissances des enfants en matière d'alimentation et identifier leurs souhaits relatifs à l'activité physique dans le quotidien scolaire. Quelles représentations les enfants se font-ils de l'activité physique? Que souhaiteraient-ils mettre en pratique s'ils en avaient la possibilité? Qu'est-ce qui les motiverait à bouger? Dans une courte séquence de film, les enfants ont pu voir diverses activités physiques qui sont possibles à l'école.

Après les entretiens avec les enseignants et la réalisation de l'atelier d'enfants dans leur classe, la parole a été donnée aux parents dans la quatrième phase de l'étude. Leurs attitudes et représentations ont été recueillies lors de deux **ateliers réalisés avec des parents**¹¹, l'un en Suisse romande et l'autre en Suisse alémanique. Ces ateliers ont permis d'appréhender les représentations des parents quant aux thèmes de l'alimentation et l'activité physique des enfants et de voir comment ils conçoivent la séparation de l'école et du foyer familial dans ces deux champs thématiques. Chaque atelier a duré 50 minutes environ. A l'aide d'un jeu de brainstorming, les parents ont développé de nouvelles idées pour soutenir les enfants dans les domaines de l'alimentation et de l'activité physique. Ils ont indiqué en outre à qui il incombe de se charger ou de soutenir cette tâche. Cette démarche axée sur les responsabilités est pertinente car elle permet de déterminer quel type de soutien est utile à quel niveau et quelles mesures peuvent être adoptées.

¹⁰ L'un des ateliers a eu lieu en Suisse romande, les trois autres ont été organisés en Suisse alémanique. Les enseignants n'avaient pas tous les capacités ou ne manifestaient pas tous l'intérêt de réaliser un atelier avec les enfants.

¹¹ Sur les trois ateliers qui étaient prévus en Suisse alémanique, un seul a pu être réalisé. La disposition des parents à participer à l'étude a été décrite comme plutôt faible et la priorité a été donnée à des thèmes propres de l'école car ce seraient toujours les mêmes parents qui prennent part à ce genre de manifestations. L'atelier en Suisse alémanique a pu être réalisé avec deux parents, une troisième personne ayant renoncé pour cause de maladie. En Suisse romande, l'atelier a été réalisé avec cinq personnes. Cela pourrait être un indicateur de l'influence de l'école sur les parents et refléter l'intérêt fondamental des parents pour les thèmes de l'école. La question est de savoir si l'influence de l'école sur les thèmes de l'alimentation et de l'activité physique dans le quotidien des enfants n'est pas surestimée.



5 Résultats

La phase de desk-research a été réalisée pour l'essentiel à l'aide de l'Internet, et les informations trouvées dans ce média ont été vérifiées par sondage téléphonique. Les résultats ont ensuite fait l'objet d'une analyse de contenu et de regroupements.

Les entretiens avec les enseignants ont été menés selon l'approche qualitative exploratoire s'appuyant sur l'administration d'un instrument de relevé / guide d'entretien semi ou partiellement structuré (cf. Aepli 2010, p. 175ss. et Flick 2007). Le choix du guide d'entretien était motivé par le fait que le déroulement, les thèmes et les questions de l'interview y sont préparés et représentent un précieux aide-mémoire pour l'enquêteur. Dans la situation d'interview, ces réflexions préalables peuvent néanmoins être adaptées à la personne interrogée et au déroulement thématique de l'entretien (cf. Aepli 2010, p. 178). La méthode qualitative a été retenue en raison du caractère plutôt exploratoire de l'étude mais aussi et surtout parce qu'il était plus opportun, au plan de la dimensionnalité et de l'émotionnalité, de poser d'abord les questions de manière orale (cf. Schein 2003, p. 70) afin «d'obtenir ainsi une meilleure compréhension de la réalité sociale» (cf. Aepli 2010, p. 219).

Dans les phases deux et quatre de l'étude, les entretiens ont été enregistrés puis retranscrits. Parallèlement à la documentation écrite, la retranscription de documents audio est un outil adéquat pour établir un lien entre les différentes interviews et procéder à des déductions. L'objectif visé par l'analyse qualitative de contenu est de réduire, dans toutes les phases de la recherche, la complexité du matériel d'enquête recueilli et d'aboutir à une forme condensée.

5.1 Desk-research «étude fondamentale des conditions-cadres»

5.1.1 *Alimentation et activité physique dans les plans d'études*

Les plans d'études cantonaux constituent les conditions-cadres de l'enseignement dans les écoles. Pour la matière «activité physique et sport» ou «éducation physique», il existe des directives claires. Par contre, le thème de l'«alimentation» et les contenus liés à l'alimentation sont intégrés de manière interdisciplinaire et, probablement, plus ou moins approfondie dans des matières comme «L'homme et son environnement» (Mensch und Umwelt), «Nature, Être, Environnement» (Natur-Mensch-Mitwelt) ou encore «Corps et mouvement» (Körper und Bewegung).

Le thème de l'activité physique pratiquée à l'école en dehors des leçons de sport (p. ex. en apprenant, dans la cours de récréation) ne figure pas dans le plan d'études étant donné qu'il n'est attribué à aucune matière.

Le rapport sur le «Monitoring contextuel: alimentation, activité physique et poids corporel sain dans les écoles suisses» constate à ce titre: «l'obligation de 3 heures d'enseignement du sport et de la gymnastique dans les écoles suisses est ancrée dans l'Ordonnance fédérale de 1987 concernant l'encouragement de la gymnastique et des sports (Monitoring contextuel p.16)» et «l'élaboration concrète d'offres interdisciplinaires varie dans son contenu non seulement d'un canton à l'autre, mais aussi d'une école à l'autre et d'un enseignant à l'autre. Globalement, on peut dire que la plupart des cantons proposent les disciplines correspondantes sans interruption du degré primaire jusqu'au degré secondaire I. Mais en raison de la situation hétérogène, on ne peut définir avec précision les contenus transmis dans le domaine de l'alimentation.» (ibidem)

La situation dans le domaine de l'alimentation et du sport se présente actuellement comme suit dans les cinq cantons examinés:

- les trois heures de sport obligatoires par semaine peuvent ou doivent être réparties différemment; le canton de Lucerne recommande trois leçons individuelles ou une leçon individuelle et une leçon double; le canton de Berne préconise que les trois heures soient réparties, dans la mesure des possibilités, comme leçons individuelles sur la semaine; les trois autres cantons ne prévoient pas de réglementation additionnelle.
- Dans les cantons, les directives relatives à l'enseignement du sport restent assez générales et sont exprimées en termes de contenus stimulant les sens ou d'objectifs globaux.
- Le canton de Berne suggère en outre d'associer le sport à d'autres matières, par exemple sport et «Nature, Être, Environnement», sport et allemand.
- Dans le canton de St-Gall, le principe de l'enseignement en mouvement est mentionné dans le plan d'études de la discipline «sport». A Lucerne, le plan d'études est accompagné de la note «Hinweise zum Sportunterricht» (Informations sur l'enseignement du sport) qui décrit l'enseignement en mouvement à l'aide de différentes mesures, par exemple des cours et pauses en mouvement, comme une culture positive du mouvement.

-
- Le nouveau Plan d'études romand (PER)¹² utilisé dans les cantons de Neuchâtel et du Valais mentionne le lien existant entre l'activité physique et les modes alimentaires. Il préconise la mise à disposition d'installations et de locaux adéquats pour permettre l'enseignement dans ces domaines.

Cet état des lieux fait ressortir de nettes différences dans le domaine des directives régissant «l'activité physique et le sport». L'enseignement du sport est défini avec précision et les objectifs à atteindre sont clairement fixés. Des moyens didactiques spécifiques à ce thème sont également disponibles, par exemple sur le site Internet de l'OFSP¹³ ainsi que sur sportunterricht.ch¹⁴ (site consacré à l'enseignement du sport). On ne peut pas en dire autant de l'activité physique dans le quotidien scolaire. Il ne s'agit pas d'une matière qui impose des objectifs particuliers ou pour laquelle il existe des directives ou des outils pédagogiques. A cela s'ajoutent des situations différentes au sein même des établissements scolaires ou des communes: la disponibilité des espaces voués au mouvement comme les cours de récréation, salles de gymnastique et / ou piscines, l'équipement matériel et les ressources humaines représentent ainsi des composantes essentielles pour l'accomplissement du mandat.

Le thème de l'alimentation se retrouve dans les matières «L'homme et son environnement», «Nature, Être, Environnement» ou «Corps et mouvement» des programmes d'enseignement. Ces programmes ne définissent pas clairement à quel moment ni avec quels contenus il convient de traiter ce sujet. Les contenus cités dans les thèmes généraux sont prévus en principe pour toute la durée de la scolarité obligatoire. A cet effet, l'on attribue aux enseignants des objectifs généraux ou sommaires à réaliser. Dans le détail, cela se présente comme suit:

- quatre leçons hebdomadaires sont mises à disposition dans le canton de Lucerne pour l'application du programme d'enseignement «L'homme et son environnement». L'alimentation représente l'un des 13 domaines de travail de cette discipline. Les objectifs sommaires tels que la connaissance des propres habitudes alimentaires et le comportement d'achat, ou la connaissance et l'application des règles d'une alimentation saine, doivent être traités sur une période de deux ans.
- Le canton de Berne prévoit 6-7 leçons «Nature, Être, Environnement», les volets «Être soi-même – vivre en société» et «Santé – bien-être» devant figurer au programme de la 1^{re} à la 9^e année scolaire. Les objec-

¹² La plupart des cantons ont introduit ce nouveau plan d'études à partir de l'année académique 2011. Ils ont jusqu'à la fin de l'année scolaire 2014-2015 pour achever cette mise en oeuvre, selon une planification tenant compte de leur contexte spécifique. L'état d'avancement de la mise en oeuvre varie d'une école à l'autre.

¹³ Office fédéral du sport (OFSP) www.mobilesport.ch [18.09.2012] □

¹⁴ www.sportunterricht.ch [18.09.2012]

tifs sommaires dans le domaine de l'alimentation sont: acquérir des connaissances sur les règles d'une alimentation saine et les raisons d'une mauvaise alimentation, reconnaître et reconsidérer ses propres habitudes alimentaires.

- Dans le canton de St-Gall, l'enseignement de la discipline «L'homme et son environnement» est réparti sur 3-7 heures (leçons) par semaine. Un objectif général du domaine Economie familiale est de «préserver la santé – favoriser la qualité de vie». Les élèves s'intéressent ici à l'organisation du quotidien privé. Ils acquièrent des connaissances théoriques et pratiques sur leur propre consommation, la vie relationnelle, le travail d'assistance et l'organisation des loisirs.
- Dans les cantons romands, les connaissances et compétences nécessaires pour avoir une alimentation équilibrée doivent être acquises dans le cadre de l'«éducation nutritionnelle». La mise en oeuvre doit s'effectuer de manière interdisciplinaire, on peut par exemple composer un menu dans un premier temps et le décrire ensuite dans une présentation.

Dans les programmes d'enseignement qui incluent le thème de l'alimentation, on peut constater que les définitions des objectifs sont rédigées de façon moins précise et plus générale que dans les plans d'études relatifs à l'enseignement du sport.

Ce constat est valable aussi pour le nouveau Plan d'études romand (PER)¹⁵ en vigueur dans les écoles de Suisse romande depuis 2011. Il donne des conseils/informations au corps enseignant mais ne formule aucune attente dans le cadre des objectifs d'apprentissage. Pour l'activité physique, en revanche, le plan d'études donne à la fois des conseils/informations et fixe des objectifs d'apprentissage à atteindre. L'apprentissage en mouvement n'a cependant pas été pris en compte dans la conception et les directives d'implémentation du plan d'études. En Suisse alémanique, le «Lehrplan 21»¹⁶, plan d'études commun pour l'école obligatoire dans tous les cantons alémaniques et multilingues, est en cours d'élaboration. Pour l'heure, les thèmes sont toujours inclus dans les domaines «Corps et mouvement» et «Nature, homme, société»; il n'est pas possible de fournir plus de précisions sur leur forme future étant donné qu'ils n'ont pas encore été publiés. Ce plan d'études sera vraisemblablement validé au printemps 2014 par la Conférence des directeurs de l'instruction publique de Suisse alémanique pour son introduction dans les cantons. Chaque canton décide ensuite, conformément à ses propres bases légales, de son implémentation dans ses établissements scolaires.

¹⁵ cf. www.ciip.ch/CMS/default.asp?ID=703 [02.10.2012]

¹⁶ cf. www.lehrplan.ch [02.10.2012]

5.1.2 Directives ou offres des différents cantons

Les cantons proposent une gamme très variée d'offres sur les thèmes «activité physique» et «alimentation» ou «santé en général», qui vont de l'outil de soutien ponctuel comme le dépliant «Conseils pour des dix-heures sains»¹⁷ ou le «Module d'activité physique à dominante sportive»¹⁸ jusqu'aux projets et programmes d'action cantonaux¹⁹ sur le thème «KIG – Kinder im Gleichgewicht»²⁰ (Enfants à leur poids d'équilibre) en passant par des réseaux scolaires soutenant l'échange permanent. Les offres s'adressent également à des enseignants, des classes ou des écoles individuels. Lorsqu'une offre s'adresse à des écoles, cela signifie que l'école entière, avec la totalité des enseignants, décide d'adopter ce programme et s'engage à y participer. A titre d'exemple, nous pouvons citer l'action «Ernährungsmorgen in Bewegung»²¹ (matinée consacrée à l'alimentation et à l'activité physique) qui montre aux enseignants comment intégrer le thème de l'alimentation dans le cours à travers la préparation commune de la collation du matin. Les aspects sociaux et interclasses sont encouragés simultanément par des jeux de mouvement complémentaires.

Parallèlement aux offres des cantons individuels, il existe également une palette de programmes de la Confédération et d'autres organisations qui soutiennent les écoles dans l'application de ces thèmes. Citons par exemple l'organisme national de promotion de projets dans les domaines de l'alimentation et de l'activité physique Suisse Balance ou l'Office fédéral du sport (OFSP) avec «l'école bouge»²². De nombreux projets additionnels sont présentés avec une courte description et des adresses de contact sur la plateforme «Children on the Move - a Project Inventory (COM-PI)»²³ de l'OFSP. La recherche par mots-clés permet de trouver assez facilement les contenus des projets. Par contre, cette page est relativement difficile à trouver en passant par les moteurs de recherche ou le site de l'OFSP. Mais en même temps, les offres sont diffusées sur plusieurs plateformes d'information différentes. Certaines peuvent également figurer sur plusieurs pages. C'est le cas notamment du Module d'activité physique à dominante sportive qui est promu sur la page du service Volksschulbil-

¹⁷ Différents dans les cantons individuels, Suisse Balance et Office fédéral de la santé publique

¹⁸

http://www.volksschulbildung.lu.ch/index/unterricht_organisation/uo_fl_ueberfachl_themen/uo_fl_uf_rundumfit/r_uf-angebote_kg-ps_bewegungseinheit.pdf [10.09.2012]

¹⁹ Les Programmes d'action cantonaux (PAC) de promotion de la santé constituent les axes cantonaux dans la mise en oeuvre de la stratégie nationale «Poids corporel sain».

²⁰ www.kinder-im-gleichgewicht.ch [10.09.2012]

²¹

http://www.volksschulbildung.lu.ch/index/unterricht_organisation/uo_fl_ueberfachl_themen/uo_fl_uf_rundumfit/r_uf-angebote_kg-ps_ernaehrungsmorgen.pdf [17.09.2012]

²² «l'école bouge» est un programme de l'Office fédéral du sport OFSP, qui motive et aide les enseignants à promouvoir simplement et durablement l'activité physique à l'école. www.schulebewegt.ch [17.09.2012]

²³ www.children-on-the-move.ch [17.09.2012]

ding²⁴ et du service Gesundheit Gesundheitsförderung²⁵ du canton de Lucerne ainsi que sur deux pages de Promotion Santé suisse^{26 27}. Toute adaptation, par exemple un changement d'interlocuteur, de calendrier ou autre, qui ne serait pas effectuée sur la totalité des pages, peut donc entraîner des confusions ou exiger plusieurs tentatives pour aboutir au résultat souhaité.

5.1.3 Plans d'études des hautes écoles pédagogiques

Au rôle des plans d'études s'ajoute une autre variable qui exerce une influence sur la gestion des thèmes «sport, activité physique et alimentation», à savoir la formation des enseignants. Celle-ci est hétérogène vu qu'elle est réglementée, elle aussi, au niveau cantonal. La Figure 2 présente à ce titre une vue d'ensemble du paysage des hautes écoles pédagogiques en Suisse.

L'offre des hautes écoles pédagogiques est subdivisée en cours obligatoires et en cours du programme d'option obligatoire. Alors que les cours obligatoires doivent être suivis par tous les étudiants, le programme d'option obligatoire offre aux étudiants la possibilité de choisir librement un certain nombre de cours selon leurs préférences. En observant les plans d'études des différentes hautes écoles, l'on s'aperçoit que les propositions relatives aux thèmes «sport, activité physique et alimentation» varient fortement d'une haute école à l'autre. Autant qu'on puisse en juger, l'apprentissage en mouvement n'est pris en compte dans la formation ni comme contenu d'un programme d'enseignement ni comme méthode d'apprentissage.

Dans les hautes écoles pédagogiques considérées, ces thèmes ne représentent en définitive qu'une très faible proportion de la formation du corps enseignant. En raison du libre choix de cours, il est fort possible qu'un enseignant ne soit que très peu confronté aux thèmes «alimentation et activité physique» durant sa formation et choisisse de mettre l'accent sur d'autres matières. On peut s'en rendre compte en comparant le nombre maximum de crédits ECTS²⁸ du cycle d'études complet avec le nombre

²⁴ cf.

www.volksschulbildung.lu.ch/index/unterricht_organisation/uo_fl_ueberfachl_themen/uo_fl_uef_rundumfit/ruf-angebote_kg-ps_bewegungseinheit.pdf [10.09.2012]

²⁵ cf. www.gesundheit.lu.ch/index/gesundheitsfoerderung/gewicht/rundum_fit-angebote.htm [10.09.2012]

²⁶ cf.

www.gesundheitsfoerderung.ch/pages/Gesundes_Koerpergewicht/Programme_Projekte/projekte/rundum_fit.php [10.09.2012]

²⁷ cf.

http://www.promotionsante.ch/pdf_doc_xls/d/gesundnes_koerpergewicht/programme_projekte/ULFs/ULFs_algemein/d/ULF_Rundum-fit.pdf [10.09.2012]

²⁸ ECTS signifie European Credit Transfer and Accumulation System; il s'agit d'un système de crédits qui permet de «mesurer» les prestations d'études. Il tient compte des heures de cours hebdomadaires sur un se-

maximum de points ECTS attribués aux domaines «sport, activité physique et alimentation». Cette ventilation ne fournit cependant qu'une estimation approximative de l'importance des thèmes, étant donné que le nombre de crédits ECTS inclut les thèmes «L'homme et son environnement»/«Nature, Être, Environnement» comme matière globale et que le programme d'option obligatoire offre un très large choix de modules.

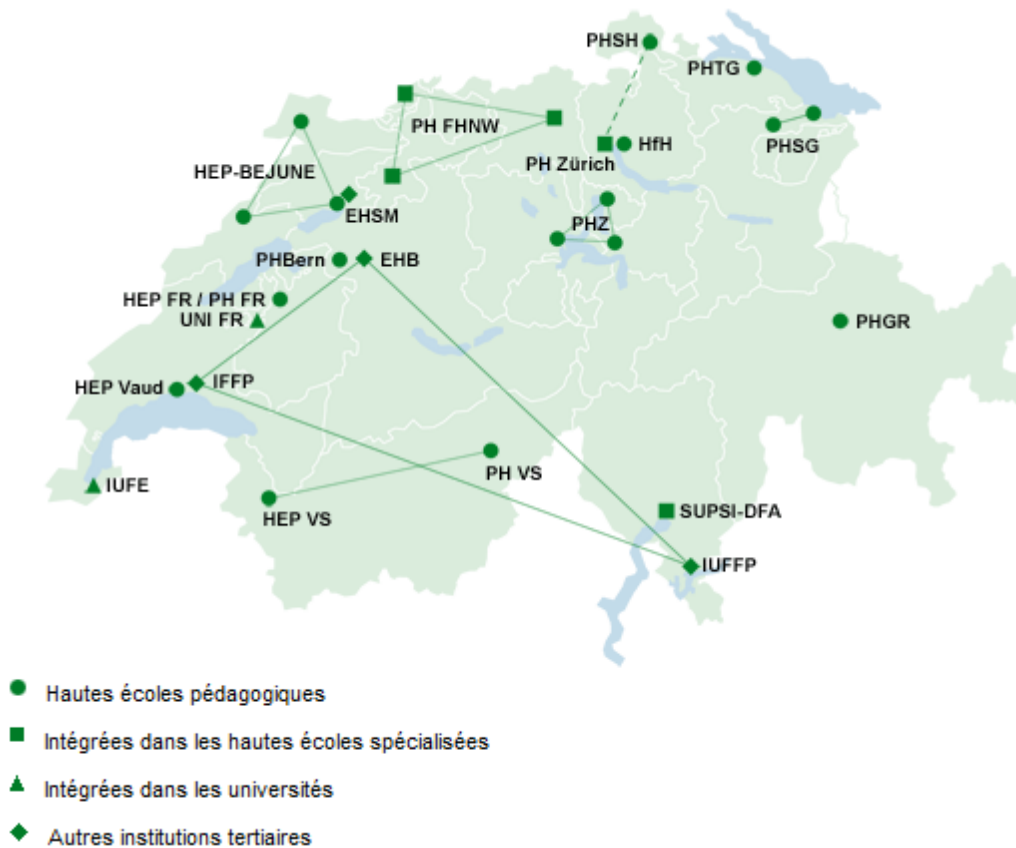


Figure 2: Paysage des hautes écoles pédagogiques²⁹

mestre ainsi que du temps d'apprentissage, de préparation et du travail à domicile. Un crédit représente environ 25 à 30 heures de travail.

²⁹ Tiré du site de la Conférence suisse des rectrices et recteurs des hautes écoles pédagogiques (COHEP), www.cohep.ch/de/paedagogische-hochschulen [16.09.2011]

5.1.4 Offres de formations continues dans les différents cantons

Les formations continues proposées dans les hautes écoles pédagogiques sont subdivisées en différents champs thématiques. Les offres du domaine «alimentation», par exemple, sont incluses dans les champs thématiques suivants:

- Santé, genre, sexualité
- Théâtre, musique et danse
- Pédagogie, psychologie et didactique
- L'homme et son environnement ou Nature, Être, Environnement
- Sport
- Ecole en mouvement
- Danse

Les offres sont par ailleurs positionnées différemment selon les cantons: à Lucerne, «L'apprentissage en mouvement dans l'enseignement quotidien» (Bewegtes Lernen im Unterrichtsalldag) est inclus dans le champ «Pédagogie, psychologie et didactique», alors qu'à Berne, l'offre «Apprentissage en mouvement, pauses en mouvement» (Bewegtes Lernen, bewegte Pausen) fait partie de «L'école en mouvement». Cela complique la recherche d'offres correspondant aux thèmes «Sport, activité physique et alimentation». On rencontre une grande diversité des offres «Alimentation», qui vont des bases du cours d'introduction J+S-Kids et du brevet SSS jusqu'aux danses populaires à l'école et à la découverte du milieu naturel: des offres captivantes associant plaisir, sport et détente. Il est important de savoir que dans certaines disciplines (p. ex. la natation et le ski), les enseignants de sport doivent rafraîchir régulièrement leurs connaissances pour pouvoir les enseigner.

Comme le montre le Tableau 1, le nombre d'offres proposées dans le domaine de l'«alimentation» est faible dans certaines hautes écoles avec un total de 1 à 4 cours.

	Semestre	Nombre d'offres «Activité physique», sport inclus	Nombre d'offres «Alimentation»	Durée minimale à maximale selon l'offre
PH Bern	2011/12	54	2	2 – 30 heures
PHZ Luzern	2011/12	26	1	4 – 16 heures
PH St. Gallen	2011/12	18	13 ³⁰	½ - 5 jours
HEP-BEJUNE	2012/13	17	12	3 – 12 heures
HEP Valais	2012/13	5	4	4 – 30 heures

Tableau 1: Vue d'ensemble des formations continues proposées

Certaines offres sont très bien décrites, ce qui permet d'en cerner les contenus et d'identifier facilement les groupes cibles. Pour d'autres, par contre, il est presque impossible d'identifier les groupes cibles pour lesquels elles ont été élaborées. Comme les enseignants choisissent probablement toujours l'offre de leur canton, on peut supposer qu'ils ont connaissance des spécificités et trouvent sans difficulté le cours voulu.

Parallèlement à ces offres, les hautes écoles pédagogiques de Berne et de Lucerne / Zurich proposent la formation complémentaire «Promotion de la santé», une formation certifiante (CAS³¹) dont l'objectif est d'aménager les écoles comme lieux d'apprentissage favorables à la santé. Les étudiants de cette filière se consacrent de manière plus approfondie à la promotion de la santé et aux thèmes d'actualité en rapport avec la santé.

En outre, les directions d'écoles et les enseignants intéressés ont également la possibilité de se pencher sur le thème de la promotion de la santé à l'école et de puiser de nouvelles idées lors de journées d'études inter-cantoniales proposées, par exemple, par RADIX³². Dans le domaine du sport, l'OFSP³³ propose également une formation continue spécifique permettant aux intéressés de prolonger leurs reconnaissances de moniteurs J+S.

³⁰ Aucune information n'est fournie sur le degré scolaire où l'offre peut être appliquée.

³¹ CAS - «Certificate of Advanced Studies Promotion de la santé en milieu scolaire», 15 crédits ECTS

³² RADIX est le centre de compétences suisse en promotion de la santé et prévention; il rassemble différentes organisations offrant des prestations dans le domaine de la santé. RADIX est une fondation d'utilité publique. www.radix.ch [18.09.2012]

³³ L'offre de formations continues de l'OFSP englobe l'optimisation de l'efficacité des entraîneurs dans tous les domaines de compétence.

5.2 Interviews des enseignants

Les résultats de la deuxième phase de l'étude, c.-à-d. les 20 **interviews d'enseignants**, sont présentés sous forme de résumé dans ce chapitre, l'objectif étant de fournir des réponses aux questions d'évaluation (cf. chapitre 4.2). Certains résultats quantitatifs du questionnaire en ligne sont également pris en compte pour le classement des résultats qualitatifs.

5.2.1 Perception des conditions-cadres et marges de manoeuvre

L'enseignement du sport est régi par des prescriptions cantonales claires en matière de durée et de structure du cours. Dans certaines écoles, les cours de sport sont dispensés par des enseignants de sport bénéficiant d'une formation spécifique dans ce domaine. Par contre, les enseignants font état de conditions et de situations différentes dans les domaines thématiques complémentaires «activité physique et alimentation».

L'implémentation du thème «activité physique à l'école» ne fait guère l'objet de directives, et lorsque des propositions existent, elles ne sont pas connues de tous les enseignants ou ne sont pas appliquées par tous. C'est le cas de «l'école bouge» dans les cantons de Berne et Lucerne. L'école en mouvement est certes encouragée par différentes mesures à Lucerne mais elle n'est pas perçue par tous comme une voie à suivre. Une école prône la mobilité douce en encourageant les enfants à se rendre à l'école à pied ou à vélo. Quant à la mise en oeuvre du thème en dehors du programme d'enseignement, il semble qu'elle dépende de l'enseignant, de la direction de l'école et du flux d'informations. Certaines écoles ont mis en place un programme de sport scolaire facultatif auquel les enfants peuvent assister l'après-midi en complément des activités régulières.

En répondant aux questions sur l'«alimentation», les enseignants se sont souvent référés au plan d'études mais seule une minorité d'entre eux en connaissait le contenu précis: «il y a certainement quelque chose sur l'alimentation dans le plan d'études»³⁴. Certains enseignants ont indiqué que la «collation saine du matin» était une prescription de la direction de l'école ou que les enseignants des degrés scolaires en avaient convenu ainsi. Les enseignants interrogés en Suisse romande n'ont pas cité de contenus du plan d'études à propos de l'alimentation. Ils ont déclaré ne pas connaître les contenus, ce qui est particulièrement étonnant étant donné que l'alimentation a une tout autre portée dans le nouveau plan d'études romand PER où elle est intégrée dans l'objectif d'apprentissage

³⁴ Citation d'un enseignant

«Education nutritionnelle» du domaine «Corps et mouvement». Précisons toutefois que l'introduction dans les écoles se fait par étapes jusqu'à la fin de l'année scolaire 2014-2015 et que l'état d'avancement dans les écoles est très individuel.

Les enseignants n'ont mentionné aucune autre offre ou directive des cantons, communes ou directions d'écoles dans les domaines de «l'alimentation et l'activité physique». Cela laisse supposer un faible degré de connaissance des différentes offres proposées dans ces deux domaines thématiques.

En matière de formation, le thème auquel les enseignants accordent le plus d'importance est celui du sport. Selon leurs déclarations, l'alimentation et l'activité physique dans le quotidien scolaire ne sont pas des thèmes de formations continues. Beaucoup d'éléments mis en pratique dans ces champs thématiques sont des choses qu'ils ont apprises en autodidacte. Dans l'ensemble, les enseignants jugent les formations continues proposées trop théoriques et doutent de leur utilité pratique. Ils recourent donc très peu à ces formations et favorisent plutôt l'échange collégial qui leur permet de découvrir des idées éprouvées et de les mettre directement en pratique. Les formations continues «l'école bouge» et les cours J&S constituent néanmoins des exceptions puisque les enseignants de sport y assistent régulièrement selon leur spécialité personnelle.

Pour aménager et structurer ces thèmes additionnels à l'école, les enseignants souhaitent en priorité des ressources spatiales pour qu'il leur soit possible d'adapter les locaux et de pratiquer des activités physiques pendant le cours ou pendant les pauses.

5.2.2 *Mise en pratique à l'école*

Au cours de ces deux dernières années, les thèmes de l'alimentation et de l'activité physique ne figuraient dans aucune école parmi les thèmes annuels, c.-à-d. les thèmes qui sont traités durant toute l'année scolaire par l'ensemble de l'établissement scolaire; tout au plus étaient-ils inclus dans la mise en pratique du thème annuel. Les actions interclasses les plus citées sont le projet «l'école bouge» et l'armoire de récréation dans laquelle les enfants ont la possibilité d'emprunter du matériel de jeux. Certaines écoles appliquent les programmes «Courageux, c'est mieux»³⁵ et «Fit for Future»³⁶. Selon les déclarations des enseignants, le programme «Courageux, c'est mieux» exige une bonne concertation entre les diverses personnes intéressées et ne peut être réalisé que pour des leçons de deux

³⁵ Voir www.muttutgut.ch [10.09.2012]

³⁶ Voir www.fit-4-future.ch [10.09.2012]

heures vu que l'aménagement de la salle de sport³⁷ nécessite beaucoup de temps.

Les autres activités citées par les enseignants sont des actions isolées de type journée consacrée au sport ou à l'activité physique, promenade au marché ou kiosque de récréation. Ils mentionnent également des thèmes ou des semaines réalisés dans le cadre d'un projet précis, tels que la semaine de la pomme, la patinoire extérieure, le thème «chocolat» ou «pain», qui sont initiés soit pour les enfants d'une seule classe d'âge soit pour tous les degrés scolaires confondus.

Les facteurs déterminants du succès de ces activités sont l'organisation, la motivation des enseignants et des enfants ainsi que les conditions locales. Mais ils représentent aussi, avec la problématique financière, les principaux obstacles à leur réussite. De nombreux enseignants font état de ressources humaines et / ou matérielles limitées pour ces thèmes additionnels et les dépenses qu'ils impliquent, en l'expliquant par le grand nombre d'autres sujets non moins importants devant également être traités. Les enseignants souhaiteraient à ce titre que les parents aient conscience du surcroît de travail qu'ils accomplissent et l'estiment à sa juste valeur.

5.2.3 Compréhension de l'activité physique durant les cours

Les entretiens avec les enseignants ont permis d'observer une gestion et une compréhension de l'activité physique très différentes d'une personne à l'autre. Leurs définitions de l'«activité physique durant le cours», très larges, vont de «se lever et apporter quelque chose à l'avant de la salle de classe» jusqu'à «apprendre en bougeant», par exemple se tenir en équilibre sur une poutre et apprendre du vocabulaire. Pour certains enseignants «apprendre en bougeant» est une situation qu'ils n'arrivent pas encore à cerner concrètement. Leur problème est de trouver le juste milieu entre «apprendre au calme et de manière concentrée» et «apprendre en bougeant». La norme traditionnelle «rester assis calmement et apprendre» est toujours présente et pratiquée avant de passer au cours en mouvement.

En revanche, les enseignants ont une compréhension très claire des pauses en mouvement, surtout en Suisse alémanique. Ils déclarent les pratiquer souvent, tant de façon planifiée que ponctuelle, et faire appel au brain-gym, jonglage, trampoline et à la corde à sauter pour détendre le cours, rétablir la concentration ou atteindre un objectif de manière ludique.

³⁷ Ce programme prévoit l'installation de plusieurs stations dans la salle sport. Par exemple le «radeau» composé de quatre matelas, de tapis de réception et de ballons de gymnastique, de basket ou de médecine, ou encore la station «exercice de pompiers» composée d'un banc suédois ou d'une échelle fixée au trapèze ou aux anneaux balançants et de tapis de gymnastique ou d'un module en mousse en contrebas.

Les enseignants sont confrontés à un dilemme car ils comprennent la nécessité de bouger mais indiquent, en même temps, que leurs programmes d'enseignement sont complets. Ce manque de temps les oblige à faire des pauses en mouvement qui soient simples et rapides à réaliser. En général, il n'est pas possible de sortir brièvement dans la cours car cela demande au moins 15 minutes³⁸. Il s'avère que l'équipement des locaux (pas de tables roulantes, par exemple) et la dimension des salles n'offrent pas de conditions optimales pour bouger. Beaucoup d'enseignants mentionnent en outre que les autres espaces disponibles pour cet usage, par exemple le couloir ou les salles de groupes, sont très peu nombreux.

5.2.4 *Contenus transmis – Méthodes et matériel*

La mise en oeuvre méthodique-didactique des thèmes «alimentation et activité physique» dans les classes consiste notamment à

- apprendre sur la base de modèles,
- observer et «com-»prendre,
- s'impliquer et expérimenter ainsi que,
- chez les enfants plus âgés, procéder à une réflexion, p. ex. en tenant un journal de bord.

A ce titre, les enseignants indiquent qu'il est judicieux d'utiliser une structure systématique en escalier allant «du plus facile ou du plus connu au plus difficile» et que la répétition des contenus permet de les consolider. De plus, il est important de recueillir et de tenir compte des idées des enfants. Le renforcement positif peut alors générer un flux d'idées et / ou accroître la motivation. Chez les enfants plus âgés, les exposés peuvent être une bonne préparation et les jeux de détective ou de chercheur, provoquer un déclic et les inciter à s'intéresser de plus près aux thèmes.

Dans la présentation des plans d'études (chapitre 5.1.1), il a été mentionné que les domaines «alimentation et activité physique» ne sont pas définis avec précision et qu'aucun support pédagogique n'était prescrit. Cela explique notamment l'absence d'uniformité dans l'utilisation des outils pédagogiques. Les marges de manoeuvre sont très larges et le matériel didactique peu utilisé. Dans les écoles, les outils pédagogiques bien conçus, modulables et adaptés à la pratique et aux différents degrés scolaires font défaut. Or l'enseignement en mouvement et les pauses en mouvement, très spontanés, requièrent des outils qui soient accessibles sans grande organisation dans la salle de classe, qui puissent être compris, expliqués et mis en pratique rapidement, en y jetant un simple coup d'oeil.

³⁸ 5 minutes pour mettre les chaussures et se rassembler dehors, 5 minutes de jeux et 5 minutes pour rentrer et enlever les chaussures

En ce qui concerne les supports didactiques utilisés pour le thème de l'activité physique, les enseignants ont cité les informations et les jeux de cartes de «l'école bouge» ainsi que le matériel de «Fit for future». Dans le domaine de l'alimentation, les enseignants recherchent des supports clairs, éloquentes et attrayants du point de vue visuel. Ils accordent également une importance cruciale au niveau d'actualité des supports visuels. Les quelques enseignants qui traitent le thème de l'alimentation utilisent ainsi les supports «5 par jour³⁹», la pyramide alimentaire ou «Aid-Pyramide» et des informations de la Fédération des fabricants suisses de chocolat⁴⁰ ainsi que des Producteurs Suisses de Lait⁴¹. Les utilisateurs indiquent que ce matériel est pertinent sur le plan didactique, présenté avec attrait, peu coûteux et que les sources sont fiables. Remarquons toutefois que les enfants ont leur propre vision des choses: en observant la pyramide alimentaire, un enfant s'est demandé combien de verres d'eau il devrait boire s'il mangeait cinq tablettes de chocolat.

La recherche d'outils pédagogiques ou d'informations n'est guère structurée car les enseignants disposent de très peu de connaissances sur les fournisseurs de ces informations. Ils ont recours à trois stratégies de recherche différentes:

- se renseigner auprès de collègues ou de spécialistes de leur environnement personnel, de coordinateurs santé ou d'enseignants en charge de la promotion de la santé à l'école ou encore auprès du personnel infirmier en Suisse romande,
- la recherche physique dans les bibliothèques, centres médias / Regionale Didaktischen Zentren (RDZ) et ludothèques ainsi que
- la recherche virtuelle sur les sites Internet tels que blindekuh.de, zebis.ch, 5teachers.de, unterstufe.ch. Les enseignants s'interrogent toutefois sur la fiabilité de ces sites.

5.2.5 Potentiel d'impact des thèmes évalués

Les enseignants des classes de 1^{re} comme de 4^e année primaires décrivent les enfants comme très ouverts et réceptifs aux thèmes «alimentation et activité physique». Dans les classes de 1^{re} année, la démarche d'entreprendre des choses concrètes permet d'accroître la prise de conscience et de susciter l'enthousiasme des enfants pour ces thèmes. Dans les classes de 4^e année, le potentiel d'impact est un peu plus faible, les enseignants estimant que le niveau d'efficacité est déjà élevé. Pour favori-

³⁹ voir www.5amtag.ch [10.09.2012]

⁴⁰ voir www.chocosuisse.ch [10.09.2012]

⁴¹ voir www.swissmilk.ch/fr.htm [10.09.2012]

ser la durabilité des contenus transmis dans l'intérêt de la promotion de la santé, il serait nécessaire d'intégrer régulièrement ces thèmes dans les cours en pratiquant des activités qui privilégient l'expérience personnelle. Tous les enseignants ont constaté des changements / améliorations dans le domaine de l'activité physique, en particulier au niveau de la coordination, de l'endurance et de la force, compte tenu de la capacité de performance des degrés scolaires respectifs.

5.2.6 Situation dans la classe et dans le foyer parental

Les enseignants décrivent les enfants **de leur propre classe** comme des enfants qui aiment le mouvement (voir figure 3) et en ont besoin. Au niveau primaire, même des enfants en surpoids participent avec joie, aussi bien dans le quotidien scolaire que pendant les loisirs. Les propositions d'activités physiques et d'exercices sont acceptées avec d'autant plus d'enthousiasme que celles-ci ont lieu en groupe, qu'elles sont un peu plus ardues ou que les enfants peuvent convaincre d'autres personnes de leurs aptitudes. Pour les plus jeunes d'entre eux, l'activité physique conçue de manière ludique ou parée des attributs d'une histoire est particulièrement excitante. Les enfants adorent aussi les répétitions, parce qu'ils connaissent les règles, disposent ainsi d'un espace de liberté, peuvent s'épanouir et ne doivent pas se concentrer sur l'écoute et l'exercice de règles. Mais l'alternance, l'intensification dans le déroulement, le soutien de la motivation et de nouvelles impulsions venues de l'extérieur sont tout aussi importants pour les enfants. Selon les affirmations d'enseignants, les activités ne doivent être ni onéreuses ni exiger beaucoup de temps de mise en place (p. ex. jonglage, exercices d'équilibre, corde à sauter, voir le chapitre 5.3.2), mais soutenir le besoin naturel de bouger, p. ex. grâce à des cours de récréation stimulantes.

Selon les déclarations des enseignants, il pourrait être profitable pour les enfants de disposer pendant les loisirs d'offres facilement accessibles telles que des terrains de jeux correspondant à leur âge, des espaces libres / des emplacements pour de nouveaux genres d'activités physiques ou des propositions polysportives sans obligation de performance, praticables uniquement pour le plaisir et pour s'amuser. Selon les enseignants, les facteurs qui s'opposent aux activités physiques pendant les loisirs sont:

- la structure des journées des enfants avec la pression scolaire et des programmes chargés,
- l'attrait des appareils électroniques,
- le manque de soutien des parents et
- le manque de propositions simples susceptibles d'être utilisées spontanément pendant le temps libre.

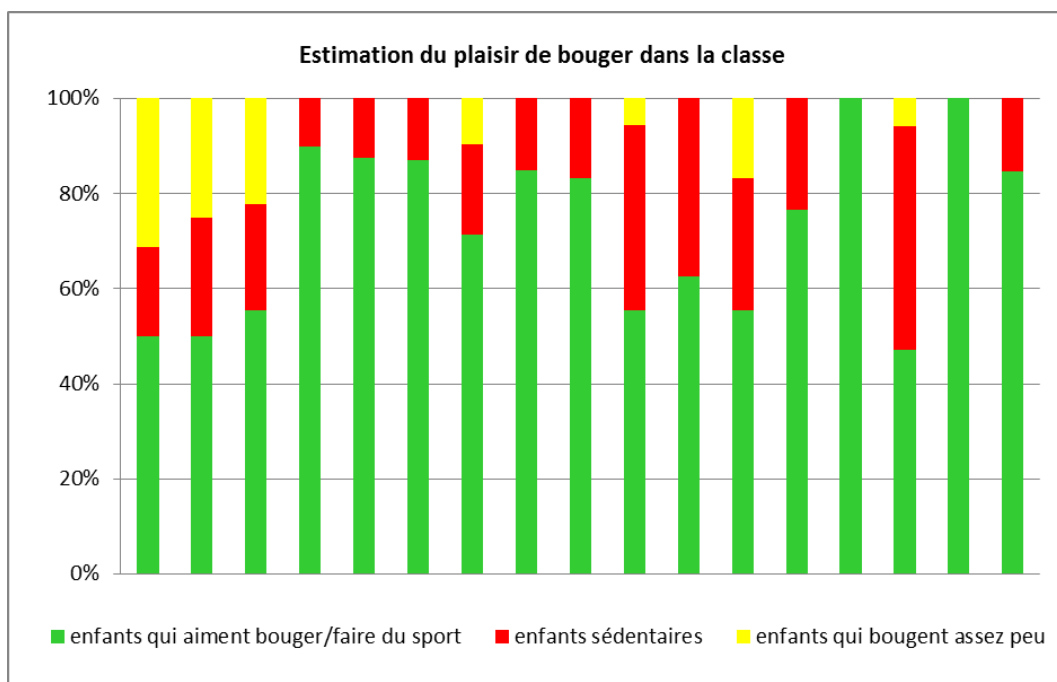


Figure 3: Estimation des enseignants concernant le plaisir de bouger; par classe

Les enseignants attestent à leurs classes un niveau de connaissances ainsi qu'un intérêt plutôt élevés pour des thèmes de santé, selon les âges respectifs. Dans les classes de première année, les enfants sont particulièrement capables d'enthousiasme lorsqu'ils découvrent de nouveaux produits alimentaires, par exemple des fruits, et peuvent les déguster. Les enfants des classes de 4^e année aimeraient aborder ce thème de manière plus approfondie et découvrir les liens entre les différents éléments, ou apprendre comment les produits alimentaires sont élaborés. Certaines classifications sont cependant encore difficiles à comprendre pour eux, ainsi, par exemple, «l'icetea». Selon l'avis de différents enfants, cette boisson contient du thé et celui-ci, conformément à leur niveau de connaissance, est bon pour la santé. Les yogourts à boire contenant des fruits pourraient en être un autre exemple: le yogourt est bon pour la santé, les fruits aussi, mais le fait que ce produit soit souvent une boisson sucrée, en partie à faible teneur en fruits, n'est pas perçu. N'oublions pas dans ce contexte qu'il s'agit d'enfants âgés de 10 ans et que la thématique de l'alimentation est très complexe, notamment en ce qui concerne les produits transformés (voir également le chapitre 5.3.1).

Comme dans d'autres cas, les enfants apprennent aussi les uns des autres en matière d'alimentation, d'où la création d'une dynamique de groupe. Il semble que dans les classes, les enfants apportent en majorité un goûter sain, bien que ce sujet ne soit discuté que de manière ponc-

tuelle. Une dynamique de groupe pourrait exercer ici une influence positive.

L'alimentation est également une question de goût, et celui-ci est formé aussi par la connaissance du goût des produits alimentaires. Plus les expériences gustatives vécues sont diversifiées et fréquentes, plus grande sera la diversité alimentaire. Les enseignants signalent en l'occurrence qu'il existe aussi des enfants difficiles qui ne veulent pas goûter à tout, phénomène qu'ils attribuent à la situation au sein de leur foyer, dans lequel la diversité des produits alimentaires est plutôt restreinte et demeure toujours la même.

D'après les enseignants, et comme on peut le voir dans la figure 4, on trouve plus de deux enfants en surpoids dans 4 classes au maximum. Relevons une remarque intéressante d'un enseignant qui indique que les enfants en surpoids ont de bonnes connaissances en matière d'alimentation, presque meilleures que celles de l'enseignant lui-même. Ces enfants souhaitent perdre du poids et font aussi beaucoup de sport.

Deux enseignants se font d'autre part du souci au sujet des élèves de leurs classes qui sont en sous-poids. Tous deux indiquent que ces enfants souffrent déjà d'une «obsession de la minceur». Ils s'interdisent des produits alimentaires dans le but de rester minces. Un enseignant indique à ce sujet qu'un enfant a réfléchi pour savoir s'il préférerait prendre la collation d'anniversaire du matin plutôt que le gâteau d'anniversaire de l'après-midi. En tout, huit enseignants rapportent qu'ils ont des enfants en sous-poids dans leurs classes; dans cinq de ces huit classes, la proportion d'enfants en sous-poids se situe à plus de 10%, autrement dit deux enfants ou plus.

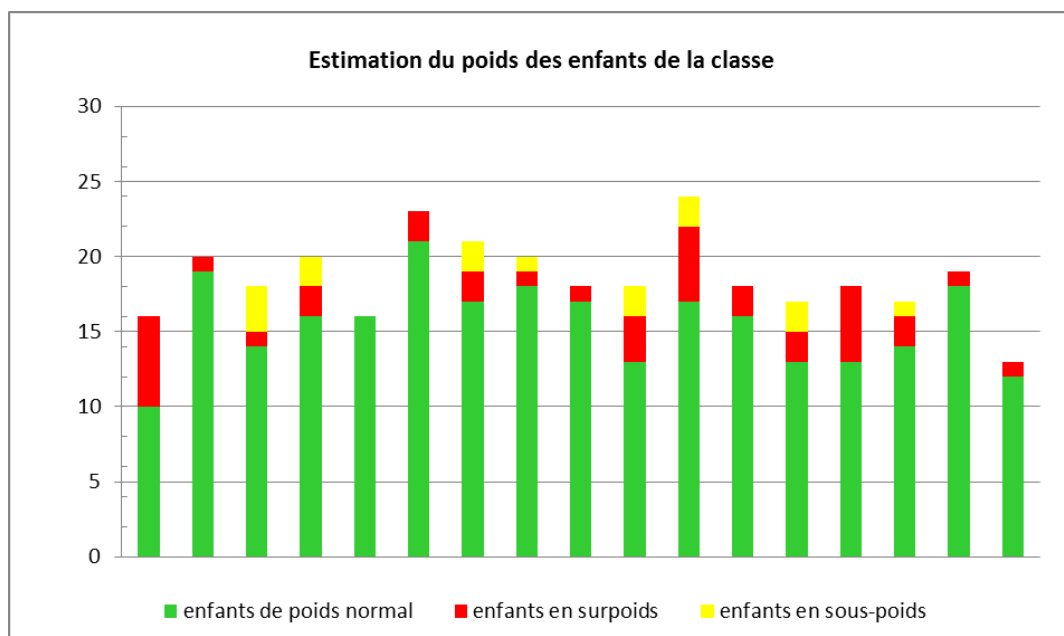


Figure 4: Estimation de l'enseignant concernant le poids; par classe

L'influence **des parents** sur les thèmes «alimentation et activité physique» est décrite comme déterminante. Les parents sont les modèles avec lesquels les enfants passent le plus de temps. D'après les enseignants, le comportement des enfants permet de deviner les comportements ou les convictions/conceptions dans les familles. Ceci est particulièrement flagrant dans l'alimentation, alors que pour l'engagement sportif, le besoin naturel de bouger des enfants joue également un rôle, parallèlement à l'influence des parents.

Du point de vue des enseignants en Suisse alémanique, les parents disposent de bonnes connaissances. La transmission d'informations s'y effectue par conséquent de manière ponctuelle pour les parents concernés, au cours d'entretiens ou sous la forme de lettres dispensant des conseils généraux au sujet de l'alimentation et de l'activité physique, ou à l'occasion des réunions de parents d'élèves. Pour les enseignants, une difficulté réside ici dans l'existence de différents concepts d'alimentation et dans le fait qu'eux-mêmes utilisent un concept précis, celui de la pyramide alimentaire⁴². Ce concept n'est pas soutenu par l'ensemble des parents, qui ont en partie d'autres conceptions de ce qu'est une alimentation saine. Dans les classes explorées en Suisse romande, la transmission d'informations aux enfants et aux parents est prise en charge par des infirmières qui passent une fois par an dans la classe.

Le pourcentage d'enfants en surpoids dans les 20 classes⁴³ des 10 écoles examinées n'est, globalement parlant, pas particulièrement élevé. Selon les enseignants, on ne peut constater de différences en matière de surpoids entre les migrants et les Suisses. Les enseignants décrivent des situations personnelles, familiales ou psychiques isolées, qui pourraient exercer une influence sur le poids de l'enfant. Cela pourrait créer un problème pour les enfants qui risquent de se retrouver «assis entre 2 chaises», dans le sens où les parents prescrivent l'alimentation / la collation du matin et que l'école souhaite leur donner autre chose. En Suisse alémanique, certains enseignants discutent de temps en temps, selon les circonstances, de la nature d'une collation saine du matin avec les enfants. Un enfant qui apporte un produit alimentaire de moindre valeur nutritive peut être mis sous pression par l'enseignant ou par les autres enfants, si lui-même n'a pas la possibilité d'exercer une influence sur la conception de son alimentation.

Un facteur mentionné par les enseignants dans le contexte de la consommation d'une alimentation peu équilibrée est le gain de statut social. Les personnes qui ont gravi un échelon de plus sur l'échelle sociale do-

⁴² Il n'existe aucune directive à ce propos dans les programmes d'enseignement.

⁴³ Dans trois classes, la part des enfants en surpoids est supérieure à 20%.

.....
.....
.....

cumentent leur nouveau statut, et utilisent une alimentation «malsaine», par exemple du fast food, pour ainsi dire en guise de symbole de statut social. Un père cité par un enseignant affirmait: «Pourquoi devrais-je donner de l'eau à emporter à mon enfant? Nous pouvons maintenant nous offrir du Coca!».

Ce gain de statut social pourrait souvent être associé à l'activité professionnelle, le cas échéant à celle des deux parents. Les enseignants constatent qu'une problématique fondamentale de l'activité physique et de l'alimentation est liée à la faible disponibilité des parents, due à leur activité et à leur engagement professionnels. Les parents consacrent ainsi une partie de leur temps libre à leur propre détente. Les produits alimentaires prêts à consommer étant financièrement supportables, le temps économisé bénéficie à la conception de leurs propres loisirs.

5.2.7 *Souhaits et indications*

En ce qui concerne les formations continues, les enseignants souhaitent des offres crédibles et motivantes, basées sur une grande pratique et sur des contenus éprouvés, mais qui transmettent aussi de manière équilibrée des aspects théoriques et des connaissances fondamentales. Ils souhaitent de nombreux exemples d'application et/ou la possibilité de faire eux-mêmes l'expérience de ces offres, afin d'être en mesure d'appliquer dans leurs cours ce qu'ils ont découvert par eux-mêmes, et de pouvoir l'adapter en fonction du niveau scolaire et de la situation. Sont importants également les contenus pouvant être mis en oeuvre avec l'ensemble de la classe et être développés et perfectionnés avec les idées de l'enseignant ou des enfants.

Les souhaits mentionnés par les enseignants en matière d'activité physique sont:

- plus de temps pour l'activité physique et le sport dans le quotidien, sans que cela nécessite un travail de préparation ou de suite,
- des locaux utilisables pour l'activité physique,
- des cours de récréation stimulantes, qui procurent du plaisir,
- des propositions de sport plus nombreuses, plus variées et sans engagement pour les enfants, et
- des associations / des clubs qui donnent la priorité à l'amusement et au plaisir de bouger plutôt qu'à la compétition.

En ce qui concerne le thème de l'«alimentation», les enseignants souhaitent un soutien dans leur relation avec les parents, soit sous la forme de personnes spécialisées, soit sous la forme de conseils: ils ne se considèrent en effet pas eux-mêmes comme spécialistes dans ce domaine. Ils se sentent partagés entre leur mission d'une part, le comportement et les

idées des parents d'autre part, et enfin leurs propres intentions en tant qu'enseignants, par exemple de pouvoir maintenir pendant les cours la concentration des enfants, qui dépend d'une alimentation équilibrée.

Les enseignants en Suisse romande souhaitent obtenir des connaissances scientifiquement étayées en matière d'alimentation, transmises par des personnes spécialisées. Un souhait concerne également des offres de thèmes alimentaires, élaborées selon le modèle de «l'école bouge», dans lesquelles les outils et les connaissances actuelles seraient traités de manière adaptée aux enfants, et ensuite directement mis en pratique.

Dans le domaine de l'«activité physique», les enseignants interrogés peuvent faire à d'autres enseignants les recommandations suivantes:

- être soi-même un exemple, un modèle,
- avancer à petit pas et, par là, ne pas exiger trop ni de soi-même ni des enfants,
- mettre du matériel à portée de main dans les salles de classe,
- instaurer de fréquentes pauses de mouvement,
- donner aux enfants la possibilité de faire des expériences de mouvement diversifiées, et
- autoriser un teamteaching ou des programmes d'accueil d'enseignants, et apprendre à partir des feedbacks.

5.3 Ateliers d'enfants

Les quatre ateliers d'enfants réalisés dans les 4 classes poursuivaient l'objectif suivant: saisie des connaissances relatives aux produits alimentaires et leur utilisation équilibrée, et saisie des souhaits d'activités physiques dans le quotidien scolaire.

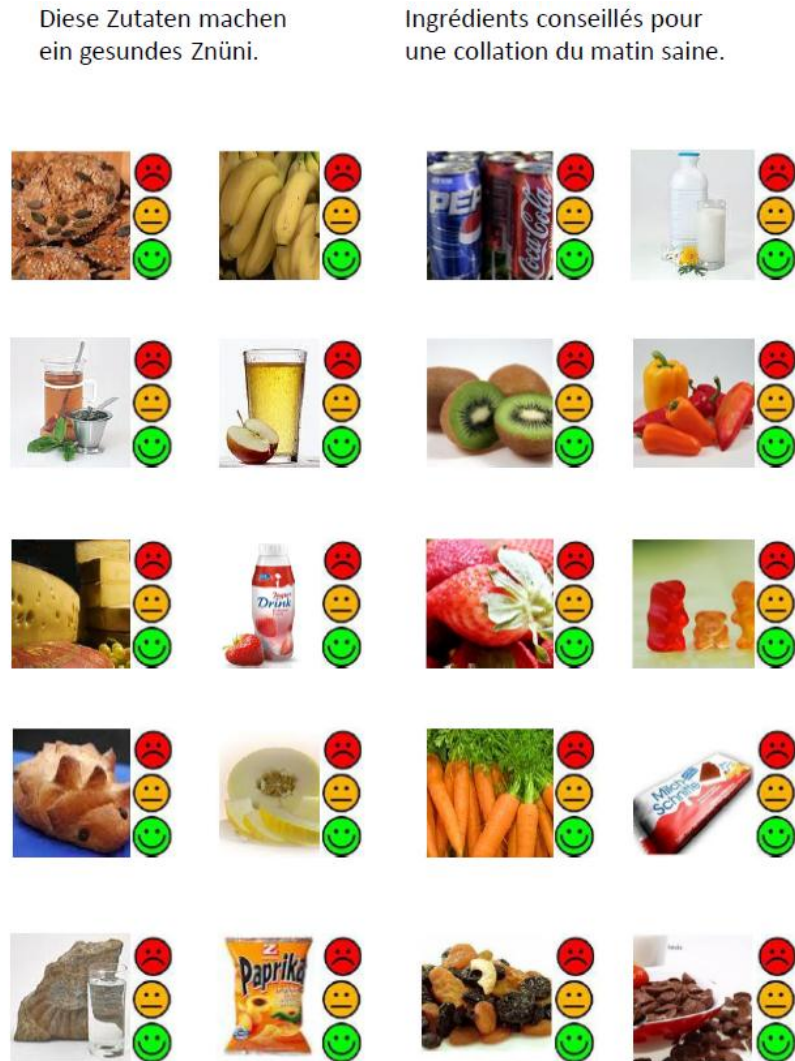


Figure 5: Questionnaire «Collation du matin»

5.3.1 Saisie des connaissances concernant la collation du matin

Il s'agissait de saisir en l'occurrence les connaissances des enfants en matière de produits alimentaires et leur utilisation équilibrée pour la collation du matin. Chaque enfant a donc reçu un questionnaire, avec pour mission de cocher sur le feu de signalisation placé à côté de chacune des









images le champ vert 😊 si, à son avis, le produit est bon pour la santé et peut être toujours consommé à la collation du matin, le champ orange 😐 s'il peut être consommé de temps en temps, et le champ rouge 😞 s'il ne doit pas être consommé du tout (voir figure 5).

Dans chacune des quatre classes, les enfants ont su évaluer correctement de nombreux produits. Ils savent comment classer les boissons sucrées, les infusions, les kiwis, les fraises, les oursons en gélatine, le melon, les carottes et l'eau, et sont capables de suivre les indications de Suisse Balance et de Promotion Santé Suisse pour ce qui est de la qualité des produits alimentaires et leur utilisation équilibrée pour la collation du matin. Dans une classe, le petit pain complet, le lait, le jus de pomme coupé d'eau gazeuse et les chips n'ont pas été classés correctement, comme on peut le voir sur le tableau suivant (tableau 2).

Le fromage et les petits pains sucrés, par contre, ont été mal évalués par toutes les classes. Le fromage est indiqué par les quatre classes comme consommable «de temps en temps» et non pas «toujours». Rappelons cependant la complexité du thème dans ce contexte. Le fromage est par exemple bon pour les os, mais il est aussi très riche en matières grasses, et la graisse doit être évitée. Les fruits sont sains; pour les enfants, les bananes comme les fruits secs font peut-être partie des fruits «bons pour la santé» (voir chapitre 5.2.6). Dans le cas des bananes, les enfants de deux classes répondent à la quasi-unanimité que l'on peut en manger tous les jours; même chose dans trois classes pour les fruits secs.

Ce questionnaire ne permet pas de constater quel est le véritable comportement des enfants par rapport à la collation du matin, ni quelle est l'influence de leurs connaissances sur le comportement des parents. Il faut se reporter ici aux déclarations des enseignants.

Fondamentalement, on peut constater dans les classes que les enfants ont déjà de bonnes connaissances de ce thème. Les différences entre le niveau de connaissances des classes dans la comparaison urbaines ⇔ rurales, Suisse alémanique ⇔ Suisse romande, proportion de migrants, activité importante ⇔ peu d'activité sont apparemment faibles, mais ne peuvent être prouvées statistiquement sur la base du nombre de classes explorées.

	Indication Suisse Balance	Classe A	Classe B	Classe C	Classe D
Pain ou petit pain complet		7%	10%	0%	0%
		13%	19%	65%	12%
		80%	71%	35%	88%
Banane		20%	0%	0%	0%
		73%	10%	76%	0%
		7%	90%	24%	100%
Boissons sucrées		93%	100%	82%	94%
		0%	0%	12%	0%
		7%	0%	6%	6%
Lait		0%	5%	0%	6%
		40%	62%	29%	35%
		60%	33%	71%	53%
Infusion		0%	10%	0%	0%
		33%	19%	24%	24%
		67%	71%	71%	76%
Jus de pomme coupé d'eau gazeuse		7%	14%	12%	24%
		47%	57%	47%	29%
		47%	29%	35%	47%
Kiwi		0%	0%	0%	0%
		20%	19%	29%	6%
		80%	81%	71%	94%
Poivron		47%	5%	24%	6%
		27%	19%	41%	24%
		27%	76%	35%	71%
Fromage		27%	14%	12%	0%
		40%	62%	53%	59%
		33%	24%	35%	41%
Yogourt à boire (sucré)		0%	10%	0%	12%
		47%	71%	76%	35%
		53%	14%	24%	53%
Fraises		0%	0%	0%	0%
		7%	0%	18%	0%
		93%	100%	82%	100%




























Oursons en gélatine		73%	95%	82%	94%
		27%	5%	18%	6%
		0%	0%	0%	0%
Petit pain sucré		7%	5%	18%	0%
		33%	62%	65%	71%
		60%	33%	18%	29%
Melon		0%	5%	0%	6%
		20%	38%	24%	24%
		80%	57%	76%	76%
Carottes		0%	0%	0%	0%
		7%	0%	6%	0%
		93%	100%	94%	100%
Tranche au lait		47%	81%	65%	47%
		47%	19%	29%	53%
		7%	0%	6%	0%
Eau		13%	0%	0%	0%
		20%	5%	0%	0%
		67%	95%	100%	100%
Chips		73%	67%	88%	47%
		27%	33%	12%	53%
		0%	0%	0%	0%
Fruits secs		20%	0%	6%	0%
		27%	29%	65%	24%
		53%	71%	29%	76%
Céréales de petit-déjeuner au chocolat		33%	52%	41%	47%
		53%	43%	47%	47%
		13%	5%	12%	6%

Tableau 2: Analyse du questionnaire «Collation du matin» par classe⁴⁴

⁴⁴ Part en pourcentage des réponses des enfants par rapport à la totalité des réponses de la classe. Les champs grisés correspondent à la réponse correcte, d'après les indications de Suisse Balance et de Promotion Santé Suisse. Les pourcentages imprimés en gras dans ces champs représentent toujours la valeur la plus élevée de la classe, ce qui signifie que la majorité des enfants ont répondu correctement à ce point.

5.3.2 Saisie des souhaits concernant l'activité physique dans le quotidien scolaire

Un autre objectif des ateliers d'enfants était la saisie des souhaits concernant l'activité physique dans le quotidien scolaire. Quelles représentations les enfants se font-ils de l'activité physique? Que mettraient-ils en pratique si les conditions étaient données? Quels sont les aspects qui les motiveraient à bouger?

A l'aide d'une courte séquence filmée⁴⁵, on a montré aux enfants les possibilités de bouger à l'école, sous la forme de l'enseignement en mouvement, de pauses actives, ou de possibilités dans les cours de récréation. Dans le cadre d'un travail de groupe, les enfants ont répondu ensuite à des questions sur les souhaits en matière d'activité physique dans le quotidien scolaire.

Les souhaits et les idées que les enfants mentionnent après avoir vu la séquence filmée sont aussi nombreux et différents que les enfants et les classes eux-mêmes. Le dénominateur commun des idées exprimées est cependant qu'elles ne sont ni onéreuses ni gourmandes en investissements, mais que ce sont précisément les activités simples qui leur plaisent.

Jongler avec des balles ou des foulards, et/ou faire des exercices d'équilibre sous différentes formes, par exemple sur un enrouleur de câble⁴⁶ ou sur une poutre, ou avec une baguette en équilibre sur une main, jouissent d'une grande popularité; cela aussi en association avec l'apprentissage. Un trampoline ferait également la joie des enfants. Toutes ces activités conviendraient pour une utilisation dans l'enseignement, sous forme d'apprentissage en mouvement, ainsi que pour une pause en mouvement ou pour la cour de récréation. Certains groupes font cependant remarquer que ces activités pourraient se révéler difficiles en association, ou que le fait de se concentrer uniquement sur le mouvement au lieu de l'apprentissage représente pour eux une source d'inquiétude. Lire en marchant dans le couloir semble par contre ressenti comme trop ennuyeux par la plupart des enfants.

Sont également cités fréquemment le jeu de volant, l'élastique à sauter, le ping-pong/tennis de table, différents jeux de saut ainsi que différents matériels de jeux, entre autres pour grimper dans la cour de récréation.

⁴⁵ Séquence de film (5 minutes) à partir d'un montage du DVD «L'école propice au mouvement» de l'ISSW de l'Université de Bâle et d'enregistrements privés de Stephan Zopfi, PHZ Luzern.

⁴⁶ Enrouleur de câble d'env. 50 cm de hauteur, tel qu'on les connaît du génie civil.

On peut conclure de cette séquence avec les enfants que les propositions montrées ont été regardées par ces derniers avec intérêt et qu'ils les ont accueillies avec joie. Le souhait d'intégrer ces activités dans le cours ou à l'école a été clairement exprimé par les enfants, non seulement dans les notes écrites, mais également oralement, directement aux enseignants.

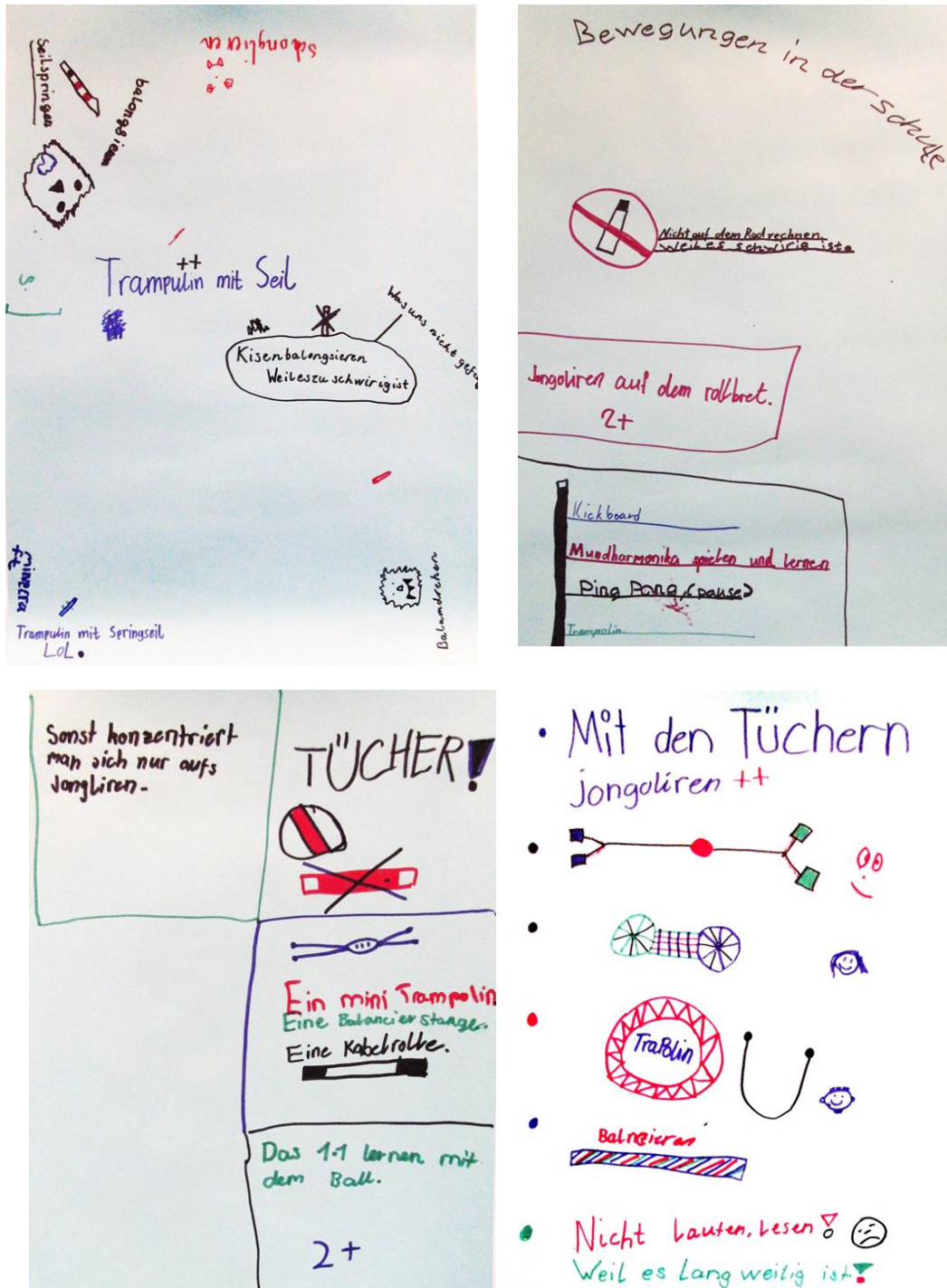


Figure 6: Exemples de notes et dessins relevés lors des ateliers

5.4 Ateliers de parents

Les deux **ateliers de parents** devaient permettre de saisir la nature des conceptions des parents concernant les thèmes de l'alimentation et de l'activité physique des enfants, et leur vision de la répartition des responsabilités dans ces domaines entre l'école et le foyer parental.

A l'aide d'un brainstorming soutenu par le jeu «hâte-toi lentement» (figure 7), les parents ont développé des idées sur le moyen de soutenir les enfants dans les domaines de l'alimentation et de l'activité physique, comme sur les instances auxquelles il incombe de se charger ou de soutenir ces tâches. Cette approche sous l'angle de la responsabilité est pertinente dans la mesure où elle permet de mieux comprendre quel soutien peut être utile dans quel cadre, et quelles sont les mesures susceptibles d'être prises.

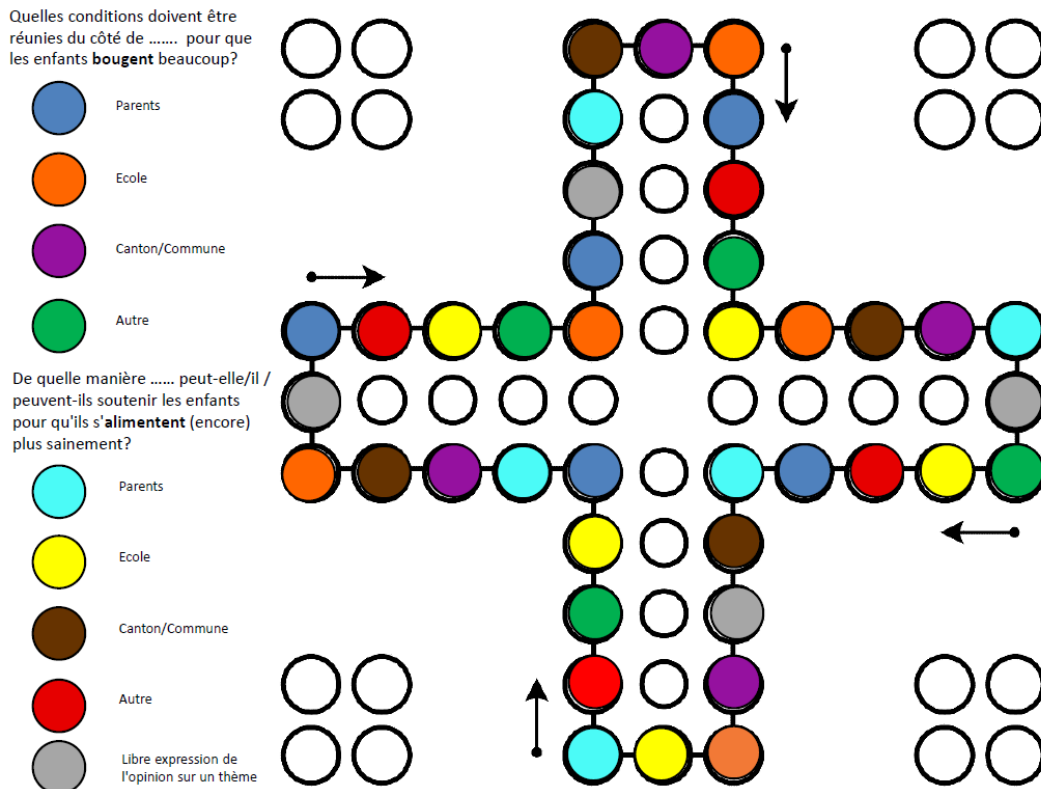


Figure 7: Jeu de brainstorming proposé aux parents

Le thème de la responsabilité en matière d'alimentation a été discuté à la suite de ce jeu. Quelle est en l'occurrence la mission incombant à l'école, quelle est celle du foyer parental? Un thème important pour les enseignants, dans la mesure où leur rôle n'est pas défini dans ce contexte. S'il n'existe pas de mandat spécifique, ils souhaitent pourtant pouvoir exercer

une influence positive à la fois sur les enfants et sur leur concentration en classe. Ils manquent d'assurance dans leur manière de gérer cette question avec les parents. C'est pourquoi les parents ont été interrogés sur leurs idées, sur ce qui doit être fait / repris à l'école et sur les domaines dans lesquels l'école et le foyer parental peuvent se compléter ou se soutenir mutuellement.

5.4.1 Soutien de l'activité physique pour les enfants

Les parents revendiquent leur rôle de modèles, ainsi que leur devoir de prendre le temps de faire du sport et de bouger avec leurs enfants. Les enfants, d'après les parents, aiment pratiquer des activités physiques lorsqu'on leur transmet le plaisir de bouger. Il pourrait également s'avérer utile de limiter le temps que les enfants passent avec des appareils électroniques, et de les inciter activement à sortir en plein air et à bouger. Les enfants devraient aussi apprendre de leurs parents qu'ils doivent, de temps en temps, tenir bon et faire preuve d'endurance, ou mener une activité à son terme; par exemple ne pas commencer un cours de sport et abandonner ensuite après une seule leçon.

Les deux groupes de parents font l'éloge de **l'école**. Celle-ci met l'activité physique en pratique de manière exemplaire, les écoles disposent d'une palette importante de propositions, ainsi que d'enseignants qui sont eux-mêmes sportifs. Les fondements peuvent être posés à l'école, quand la joie et le plaisir de bouger sont transmis grâce à des propositions telles que Pédibus, La Suisse bouge ou les pauses en mouvement. Les enfants ressentent le mouvement comme gratifiant et prennent du plaisir à découvrir de nouveaux mouvements ou activités sportives. Il est important pour les enfants que l'on ne leur supprime pas l'heure de sport et qu'ils puissent avoir aussi, globalement parlant, plus de temps pour se promener ou faire de la randonnée. Il a été signalé comme essentiel que les propositions concernant la cour de récréation soient plus nombreuses et couvrent mieux les intérêts des enfants.

Le canton/la commune pourrait surtout soutenir le plaisir de bouger des enfants par une bonne infrastructure:

- des terrains de jeux faciles d'accès, avec des propositions adaptées à l'âge, par exemple un terrain de skateboard, de basket-ball,
- adapter la conception de la cour de récréation dans l'objectif de promouvoir le mouvement et
- disposer de suffisamment de piscines.

Globalement, les parents déclarent souhaiter des propositions simples et pratiques pour leurs enfants, des possibilités de jouer librement et sans planification. Ils remarquent la quasi-inexistence de possibilités de bouger

.....
.....
.....

simplement, pour le seul plaisir du mouvement et pour le plaisir d'être ensemble. Ce point de vue vaut aussi pour les associations/les clubs, qui proposent certes une large palette d'activités sportives, mais sont assez chers et toujours orientés vers la performance, d'où un grand engagement en matière d'entraînements et de compétitions pour les enfants et leurs familles. Il y aurait ici matière à promouvoir des associations qui accordent une plus grande importance aux offres polysportives et aux programmes Jeunesse+Sport. Une offre avantageuse et polysportive pourrait également avoir un effet promoteur pendant les vacances.

5.4.2 Information sur l'alimentation pour les enfants

Les parents gèrent l'alimentation à la maison. Ce sont eux qui décident de ce qui est acheté et consommé. Ils en assument ainsi la responsabilité et se voient comme des modèles. Il est important pour eux d'expliquer à leurs enfants ce qui est bon pour la santé, et que l'on peut «quasiment» tout consommer, si on le fait sans exagération. Ils montrent à leurs enfants comment se comporter de manière responsable à l'égard des produits alimentaires sucrés. Par exemple qu'on peut prendre parfois un repas de midi «malsain», si l'on veille par ailleurs à manger équilibré. Les parents sont favorables à ce que les enfants fassent de nouvelles expériences en matière de goût et de préparation des aliments, et qu'ils apprennent à essayer des produits qui ne sont peut-être pas les plus appréciés mais qui sont justement de saison. Les enfants pourraient aussi faire de nouvelles expériences s'ils étaient impliqués au niveau des courses, s'ils aidaient à la cuisine lors de la préparation et de la présentation des aliments, et s'ils étaient sollicités aussi pour dresser le plan des menus.

L'école pourrait soutenir les enfants pour qu'ils se nourrissent de manière (encore) plus saine en leur accordant plus de temps pour manger et jouer pendant la récréation, le cas échéant en séparant même ces différents moments. Les enfants devraient recevoir à l'école des informations sur ce thème, par exemple la possibilité de découvrir la croissance des plantes aromatiques dans le jardin et de consommer ensuite celles-ci après préparation. Le fait que l'école transmette aux enfants des règles alimentaires et que les familles soient ainsi soutenues par cette institution est perçu comme tout à fait pertinent par les parents.

Le soutien des écoles et des enfants par **le canton / la commune** pourrait résider dans une prise en compte accrue de ce thème dans les programmes d'enseignement. Les parents peuvent imaginer que des produits saisonniers, comme les pommes par exemple, soient distribués gratuitement aux enfants / aux écoles et que les enfants puissent ainsi bénéficier de telles actions. Mais les parents ne voient pas de nécessité fondamentale d'agir au niveau des cantons / des communes. Ils peuvent cependant imaginer que les repas de midi proposés dans le cadre de structures d'ac-

cueil de jour constituent une aide pour les parents exerçant une activité professionnelle, d'où une décharge de ces derniers et la garantie d'un enfant bien nourri à midi.

La publicité et la **mise sur le marché / présentation** de produits alimentaires non équilibrés à la télévision et dans les magasins constituent pour les parents une difficulté, dans la mesure où ils ne peuvent exercer aucune influence sur ces aspects et que l'offre est à la fois tentante et non transparente pour les enfants.

5.4.3 *Trouver un équilibre dans les questions d'alimentation*

A la question: «Dans le domaine de l'alimentation, quelles sont les responsabilités qui incombent à l'école, et quelles sont celles qui incombent au foyer parental?», les parents répondent clairement: l'alimentation est de la responsabilité des parents, du foyer parental.


Les parents s'estiment responsables de l'alimentation des enfants et de l'éducation nutritionnelle, parce que les enfants apprennent le plus de choses à la maison. Les parents déclarent qu'en tant qu'adultes, ils sont des modèles importants et se doivent de prendre cette mission en charge.

Ils considèrent que l'alimentation est fondamentalement de leur propre responsabilité, mais souhaitent un soutien de la part de l'école avec des règles claires – comme au jardin d'enfants – ou avec des journées d'actions, par exemple une journée «pommes». Ils ne souhaitent cependant pas de surveillance ou de sanctions de la part des enseignants, à leur avis ni souhaitables ni réalisables. Ils remarquent la rupture existant lors du passage du jardin d'enfants au niveau primaire, dans la mesure où les enfants sont soumis, au jardin d'enfants, à une réglementation de la collation du matin, qui n'est pas reconduite dans les classes du primaire.

Le souhait parental serait d'établir une communication et une information transparentes entre les personnes impliquées, parce que les enfants prennent ce que disent les enseignants très au sérieux. Les parents souhaitent que l'école informe sur l'alimentation et enthousiasme par là les enfants. Cette communication pourrait constituer une grande aide pour les parents, et rendre le foyer parental et l'école parfaitement complémentaires.

Les parents déclarent que les connaissances acquises en matière d'alimentation saine sont importantes et qu'ils n'ont pas besoin d'informations supplémentaires. Citation originale d'une mère: «on devrait, bien sûr, consulter les brochures/les informations, mais je possède les connaissances nécessaires.»

Du point de vue parental, une alimentation déséquilibrée n'est pas due à un manque de connaissances, mais est imputable à la situation familiale.



Ainsi se pourrait-il, par exemple, que des parents n'aient pas le temps de faire la cuisine à cause de leur activité professionnelle, et qu'ils aient alors plutôt recours aux produits finis et/ou au fast food. Les différentes cultures, qui ne posaient cependant pas de problème dans les classes explorées, ont également été mentionnées.

En résumé, on peut dire au sujet des deux domaines thématiques que les parents se considèrent comme des modèles pour leurs enfants et assument la responsabilité principale de l'alimentation et de l'activité physique. Ils souhaitent que l'école les soutienne dans cette responsabilité, sans toutefois la leur retirer.

5.5 Résumé des résultats

Le présent volet du rapport de recherche reprend les résultats décrits ci-avant en les focalisant sur quatre domaines thématiques.

Conditions-cadres et marges de manoeuvre

Les plans d'études cantonaux constituent les conditions-cadres de l'enseignement dans les écoles. Pour la matière «activité physique et sport» ou «éducation physique», le plan d'études prévoit trois leçons de sport obligatoires par semaine. Les directives relatives à l'enseignement du sport restent assez générales et sont exprimées en termes de contenus stimulant les sens ou d'objectifs globaux. Le canton de Berne suggère en outre d'associer le sport à d'autres matières, par exemple sport et «Nature, Être, Environnement», sport et allemand. Dans le canton de St-Gall, le principe de l'enseignement en mouvement est mentionné dans le plan d'études de la discipline «sport». A Lucerne, le plan d'études est accompagné de la note «Hinweise zum Sportunterricht» (Informations sur l'enseignement du sport) qui décrit l'enseignement en mouvement à l'aide de différentes mesures. Dans les cantons de Neuchâtel et du Valais, le nouveau Plan d'études romand (PER) mentionne le lien existant entre l'activité physique et les modes alimentaires.

L'enseignement du sport est régi par des prescriptions cantonales claires en matière de durée et de structure du cours. Dans certaines écoles, les cours de sport sont dispensés par des enseignants de sport bénéficiant d'une formation spécifique dans ce domaine. Par contre, les enseignants font état de conditions et de situations différentes dans les domaines thématiques complémentaires «enseignement en mouvement» et «alimentation».

L'implémentation du thème «activité physique à l'école» ne fait guère l'objet de directives à l'intention des enseignants, et lorsque des propositions existent, elles ne sont pas connues de tous les enseignants ou ne sont pas appliquées par tous. C'est le cas de «l'école bouge» de l'OFSP⁴⁷ dans les cantons de Berne et Lucerne.

Le thème de l'alimentation se retrouve dans les matières «L'homme et son environnement» (Mensch und Umwelt), «Nature, Être, Environnement» (Natur-Mensch-Mitwelt) ou «Corps et mouvement» (Körper und Bewegung) des programmes d'enseignement. L'on peut constater, dans ces programmes, que les définitions des objectifs sont rédigées de façon

⁴⁷Office fédéral du sport (OFSP)

moins précise et plus générale que dans les plans d'études relatifs à l'enseignement du sport. Seule une minorité des enseignants en connaissait le contenu précis, et en Suisse romande, aucun contenu n'a pu être cité. Certains enseignants ont indiqué que la «collation saine du matin» était une prescription de la direction de l'école ou que les enseignants des degrés scolaires en avaient convenu ainsi.

Outre ces directives, il existe dans les différents cantons une gamme très variée d'offres sur ces thèmes, qui vont de l'outil de soutien ponctuel jusqu'aux projets et programmes d'action cantonaux en passant par les réseaux scolaires. Parallèlement aux offres des cantons individuels, on trouve également une palette de programmes de la Confédération et d'autres organisations qui soutiennent les écoles dans l'application de ces thèmes.

De nombreux enseignants font état de ressources humaines et / ou matérielles limitées pour ces thèmes additionnels et les dépenses qu'ils impliquent, en l'expliquant par le grand nombre d'autres sujets non moins importants devant également être traités. Globalement, il semble que la mise en oeuvre des thèmes en dehors du programme d'enseignement dépende de l'enseignant, de la direction de l'école et du flux d'informations. La marge de manoeuvre est très large et l'implémentation des thèmes fortement dépendante des infrastructures et des ressources humaines disponibles.

Concernant la formation initiale et continue du personnel enseignant, on constate que les thèmes évalués ne représentent qu'une très petite partie de l'offre globale. De plus, les offres de formation des enseignants dans le domaine «sport, activité physique et alimentation» varient fortement d'une haute école à l'autre. L'apprentissage en mouvement n'est imposé ni comme contenu d'un programme d'enseignement ni comme méthode d'apprentissage.

Intégration des thèmes dans le quotidien scolaire

Au cours de ces deux dernières années, les thèmes de l'alimentation et de l'activité physique ne figuraient dans aucune école parmi les thèmes annuels. Les actions interclasses les plus citées sont le projet «l'école bouge» et l'armoire de récréation dans laquelle les enfants ont la possibilité d'emprunter du matériel de jeux. Les autres activités mentionnées par les enseignants sont des actions isolées qui sont initiées soit pour les enfants d'une seule classe d'âge soit pour tous les degrés scolaires confondus.

Les entretiens avec les enseignants ont permis d'observer une gestion et une compréhension de l'activité physique très différentes d'une personne à l'autre. Leurs définitions de l'«activité physique durant le cours», très larges, vont de «se lever et apporter quelque chose à l'avant de la salle de classe» jusqu'à «apprendre en bougeant». Pour certains enseignants

«apprendre en bougeant» est une situation qu'ils n'arrivent pas encore à cerner concrètement. Leur problème est de trouver le juste milieu entre «apprendre au calme et de manière concentrée» et «apprendre en bougeant». En revanche, les enseignants ont une compréhension très claire des pauses en mouvement, surtout en Suisse alémanique. Elles sont pratiquées pour détendre le cours, rétablir la concentration ou atteindre un objectif de manière ludique. Les enseignants sont confrontés à un dilemme car ils comprennent la nécessité de bouger mais indiquent, en même temps, que leurs programmes d'enseignement sont complets. Il faudrait plus de temps pour l'activité physique et le sport au quotidien afin de ne pas devoir réaliser de travail de préparation ou de suite.

La mise en oeuvre méthodique-didactique des thèmes «alimentation et activité physique» dans les classes consiste notamment à

- apprendre sur la base de modèles,
- observer et «com-»prendre,
- s'impliquer et expérimenter ainsi que,
- chez les enfants plus âgés, procéder à une réflexion, p. ex. en tenant un journal de bord.

A ce titre, les enseignants indiquent qu'il est judicieux d'utiliser une structure systématique en escalier et que la répétition des contenus permet de les consolider. De plus, il est important de recueillir et de tenir compte des idées des enfants. Pour favoriser la durabilité des contenus transmis dans l'intérêt de la promotion de la santé, il serait nécessaire d'intégrer régulièrement ces thèmes dans les cours en pratiquant des activités qui privilégient l'expérience personnelle.

Il n'existe aucune prescription concernant les supports pédagogiques, ce qui explique notamment l'absence d'uniformité dans l'utilisation des outils pédagogiques. Les marges de manoeuvre sont très larges et le matériel didactique peu utilisé. Dans les écoles, les outils pédagogiques bien conçus, modulables et adaptés à la pratique et aux différents degrés scolaires font défaut. Dans le domaine de l'alimentation, les enseignants recherchent des supports clairs, éloquents et attrayants du point de vue visuel. Ils accordent également une importance cruciale au niveau d'actualité des supports visuels. Les utilisateurs indiquent que ce matériel doit être pertinent sur le plan didactique, présenté avec attrait, peu coûteux à mettre en oeuvre et les sources doivent être fiables.

Les enseignants jugent leur propre compréhension de «l'activité physique durant les cours» appropriée et ne la mettent pas en doute. A l'inverse, le thème de «l'alimentation» suscite plutôt des incertitudes. Les enseignants ne se considèrent pas comme des experts en la matière et constatent différentes «vérités nutritionnelles» chez les parents et leurs collègues. Ils

leur manque des bases fondamentales dans ce domaine pour pouvoir défendre leur propre position.

La recherche d'outils pédagogiques ou d'informations n'est guère structurée car les enseignants disposent de très peu de connaissances sur les fournisseurs de ces informations. Ils ont recours à trois stratégies de recherche différentes:

- se renseigner auprès de collègues ou de spécialistes,
- la recherche physique dans les bibliothèques, centres médias / Regionale Didaktischen Zentren (RDZ) et ludothèques ainsi que
- la recherche virtuelle sur les sites Internet.

Pour approfondir ces thèmes, les enseignants souhaitent des formations continues avec des offres crédibles et motivantes, basées sur une grande pratique et sur des contenus éprouvés, mais qui transmettent aussi de manière équilibrée des aspects théoriques et des connaissances fondamentales. Les enseignants en Suisse romande souhaitent obtenir des connaissances scientifiquement étayées en matière d'alimentation, transmises par des personnes spécialisées. Un souhait concerne également des offres de thèmes alimentaires, dans lesquelles les outils et les connaissances actuelles seraient traités de manière adaptée aux enfants, et ensuite directement mis en pratique.

Autres influences dans le quotidien scolaire

Selon les enseignants, les facteurs qui s'opposent aux activités physiques pendant les loisirs sont:

- la structure des journées des enfants avec la pression scolaire et des programmes chargés,
- l'attrait des appareils électroniques,
- le manque de soutien des parents et
- le manque de propositions simples susceptibles d'être utilisées spontanément pendant le temps libre.

Les enseignants et les parents affirment que les enfants aiment le mouvement et en ont besoin. Selon les déclarations des adultes, il pourrait être profitable pour les enfants de disposer pendant les loisirs d'offres facilement accessibles telles que des terrains de jeux adaptés à leur âge, des espaces / terrains pour expérimenter de nouvelles façons de bouger ou encore des offres polysportives sans obligation de performance, praticables uniquement pour le plaisir et pour s'amuser.

Triangle de communication enseignant – enfants – parents

L'influence exercée par les parents dans le domaine «activité physique et alimentation» est évaluée comme importante et déterminante par les enseignants et les parents. Selon les enseignants de Suisse alémanique, les

parents disposent de bonnes connaissances en la matière. La transmission d'informations s'y effectue par conséquent de manière ponctuelle, au cours d'entretiens ou sous la forme de lettres dispensant des conseils généraux, ou à l'occasion des réunions de parents d'élèves. Mais les enseignants ne se considèrent cependant pas comme des spécialistes pour ces entretiens et ces sujets. Un aspect qui se révèle également lorsque les parents souhaitent voir leurs propres «vérités nutritionnelles» transmises par l'école. Dans les classes explorées en Suisse romande, la transmission de l'information aux enfants et aux parents est assurée par des infirmières. On constate en l'occurrence que le triangle de communication ne fonctionne que ponctuellement, parce qu'il n'inclut souvent que certains des parents et leurs enfants. Le souhait des parents serait une communication et une information transparentes entre toutes les parties impliquées, dans la mesure où les enfants prennent très au sérieux les informations données par les enseignants.

On a pu constater dans les classes que les enfants possèdent en général de bonnes connaissances sur le thème de l'«alimentation» et savent aussi ce que l'on considère comme une collation du matin régulière et bonne pour la santé. Si un enfant ne bénéficie pas régulièrement d'une alimentation équilibrée, les enseignants choisissent parfois de s'adresser directement à cet enfant et de lui suggérer des idées qu'il peut ensuite transmettre à ses parents. Cette manière de faire pourrait cependant conduire à des difficultés, dans la mesure où l'enfant risque de se retrouver rapidement «assis entre deux chaises». Les parents expriment le souhait que l'école les soutienne dans leur responsabilité, sans toutefois la leur retirer. C'est pourquoi ils considèrent comme pertinent que l'école communique aux enfants des règles alimentaires à titre de points de repère, qu'elle ne les sanctionne pas et que les parents bénéficient ainsi de son soutien.



6 Réflexion: remarques et recommandations

6.1 Remarques critiques







Dans le cadre de l'examen de ces thèmes, les évaluateurs ont abouti aux résultats de recherche et aux constats suivants:

- certains **souhaits des enseignants**, tels que l'appel à un spécialiste externe pour l'enseignement du sport et l'apport de nouvelles impulsions, sont déjà pris en compte et en partie implémentés par des programmes d'action; mais les enseignants ne sont pas au courant de cette situation.
- De nombreuses offres d'éducation à la santé peuvent donner l'impression que **les parents** ont besoin d'une formation parce qu'ils ne sont pas assez instruits ou ne prennent pas l'initiative de s'informer. Les parents sont considérés comme des personnes «non expertes» en matière d'alimentation, entre autres, qu'il faut commencer par «éclairer» sur ce thème. On a l'impression que les migrantes et les migrants devraient être formés plus spécifiquement dans ces domaines. Dans l'étude, cet aspect n'a été constaté ni par les parents ni par les enseignants mais plutôt défini comme un préjugé.
- Il a été souligné en outre que **l'alimentation** est un thème qui concerne les parents et les familles, et que ceux-ci refusent toute ingérence d'autrui pour leur «donner des leçons» ou des ordres.
- Les recherches révèlent également un mélange de thèmes et de groupes d'interlocuteurs différents, par exemple dans le **dépliant «Conseils pour des dix-heures sains»** (cf. Figure 8). Ce dépliant ne traite pas seulement des collations saines pour les enfants, mais informe aussi les parents sur les produits saisonniers ou de la région, l'offre bio et commerce équitable, l'eau du robinet, le risque d'avalement chez les enfants en bas âge et la boîte à en-cas pour limiter les déchets. Ces informations, considérées dans leur ensemble, sont trop complexes et non congruentes. Le dépliant indique par exemple que l'on ne devrait pas manger régulièrement mais de temps à autre des fruits exotiques. Les kiwis, figues et melons figurent pourtant sous «toujours» sur la page de garde. Le groupe cible du dépliant, c.-à-d. les parents ou les enfants, n'est pas clairement défini non plus.
- Outre la possibilité de bouger, nous – la société – devrions donner aux enfants le temps de se **détendre** et d'être «paresseux». Comme mentionné dans ce rapport, les journées des enfants sont remplies de diverses tâches et activités. Après une sollicitation (intensive), le corps a







besoin de suffisamment de sommeil et de calme. Ces phases de calme ne sont guère prévues ni suffisamment prises en compte, un fait que nous ne devrions pas perdre de vue si nous voulons préserver le bien-être et les capacités des enfants.

Conseils pour des dix-heures et des goûters sains







Boissons

-  eau du robinet ou minéral**
-  infusion non sucrée
-  pommes
-  poires
-  raisin
-  cerises






Fruits

-  prunelles/pruneaux
-  nectarines/pêches
-  mandarine
-  orange
-  kiwi
-  abricot







Légumes

-  figue
-  fruits rouges
-  melon
-  tomate
-  carotte
-  concombre




Pain et céréales

-  pain mi-blanc
-  floccons de céréales non sucrés
-  pain croustillant
-  galette de riz
-  pain complet







Produits laitiers

-  yaourt nature
-  lait
-  flocons de céréales non sucrés
-  pain croustillant
-  fromage
-  fromage frais







Fruits oléagineux

-  noix
-  noisettes
-  amandes







Boissons

-  eau du robinet ou minéral**
-  infusion non sucrée
-  pommes
-  poires
-  raisin
-  cerises

Fruits

-  prunelles/pruneaux
-  nectarines/pêches
-  mandarine
-  orange
-  kiwi
-  abricot

Légumes

-  figue
-  fruits rouges
-  melon
-  tomate
-  carotte
-  concombre

Pain et céréales

- pain mi-blanc
- floccons de céréales non sucrés
- pain croustillant
- galette de riz
- pain complet

Produits laitiers

- yaourt nature
- lait
- flocons de céréales non sucrés
- pain croustillant
- fromage
- fromage frais

Fruits oléagineux

- noix
- noisettes
- amandes

Photos: Gettyimages

Figure 8: Conseils de Suisse Balance pour des dix-heures et des goûters sains




Un dix-heures ou goûter sain :

- contient toujours de l'eau ou des infusions d'herbes et de fruits non sucrés
- est composé d'un fruit ou d'un légume
- est haut en couleur et sans sucre ajouté
- peut être complété selon l'activité physique, le besson et la saison par un produit laitier, oléagineux ou à base de céréales

Pas régulièrement, mais de temps en temps :

- Fruits exotiques tels que banane, mangue, ananas, papaye (hors de l'achat de fruits exotiques, observez et préférez en premier lieu les autres bio et équitables)
- Fruits secs
- Viande et produits à base de viande (de préférence avec peu de matière grasse)
- Jus de fruit coupé d'eau gazeuse

Un en-cas raisonnable :

- complète les repas principaux de façon optimale – à l'école et à la maison
- calme les petites famines, entre-temps
- apporte de l'énergie nouvelle, avant tout lorsqu'on se dirige beaucoup durant la pause et le temps libre
- aide à se concentrer à l'école
- se compose idéalement de produits régionaux et de saison
- est, au mieux, emballé dans une boîte à en-cas pratique qui conserve les aliments au frais et permet d'économiser du matériel d'emballage

Ne sont pas recommandés :

- Les barres chocolatées, à base de lait ou de céréales
- Les croissants, les brioches, le pain de mie à la farine blanche
- Les céréales de petit-déjeuner sucrées
- Les pâtisseries sucrées (biscuits, gâteaux aux fruits, etc.)
- Les boissons sucrées telles que thé froid, atrop, coca, boissons énergétiques, boissons artificiellement (light), etc.
- Les boissons aromatisées et sucrées à base de lait (chocolat, café, lait, etc.)
- Produits gras ou fortement salés tels que bâtonnets salés, chips, fruits oléagineux salés

Le plaisir vient avec la diversité et les assortiments :

- Les aliments sur la première page peuvent être combinés avec fantaisie, par exemple :



5  **mygesplus.ch**

Accrochez les conseils pour les dix-heures et les goûters bien en vue dans votre cuisine !

6.2 Recommandations centrales

Les présentes recommandations se fondent sur les concepts établis par l'OMS dans le cadre de la Charte d'Ottawa. L'objectif est de garantir aux enfants la possibilité de préserver leur santé et leur bien-être dans leur environnement quotidien. L'accent est donc mis en priorité sur l'adoption, par les enfants, d'un comportement favorisant la santé mais aussi sur les conditions structurelles qui règnent dans leur quotidien scolaire, notamment les bâtiments, la culture et l'organisation scolaires. De ce fait, ces recommandations ne s'adressent pas seulement aux organisations qui mandatent, planifient, implémentent ou soutiennent des projets portant sur l'alimentation et l'activité physique à l'école mais également aux responsables de l'enseignement primaire qui exercent une influence considérable sur les structures des écoles. Le présent rapport et ses recommandations sont susceptibles, en outre, d'offrir aux directions des écoles et aux enseignants des éléments invitant à l'autoréflexion.

Ne pas chercher à entraîner ce qui est inné

- Concevoir les actions de promotion de la santé chez les enfants comme un développement logique de leur plaisir et de leur besoin enfantin de bouger, et proposer aux enfants des offres d'activités physiques simples et pratiques.

Les enfants adorent bouger et ils en ont besoin, même les élèves de l'école primaire qui sont en surpoids s'en donnent à cœur joie. La répétition de séquences de mouvements est essentielle car elle permet aux enfants de s'épanouir avec suffisamment de liberté dans les limites du cadre imposé. Mais il est tout aussi important de leur proposer des activités variées et prévoyant une progression dans l'exécution des séquences, d'encourager leur motivation et d'intégrer des nouveautés de l'extérieur. Les formes d'activités physiques ne doivent pas nécessairement coûter cher ni demander beaucoup de temps pour la mise en place (jonglage, exercices d'équilibre, corde à sauter, etc.), mais soutenir le besoin naturel de bouger à l'aide de cours de récréation stimulantes, par exemple. En dehors de l'école, il pourrait être pertinent de proposer aux enfants des offres de loisirs auxquelles ils ont facilement accès, telles que des terrains de jeux adaptés à leur âge, des espaces / terrains pour expérimenter de nouvelles façons de bouger ou encore des offres polysportives sans obligation de performance, qu'ils pourraient utiliser tout simplement pour s'amuser. Cela permettrait d'intégrer et de maintenir l'activité physique au quotidien.



Respecter et encourager la responsabilité des parents

- Laisser aux parents leurs domaines de compétences et respecter leur responsabilité tout en apportant une aide utile aux familles.

La plupart des parents disposent de connaissances en matière de santé et ce thème doit demeurer de leur responsabilité. L'alimentation devient source de tension car l'intention des enseignants de maintenir les enfants en forme pour la journée pourrait empiéter sur le domaine de responsabilité des parents ou ne pas coïncider avec les attitudes et opinions des parents. Les parents souhaitent des règles pour les soutenir, non des sanctions et encore moins qu'on leur fasse la leçon. Certains indices laissent penser qu'une alimentation peu équilibrée est liée en particulier à l'implication professionnelle des parents et au peu de temps libre qu'il leur reste. Il pourrait être intéressant de proposer des suggestions alimentaires additionnelles (collation du matin) pour les parents très pressés par le temps. Le développement des offres des cantines scolaires pourrait également contribuer à donner plus de poids au thème de l'alimentation.

Les parents sont des modèles de comportement pour les enfants, surtout en ce qui concerne l'alimentation. L'engagement sportif des parents se reflète chez les enfants, mais ceux-ci ont en plus un besoin naturel de bouger. Il pourrait s'avérer utile de leur proposer des loisirs auxquels ils ont facilement accès ou des offres polysportives sans obligation de performance, qui favorisent, sans grand investissement de temps ni engagement à long terme, le plaisir de bouger des enfants.

Concentrer les projets

- Concentrer les projets portant sur la promotion de l'alimentation et de l'activité physique et regrouper ceux-ci sous la forme de concept ou de plateforme, avec l'aide, par exemple, des initiateurs. Les projets devraient être envisagés davantage comme des composantes du développement de l'école et moins comme des projets ponctuels.

Les projets qui ont été initiés par des associations, des cantons et d'autres organisations pour promouvoir la santé devraient être réunis, contrôlés en termes d'orientations et de contenus, concentrés et regroupés sous la forme de concept ou de plateforme telle que www.children-on-the-move.ch. Une mise en réseau des informations sur Internet ainsi que leur archivage sous forme de fichier en un seul endroit serait pertinent. Un tel site devrait bénéficier simultanément d'une augmentation de sa notoriété, et d'un élargissement de la portée des informations. Il pourrait être utilisé aussi au titre de mesures de soutien dans le cadre du développement de l'école et contribuer ainsi à un abandon des projets isolés. Indépendamment de ces aspects, il est nécessaire que les offres puissent être trou-



vées facilement et qu'une recherche de mots-clés simple permette d'obtenir des références pertinentes.

Augmenter la notoriété des projets

- Augmenter la notoriété des propositions et projets diversifiés pour la promotion de la santé dans les écoles. Ces propositions et projets pourraient être portés dans les écoles par des détenteurs de savoir jouant le rôle de multiplicateurs. Un label de qualité aide les intéressés à obtenir une vue d'ensemble.

Si l'on considère la diversité des projets et propositions, il est important que ceux-ci bénéficient d'une plus grande notoriété et d'un élargissement de la portée des informations les concernant. Une mesure de marketing pertinente serait de faire en sorte que des détenteurs de savoir apportent leurs expériences dans les écoles en tant que multiplicateurs, au sens d'un apprentissage collégial. Des détenteurs de savoir appropriés, par exemple des écoles, des classes ou des enseignants, doivent être définis à cet effet.

Il n'est pas facile pour les utilisateurs potentiels de discerner dans ce contexte la proposition appropriée ou de grande qualité. C'est pourquoi il pourrait être utile de recommander les projets correspondant à des exigences qualitatives encore à définir. Promotion Santé Suisse devrait intervenir à ce sujet et élaborer des critères de qualité simples pour les projets de santé. Ces derniers devraient ensuite être évalués de manière fondée et soumis à un contrôle critique des résultats. Cela permettrait de créer quasiment un label pour les projets qualitatifs dans le domaine de la promotion de la santé. Cette manière de procéder constituerait également une aide précieuse pour la recherche de soutiens et de financements pour les projets labélisés.

Des activités ponctuelles jusqu'au développement de l'école

- Tendre vers un changement de perspective à l'école, de l'activité isolée / du projet ponctuel vers une intégration fondamentale dans le quotidien, par exemple dans le cadre du développement de l'école.

Dans le sens de la durabilité aussi bien pour les enfants que dans le travail des enseignants, il serait judicieux de tendre vers un changement de perspective à l'école. L'école devrait être considérée comme un lieu de promotion de la santé sous des formes très diversifiées. Cet objectif implique une intégration plus forte de l'activité physique et de l'alimentation dans le quotidien scolaire, par exemple dans le cadre du développement de l'école et de l'enseignement. Cela concerne des questions sur l'aménagement de salles de classe propices au mouvement, de cours de ré-

création stimulantes ainsi que de possibilités de cuisiner et de manger favorisant l'utilisation des produits alimentaires.

Aménager des espaces favorisant la santé

- Aménager des locaux scolaires et des espaces extérieurs qui favorisent l'activité physique, p. ex. des salles de classe dotées d'un mobilier scolaire réglable et mobile, des concepts de cours de récréation stimulantes ou une cuisine entièrement équipée afin d'intégrer l'aspect de la santé au quotidien.

L'école en tant que lieu de mise en oeuvre de programmes de promotion de la santé exige un aménagement des salles de classe qui permette de bouger, des cours de récréation stimulantes ainsi que des possibilités de cuisiner et de se restaurer qui prévoient une utilisation adéquate des produits alimentaires. Dans ce contexte, il faudrait aussi examiner dans quelle mesure le système scolaire actuel, avec son cadre temporel et le contenu bien défini des cours, peut être combiné avec un système qui encourage l'activité physique. Un grand nombre d'enseignants indiquent qu'ils aimeraient en faire davantage mais que le manque de temps – «il faut que cela aille vite», programmes d'enseignement complets – conjugué à l'équipement non optimal des locaux – tables non mobiles, peu de place dans la salle de classe, éléments perturbateurs dans le corridor – les en empêche.

Développer une compréhension commune de l'activité physique

- Encourager les enseignants à développer une compréhension et un mode de gestion communs du thème de l'activité physique en dehors du cours de sport.

Les enseignants ont actuellement une compréhension et un mode de gestion très divergents du thème de l'activité physique en dehors du cours de sport, qui peut aller de l'incitation des élèves à se lever fréquemment pendant le cours jusqu'à l'enseignement en mouvement. A cela s'ajoute la question de l'équilibre entre «apprendre au calme et de manière concentrée» et «apprendre en bougeant», qui suscite encore des incertitudes quant au mode de gestion le plus approprié. Car les enseignants constatent également que les enfants doivent apprendre à se concentrer et qu'ils n'ont pas tous les mêmes besoins en apprenant. Le développement d'une compréhension et d'un mode de gestion communs de l'activité physique pourrait être encouragé par l'apprentissage collégial et des directives pertinentes, de même que par le développement organisationnel de l'école et de l'enseignement.

Elaborer des directives pertinentes

- Elaborer des directives utiles qui servent de lignes directrices pour ancrer les deux thèmes dans les écoles primaires, les compléter par des outils pédagogiques et les mettre en pratique grâce à la compréhension commune du thème de l'activité physique.

Il n'existe que peu de directives émanant des programmes d'enseignement, du canton ou de la direction de l'école, et l'on constate que les deux thèmes sont généralement peu ancrés dans les écoles primaires. On trouve ainsi des projets et des actions isolés qui naissent de l'initiative d'enseignants individuels. La plupart du temps, les enseignants se retrouvent seuls face à ces thèmes, ce qui se reflète dans les offres proposées aux enfants. Il convient de repenser les marges de manoeuvre jusqu'ici très larges pour la transmission des contenus, de les développer de manière ciblée et d'adapter les offres et le matériel existant à la pratique. Le développement organisationnel de l'école qui intégrerait les thèmes d'évaluation dans le quotidien scolaire favoriserait également ce processus.

Créer et diffuser des outils pédagogiques adaptés à la pratique et aux degrés scolaires

- Elaborer des outils pédagogiques bien conçus et adaptés à la pratique et aux différents degrés scolaires, qui se fondent sur les objectifs de «l'école en mouvement et l'alimentation» encore à formuler dans les plans d'études. Les supports pédagogiques pourtant existants sont peu utilisés car non prescrits et donc sans caractère obligatoire dans le domaine de l'activité physique et l'alimentation.

Comme mentionné précédemment dans ce rapport, les marges de manoeuvre pour implémenter les contenus des domaines «activité physique et alimentation dans l'enseignement» sont très larges. De plus, les objectifs visés avec les thèmes «alimentation et activité physique» ne sont pas définis, et les outils pédagogiques bien conçus, adaptés à la pratique et aux différents degrés scolaires, et qui se basent sur ces objectifs, font donc également défaut. Pour les enseignants, il est important que ces thèmes puissent être adaptés à la situation présente dans la classe ou à l'enfant individuel. L'enseignement en mouvement et les pauses en mouvement, très spontanés, requièrent des outils qui soient accessibles sans grande organisation dans la salle de classe, qui puissent être compris, expliqués et mis en pratique rapidement, en y jetant un simple coup d'oeil. Or les moyens pédagogiques prévus pour l'activité physique sont souvent décrits comme absorbant beaucoup de temps.



Faciliter l'apprentissage collégial

- Véhiculer de nouveaux thèmes ou de nouvelles formes d'apprentissage à l'aide de l'apprentissage collégial, par exemple avec des programmes d'accueil d'enseignants ou des rotations de postes, dans la mesure où la propre expérience vécue est un facteur important pour la mise en pratique.

L'école traditionnelle avait des directives et des structures fermes, imposées par les emplois du temps et les contenus. Pour l'exprimer de manière légèrement caricaturale, l'apprentissage dans la concentration – sagement assis à sa place – occupait alors le premier plan. L'idée d'une école promotrice de la santé s'oppose diamétralement à cette conception. L'apprentissage en mouvement peut être cité comme exemple. Leurs différentes conceptions de la gestion de l'activité physique montre que les enseignants se situent entre ces deux pôles. L'apprentissage collégial, par exemple, avec des programmes d'accueil d'enseignants ou des rotations de postes, pourrait permettre un avènement plus rapide de l'idée de l'apprentissage en mouvement au sein des établissements scolaires, et réduire les obstacles à la mise en pratique. Il conviendrait de rechercher à cet effet des écoles, des classes et des enseignants déjà avancés dans le processus et qui pourraient servir de modèles. Le pas en direction de «l'école en mouvement» ne peut cependant être franchi avec succès que si ce processus fait partie du développement organisationnel de l'école et de l'enseignement. Il convient de signaler en l'occurrence qu'une culture d'établissement scolaire peut saper la volonté de changement de personnes individuelles, un phénomène qui doit également être intégré dans le processus.

Adapter la formation initiale et continue des enseignants

- Concevoir la formation initiale et continue des enseignants de manière à accorder plus de place à l'expérience personnelle de contenus et d'offres éprouvés.

Les formations initiales et continues proposées aux enseignants devraient être conçues de manière à laisser plus de place à l'expérience personnelle des contenus et des offres éprouvés dans le domaine de l'alimentation et de l'activité physique dans le quotidien scolaire. Il faudrait par ailleurs repenser le rôle et la portée de ces thèmes dans la formation. A ce titre, il serait nécessaire d'élaborer et d'intégrer des programmes à caractère obligatoire dans la formation méthodique-didactique des futurs enseignants.

Repenser les thèmes concernant l'alimentation au niveau du primaire

- Être prudent dans la mise en pratique du thème de l'alimentation comme «thème de l'enfant», dans la mesure où l'obsession de la minceur et l'anorexie peuvent déjà constituer un thème au niveau primaire.

Un certain nombre d'enfants s'interdisent déjà des produits alimentaires pour rester minces. Il pourrait se révéler utile de tenir compte aussi de l'aspect consommation/quantité, parallèlement à la valeur nutritive des produits alimentaires. Les enfants sont fondamentalement ouverts et intéressés par le thème de l'alimentation, et ils disposent déjà de bonnes connaissances en la matière. Certaines classifications leurs sont cependant incompréhensibles, par exemple la fréquence de consommation des bananes par rapport à leur valeur nutritive. Pour intégrer plus facilement ce thème dans le quotidien, des phrases aide-mémoire ainsi qu'une structure didactique systématique «du plus simple au plus difficile» seraient appropriées.

Etre un exemple et favoriser l'expérience personnelle

- Permettre aux enfants de s'épanouir à travers leurs propres expériences et le plaisir d'entreprendre. L'adulte doit être un exemple pour l'enfant et lui laisser en même temps suffisamment de liberté pour s'épanouir.

Les enfants apprennent le plus facilement à travers leurs propres expériences, par le plaisir d'entreprendre et en suivant des exemples. Etre un exemple et favoriser l'expérience personnelle sont des aspects essentiels pour les adultes interrogés. C'est à cette seule condition que les enfants pourront développer durablement une attitude positive à l'égard des thèmes de santé.



7 Bibliographie

- Aeppli, J.; Gasser, L.; Gutzwiller, E.; Tettenborn, A. (Hrsg.) (2010). Empirisches wissenschaftliches Verhalten - Ein Studienbuch für die Bildungswissenschaft, Bad Heilbrunn, Julius Klinkhardt.
- Antonovsky, A. (1997). Salutogenese – zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen: Dt. Gesellschaft für Verhaltenstherapie.
- Paulus P. (Hrsg.) (2010). Bildungsförderung durch Gesundheit: Bestandsaufnahme und Perspektiven für eine gute gesunde Schule. Weinheim und München: Juventa Verlag.
- Flick, U. (2007). Qualitative Sozialforschung – Eine Einführung, 3. Aufl., Hamburg: Rowohlt.
- Furrer, C.; Ehmig, S.; Lenares, J. (2008). Verhältnismonitoring Ernährung – Bewegung – Gewicht an Schweizer Schulen. Ergebnisse einer Recherche von Daten auf kantonaler Ebene, im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz.
- Gutzwiller-Helfenfinger, E., Hess, K., Wicki, W. & Büeler, X. (2006). Evaluation des Schwerpunktprogramms Gesundheitsförderung und Prävention an Zuger Schulen. Luzern: Forschungsbericht Nr. 4 der Pädagogische Hochschule Zentralschweiz, Hochschule Luzern.
- Hascher, T. (2008) Vortrag: Unterrichtsgestaltung und Gesundheitsförderung, 18. Bundeskonferenz für Schulpsychologie, 24.-26. September 2008, Stuttgart.
- Hascher, T. (2004). Wohlbefinden in der Schule. Münster: Waxmann.
- Interkantonale Lehrmittelzentrale (Luzern) (1996): ‚Bisch Zwäg‘: Gesundheitsförderung in der Schule – Materialien für den Unterricht. Buchs: Lehrmittelzentrale des Kt. Aargau (Hrsg.).
- Mayring, Philipp A.E. (2003). Qualitative Inhaltsanalyse - Grundlagen und Techniken, 8. Aufl., Weilheim: Beltz-Verlag.
- Schein, Edgar H. (2003). Organisationskultur, 1. Aufl., Bergisch-Gladbach: EHP.
- Wicki, W.; Bürgisser, T. (2008). Praxishandbuch Gesunde Schule: Gesundheitsförderung verstehen, planen und umsetzen, Bern, Stuttgart, Wien: Haupt.

Matériel filmographique

Institut du sport et des sciences du sport (ISSW) de l'Université de Bâle,
DVD «L'école propice au mouvement»

Zopfi, Stephan, PHZ Luzern, enregistrements privés

Liste des liens généraux

Office fédéral du sport

Children on the Move - a Project Inventory (COMPI) (2011)

www.children-on-the-move.ch [18.09.2012]

mobilesport.ch (2012) www.mobilesport.ch [18.09.2012]

«l'école bouge» (2012) www.schulebewegt.ch [18.09.2012]

Loi fédérale sur l'encouragement du sport et de l'activité physique:

<http://www.admin.ch/ch/d/gg/pc/documents/1602/Vorlage1.pdf>

[2.10.2012]

Ordonnance sur l'encouragement du sport et de l'activité physique:

<http://www.news.admin.ch/NSBSubscriber/message/attachments/26969.pdf>

[2.10.2012]

Promotion Santé Suisse

(2012) www.gesundheitsfoerderung.ch/pages/Gesundes_Koerpergewicht/Programme_Projekte/projekte/rundum_fit.php [18.09.2012]

(2008) www.promotionsante.ch/pdf_doc_xls/d/gesundnes_koerpergewicht/programme_projekte/ULFs/ULFs_algemein/d/ULF_Rundum-fit.pdf

[18.09.2012]

Kanton Luzern, Bildungs- und Kulturdepartement, Dienststelle Volksschulbildung

(2011) www.volksschulbildung.lu.ch/index/unterricht_organisation/uo_fl_ueberfachl_themen/uo_fl_uf_rundumfit/ruf-angebote_kg-ps_bewegungseinheit.pdf [18.09.2012]

(2011) www.volksschulbildung.lu.ch/index/unterricht_organisation/uo_fl_ueberfachl_themen/uo_fl_uf_rundumfit/ruf-angebote_kg-ps_ernaehrungsmorgen.pdf [18.09.2012]

Kanton Luzern, Gesundheits- und Sozialdepartement, Dienststelle Gesundheit, Gesundheitsförderung (2011/2012)

www.gesundheit.lu.ch/index/gesundheitsfoerderung/gewicht/rundum_fit-angebote.htm

Kinder im Gleichgewicht (2012) www.kinder-im-gleichgewicht.ch
[18.09.2012]

Mut tut gut / Courageux, c'est mieux (2012) www.muttutgut.ch
[18.09.2012]

.....
.....
.....

Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé (1986),

www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf [18.09.2012]

RADIX, www.radix.ch [18.09.2012]

Conférence suisse des directeurs cantonaux de l'instruction publique (CDIP)

Lehrplan 21 pour la Suisse alémanique - www.lehrplan.ch [02.10.2012]
Plan d'études romand (PER) - www.ciip.ch/CMS/default.asp?ID=703
[02.10.2012]

Liste des liens relatifs aux informations et au dépliant «Conseils pour des dix-heures sains»

Promotion Santé Suisse

(2012)www.gesundheitsfoerderung.ch/pages/Gesundes_Koerpergewicht/Allgemeines/Kampagne/Kampagnen.php?kid=10&lang=f
[18.09.2012]

(2011) Recueil d'informations sous Produits imprimés Aperçu des brochures

Canton de Berne, Direction de la santé publique et de la prévoyance sociale,

www.sso.ch/doc/doc_download.cfm?uuid=1E0DD2F1A594882302571E8A0A7118D4&&IRACER_AUTOLINK&& [18.09.2012]

Kanton Luzern,

Bildungs- und Kulturdepartement, Dienststelle Volksschulbildung (2009)
www.volksschulbildung.lu.ch/index/unterricht_organisation/uo_fl_ueberfachl_themen/uo_fl_uf_rundumfit/rundumfit_elternbroschuere-ernaehrung.pdf [18.09.2012]

www.volksschulbildung.lu.ch/index/unterricht_organisation/uo_fl_ueberfachl_themen/uo_fl_uf_rundumfit/rundumfit_elternbroschuere-ernaehrung_deutsch.pdf [18.09.2012]

Gesundheits- und Sozialdepartement, Dienststelle Gesundheit, Gesundheitsförderung, www.gesundheit.lu.ch/znueni_u_zvieriflyer.pdf
[18.09.2012]

Kanton St. Gallen, Kinder im Gleichgewicht (2012), http://www.kinder-im-gleichgewicht.ch/Portals/11/docs/kig_znueniflyer.pdf [18.09.2012]

Suisse Balance, l'organisme national de promotion de projets dans les domaines de l'alimentation et de l'activité physique de l'Office fédéral de la santé publique et de Promotion Santé Suisse

(2012)www.suissebalance.ch/logicio/client/suissebalance/file/SB_Materialien/sb_znueniblatt_2012_fr_web.pdf [18.09.2012]

(2011) Vue d'ensemble
www.suissebalance.ch/logicio/client/suissebalance/file/SB_Materialien/Uebersichtsliste_Pausenkiosk_Mittagstisch_PDF_Aktuell_2011.pdf
 [18.09.2012]

8 Appendice

Fragebogen Lehrpersonen französisch

QUESTION INTRODUCTIVE

- ❖ Quelles expériences avez-vous faites jusqu'à présent en ce qui concerne les thèmes de l'alimentation et de l'activité physique en général?
 VF: éven. dans des écoles/dans la présente école/durant le cours/à l'occasion de formations continues

MISE EN OEUVRE À L'ÉCOLE ET DANS LA CLASSE

- ❖ Comment ces champs de thèmes sont-ils appliqués, traités dans cette école?
- ❖ Comment procède-t-on pour planifier des actions s'adressant à toutes les classes / des actions spécifiques à l'école?
- ❖ Quelles sont les conditions nécessaires pour leur succès? / Quels obstacles surviennent en l'occurrence?
- ❖ Que se passe-t-il dans votre classe par rapport à ces thèmes? Que fait-on?
- ❖ Comment la classe est-elle composée en termes de comportements?
 [pas de focalisation explicite sur les groupes défavorisés en termes d'éducation, les élèves en surpoids, ceux qui n'aiment pas bouger, les migrants = attitude ouverte]
- Quelle importance revêtent ces thèmes par comparaison à d'autres thèmes?
- Quelles mesures ont été prévues pour l'école? Lesquelles ont été implémentées?
- Comment fait-on pour lancer / soutenir ce genre de thèmes? Qui planifie et décide des thèmes ciblés?

SOUTIEN ET OUTILS PERMETTANT L'APPLICATION DU MANDAT

- ❖ Quels informations et matériels/documents vous apportent un soutien pour traiter ces thèmes? VF: Existe-t-il des sites Internet ou des documents/outils qui vous apportent une aide? Lesquels?
- ❖ Avec qui échangez-vous à propos de ces thèmes?
- ❖ Existe-t-il des services/personnes que vous pouvez contacter et qui vous apportent (peuvent vous apporter) une aide dans ces domaines?
- ❖ Où recherchez-vous des informations et des outils lorsque vous souhaitez traiter un nouveau thème dans ce domaine?
- ❖ Quels outils/documents vous manquent pour vous permettre une mise en pratique idéale des champs de thèmes au sein du cours?
- Quel type de soutien avez-vous déjà utilisé?
 VF: Que pouvez-vous en dire (vos commentaires/remarques)?
- Quel type de soutien utiliseriez-vous?
- Quels informations et outils existe-t-il à l'école?
- Lesquels avez-vous déjà utilisés concrètement? Dans quelle mesure en étiez-vous satisfait? VF: Que pouvez-vous en dire (vos commentaires/remarques)?

- Qu'est-ce qui vous inciterait à renforcer encore votre engagement? [exemples de réponses susceptibles d'être citées ici: les heures compensatoires, le budget, l'engagement des autres, la motivation, une indemnisation, etc.]

DIRECTIVES

- ❖ Quelles directives cantonales existe-t-il dans ces domaines?
- ❖ Quelles instructions proviennent de la direction de l'école?
- ❖ Dans quelle mesure ces directives (du canton/de l'école) sont-elles utiles pour la mise en pratique?
- Quel type d'encouragement existe-t-il dans ces domaines? [exemples de réponses susceptibles d'être citées ici: formation continue, budget, heures compensatoires, projets d'origines différentes]
- Que contient le programme d'enseignement dans ces domaines et où cela est-il contenu dans ce programme? VF: Sous quelle forme?

FOCALISATION SUR LES ENFANTS

- ❖ Qu'est-ce qui est bien accueilli par les enfants?
- ❖ Quels sont les aspects que les enfants peuvent facilement/rapidement mettre en pratique?
- Quelles sont les raisons qui font que les enfants renoncent à appliquer les conseils en matière d'alimentation et d'activité physique?
[exemples de réponses susceptibles d'être citées ici: motivation, différences culturelles, influences extérieures, groupe de pairs – évent. un peu tôt –, parents, comportement et restrictions durant les loisirs]

EFFICACITÉ / AUTO-EFFICACITÉ

- ❖ Quel développement constatez-vous chez vos élèves au niveau de la confrontation active avec ces thèmes? Observez-vous des changements?
- ❖ Comment traitez-vous ou transmettez-vous ces thèmes?
- ❖ Avec quels moyens méthodiques-didactiques leur transmettez-vous ces thèmes / les appliquez-vous?
- ❖ A votre avis, quel est l'impact de l'enseignement dans les domaines de l'alimentation et de l'activité physique?
- Qu'avez-vous changé dans votre cours/façon d'enseigner par rapport au passé?
- La confrontation active avec ces thèmes influence-t-elle votre organisation didactique/méthodique du cours [un enseignement orienté vers l'action/les problèmes versus la transmission d'informations, c.-à-d. uniquement au niveau des connaissances; thématisation du foyer familial, extension du thème au-delà des limites de la salle de classe]?
- Comment ressentez-vous personnellement cette efficacité?

FOCALISATION SUR LES PARENTS

- ❖ Quel est votre sentiment, comment les parents influencent-ils leurs enfants face à ces thèmes?
- ❖ Comment avez-vous perçu l'influence des parents sur ces thèmes?
- ❖ Sous quelle forme les parents sont-ils impliqués dans ces thèmes?
- Sous quelle forme les parents reçoivent-ils des informations adaptées aux adultes?
- Comment percevez-vous l'efficacité de la transmission des informations aux parents dans le domaine de l'alimentation et de l'activité physique? [pas de focalisation explicite sur les groupes défavorisés en termes d'éducation, les migrants = attitude ouverte]

FORMATION INITIALE ET CONTINUE

- ❖ Avez-vous déjà eu la possibilité de suivre une formation continue consacrée à ces thèmes? Quelle formation continue sur ces thèmes avez-vous suivie en l'occurrence? VF: quelle formation continue liée à l'enseignement?
- ❖ Comment une formation continue de ce type devrait-elle être conçue pour qu'elle vous apporte un bénéfice?
 - Avec quels champs de thèmes vous êtes-vous déjà familiarisé?
 - Quelles informations avez-vous obtenues?
 - Dans quelles formations continues ces thèmes ont-ils également été abordés (entre autres sujets)?
 - Quelles expériences avez-vous faites dans cette/ces formation(s) continue(s)?
 - Laquelle ou lesquelles aimeriez-vous (encore) suivre? Où?
 - Quel rôle ces thèmes ont-ils joué dans votre formation? Quelle a été leur importance?

PERSPECTIVES / QUESTIONS FINALES

- ❖ Avez-vous des conseils ou des remarques que vous aimeriez transmettre à d'autres enseignants pour gérer ces thèmes / pour introduire ces thèmes à l'école?
- ❖ Si vous pouviez faire un vœu, quel vœu formuleriez-vous par rapport à ces thèmes?
- ❖ Aimeriez-vous encore ajouter quelque chose à propos de ce thème et de notre entretien? Y a-t-il un point que nous n'avons pas évoqué et dont vous voudriez encore parler?

Fragebogen Lehrpersonen deutsch

Einleitungsfrage

- ❖ Welche Erfahrungen haben Sie bisher mit den Themen Bewegung und Ernährung ganz allgemein gemacht? VF: *u.U. an Schulen/an der Schule/im Unterricht/in Weiterbildung*

Umsetzung an der Schule und der Klasse

- ❖ Wie werden die Themenbereiche an dieser Schule gehandhabt?
- ❖ Wie werden klassenübergreifende / schulhauspezifische Aktionen geplant?
- ❖ Welche Gelingensbedingungen sind dabei wichtig? / Welche Stolpersteine gibt es dabei?
- ❖ Was ist in Ihrer Klasse in Bezug auf diese Themen los? Was wird gemacht?
- ❖ Wie ist die Klasse im Verhalten aufgestellt?
[kein explizites Fokussieren auf bildungsferne Gruppen, Übergewichtige, Bewegungsfaule, Migranten = offene Haltung]
- Welchen Stellenwert haben sie im Vergleich zu anderen Themen?
- Welche Massnahmen wurden für die Schule geplant? Welche umgesetzt?
- Wie wird so etwas initiiert / unterstützt? Wer plant und entscheidet die Themen?

Unterstützung und Materialien zur Umsetzung des Auftrages

- ❖ Welche Informationen und Materialien bieten Ihnen eine Unterstützung bei der Bearbeitung dieser Themen? VF: *Welche Internetseiten oder Materialien gibt es, die Ihnen eine Unterstützung bieten?*
- ❖ Mit wem stehen Sie im Austausch bei diesen Themen?

- ❖ Gibt es für Sie Anlaufstellen/-personen, die Ihnen im Thema weiterhelfen (können)?
- ❖ Wo suchen Sie nach Informationen und Materialien, wenn Sie ein neues Thema in diesem Bereich bearbeiten möchten?
- ❖ Welche Materialien/Unterlagen fehlen Ihnen für eine optimale Umsetzung der Themenbereiche im Unterricht?
- Welche Art der Unterstützung haben Sie schon genutzt?
VF: Was für Anmerkungen haben Sie zu diesen?
- Welche Art der Unterstützung würden Sie nutzen?
- Welche Informationen und Materialien gibt es an der Schule?
- Welche haben Sie schon eingesetzt? Wie zufrieden sind Sie damit gewesen?
VF: Was für Anmerkungen haben Sie zu diesen?
- Was würde Sie dazu veranlassen Ihr Engagement noch zu verstärken? [Ausgleichstunden, Budget, Engagement der anderen, Motivation, Entschädigung könnten hier genannt werden]

Vorgaben

- ❖ Welche Vorgaben gibt es vom Kanton in diesen Bereichen?
- ❖ Welche Handlungsempfehlungen der Schulleitung sind vorhanden?
- ❖ Wie hilfreich sind die Vorgaben (Kanton/Schule) für die Umsetzung?
- Welche Art von Förderung in diesen Bereichen gibt es? [Weiterbildung, Budget, Ausgleichstunden, Projekte von unterschiedlicher Seite könnten hier genannt werden]
- Was ist von diesen Themen wo im Lehrplan enthalten? *VF: In welcher Form?*

Blickrichtung Kinder

- ❖ Was kommt gut bei den Kindern an?
- ❖ Was können die Kinder leicht/schnell umsetzen?
- Was steht bei den Kindern dagegen Bewegungs- und Ernährungstipps umzusetzen?
[Motivation, kulturelle Unterschiede, äussere Einflüsse, Peergroup -ggf. etwas früh, Eltern, Freizeitverhalten und –beschränkungen könnten hier genannt werden]

Wirksamkeit / Selbstwirksamkeit

- ❖ Welche Entwicklung stellen Sie bei Ihren Schülerinnen und Schülern beim (aktiven) Umgang mit den Themen fest? Gibt es da Veränderungen?
- ❖ Wie arbeiten bzw. vermitteln Sie die Themen?
- ❖ Mit welchen methodisch-didaktischen Mitteln vermitteln Sie die Themen / setzen Sie ein?
- ❖ Was bewirkt Ihrer Meinung nach der Unterricht zu den Themen Bewegung und Ernährung?
- Was haben Sie in Ihrem Unterricht im Vergleich zu früher verändert?
- Hat der aktive Umgang mit den Themen einen Einfluss auf Ihre didaktisch/methodische Unterrichtsgestaltung [handlungs-/problemorientiert unterrichten vs. Informationsweitergabe, reine Wissensebene; Elternhaus wird mit zum Thema gemacht, Verlassen des engeren Schulraumes thematisch]?
- Wie erleben Sie selbst die Wirksamkeit?

Blickrichtung Eltern

- ❖ Wie ist Ihr Eindruck, wie beeinflussen die Eltern ihre Kinder im Umgang mit diesen Themen?
- ❖ In welcher Form haben Sie den Einfluss der Eltern auf die Themen erlebt?
- ❖ In welcher Form werden die Eltern in diese Themen eingebunden?
- In welcher Form werden die Eltern darüber erwachsenengerecht informiert?

- Wie erleben Sie die Wirksamkeit der Informationsweitergabe an die Eltern zu den Themen Bewegung und Ernährung? [kein explizites Fokussieren auf bildungsferne Gruppen, Migranten = offene Haltung]

Aus- und Weiterbildung

- ❖ Konnten Sie schon eine Weiterbildung zu den Themen besuchen? Welche Weiterbildung haben Sie zu diesen Themen gemacht? *VF: Welche unterrichtsnahe Weiterbildung?*
- ❖ Wie muss so eine Weiterbildung aussehen, damit sie für Sie gewinnbringend ist?
- Welche Bereiche der Themen haben Sie pers. bereits kennengelernt?
- Welche Informationen haben Sie erhalten?
- In welchen Weiterbildungen wurden die Themen mitbehandelt?
- Welche Erfahrungen haben Sie in dieser/diesen Weiterbildungen gemacht?
- Welche würden Sie (noch) gerne besuchen? Wo?
- Welchen Stellenwert haben die Themen in Ihrer Ausbildung eingenommen?

Ausblick / Schlussfragen

- ❖ Hätten Sie Hinweise für andere Lehrpersonen mit diesen Themen umzugehen / diese Themen einzubringen?
- ❖ Wenn Sie einen Wunsch frei hätten, was würden Sie sich zu diesem Themenbereich wünschen?
- ❖ Gibt es etwas, was Sie uns zum Thema und zu diesem Gespräch noch gerne mitteilen würden? Gibt es noch etwas worüber wir noch nicht gesprochen haben?



Workshop enfants

Bref questionnaire: goûter de dix heures => Figure 5: Questionnaire «Collation du matin»

Discussions de groupe: recueil des idées et évaluation dans les groupes

- ❖ qu'est-ce qui vous plaît bien dans ce qu'on vous a montré?
- ❖ Imaginez que vous ayez une baguette magique et que vous puissiez faire apparaître quatre de ces choses. Quelles sont les quatre choses que vous feriez apparaître ici, dans votre école? Pourquoi choisiriez-vous cela?
- ❖ Si vous imaginez maintenant que tout ce que vous avez vu existe ici et que vous ayez à nouveau une baguette magique, qu'est-ce que vous feriez disparaître? Pourquoi élimineriez-vous cela?
- ❖ Pouvez-vous encore imaginer autre chose?

Kinder-Workshop deutsch

Kurzfragebogen: Znüni => Figure 5: Questionnaire «Collation du matin»

Gruppendiskussionen:

Zusammentragen der Ideen und Bewertung in den Gruppen:

- ❖ Was gefällt Euch von den gezeigten Sachen gut?
- ❖ Stellt Euch vor ihr habt einen Zauberstab und dürft vier Sachen davon herzaubern. Welche vier Sachen würdet ihr hier in eure Schule zaubern? Warum würdet ihr das zaubern?
- ❖ Wenn ihr Euch vorstellt, das gäbe es alles hier und ihr hättet wieder den Zauberstab, was würdet ihr wegzaubern? Warum würdet ihr das weg zaubern?
- ❖ Könntet Ihr Euch noch was anders vorstellen?

Workshop adultes

Ne t'en fais pas

=> Figure 7: Jeu de brainstorming proposé aux parents

Nous allons recueillir aujourd'hui les opinions et les perceptions/représentations d'une manière ludique et jouer à „Ne t'en fais pas“ avec des couleurs. Chaque fois que vous jouez, vous tombez sur une couleur qui représente une question précise. Par exemple

- BLEU => Quelles conditions doivent être réunies du côté des parents pour que les enfants **bougent** beaucoup?
- ou JAUNE => De quelle manière l'école peut-elle soutenir les enfants pour qu'ils s'**alimentent** (encore) plus sainement?

Thèmes de discussion après le jeu:

Texte d'introduction: Nous venons de parler d'un grand nombre de sujets et il y en a un que j'aimerais approfondir à présent avec vous, c'est le thème de l'alimentation.

- Quelle est la mission de l'école à cet égard, et quelle est la mission du foyer familial?
- Quels domaines incombent au/sont du ressort du foyer familial?
- Quels sont les points qu'on aimerait voir réaliser à l'école / dont on aimerait qu'ils soient pris en charge par l'école?
- A quel niveau l'école et le foyer familial peuvent-ils se compléter ou se soutenir mutuellement?

Eltern-Workshop

Mensch ärgere Dich nicht / Eile mit Weile

=> Figure 7: Jeu de brainstorming proposé aux parents

Wir sammeln heute die Meinungen und Vorstellungen auf spielerische Art und spielen „Mensch ärgere Dich nicht“ mit Farben. Jedes Mal, wenn Sie ziehen kommen Sie auf eine Farbe, die für eine bestimmte Fragestellung steht. Beispielsweise

- BLAU => Was muss von Seiten der Eltern gegeben sein, damit sich Kinder viel **bewegen**?
- Oder GELB => Wie könnte die Schule die Kinder unterstützen, sich (noch) gesünder zu **ernähren**?

Diskussionsthema nach dem Spiel:

Das Thema ist, wo die Grenze zwischen Elternhaus und Schule zum Thema Ernährung verlaufen sollte.

Einleitungstext: Wir haben jetzt über viele Themen gesprochen und ein Thema möchte ich jetzt zur Vertiefung zur Diskussion stellen und das ist die Ernährung.

- Was ist hier die Aufgabe der Schule, was ist die Aufgabe des Elternhauses?
- Welche Bereiche gehören ins Elternhaus?
- Was wird gewünscht, dass es in der Schule gemacht wird / von der Schule übernommen wird?
- Wo können sich Schule und Elternhaus ergänzen bzw. sich gegenseitig unterstützen?