

Promouvoir l'activité physique au quotidien

Pourquoi et comment ?

Journée cantonale de promotion de la santé et de la prévention en milieu scolaire, Montreux le 23 avril 2009

christophe.botfield@vd.ch
florian.etter@vd.ch

Promouvoir l'activité physique au quotidien

Les sujets abordés lors de cette présentation :

- Le cadre légal
- Le constat des milieux de la santé
- Le mouvement à l'école
- Projets scolaires

Cadre légal

Loi fédérale encourageant la gymnastique et les sports
du 17 mars 1972 (Etat le 1er janvier 2008)

Art. 2 1. Enseignement obligatoire

1. Les cantons veillent à ce qu'un enseignement suffisant de la gymnastique et des sports soit donné dans les écoles.
2. L'éducation physique est obligatoire dans toutes les écoles primaires, moyennes et professionnelles, y compris les écoles normales et les cours supérieurs de formation pédagogique.

Art. 3 2. Enseignement de la gymnastique et des sports dans les écoles professionnelles

Dans les écoles professionnelles, l'enseignement de la gymnastique et des sports est régi par les prescriptions fédérales et cantonales en la matière. La Confédération soutient cet enseignement.

Cadre légal

Ordonnance concernant l'encouragement de la gymnastique et des sports
du 21 octobre 1987 (Etat le 1er janvier 2008)

Art. 1 Principe

1. Les cantons veillent à ce que, dans le cadre de l'enseignement ordinaire, **trois leçons d'éducation physique hebdomadaires en moyenne** soient dispensées dans les écoles primaires, dans les écoles du degré secondaire I et dans les écoles de formation générale du degré secondaire II.
2. Ils veillent à ce que l'enseignement dispensé soit de qualité et permette, en fonction du niveau de développement des élèves, de promouvoir à la fois leurs qualités de coordination, leur condition physique et leurs compétences sociales.
3. Les cantons veillent à ce que l'enseignement de l'éducation physique **s'accompagne d'activités sportives complémentaires sous forme de journées sportives, de camps de sport ou de semaines hors cadre** consacrées au thème du sport.
4. L'enseignement de l'éducation physique est fondé sur un plan d'études cadre édicté par le Département fédéral de la défense, de la protection de la population et des sports (département). Les cantons seront consultés avant la publication de ce plan d'études cadre. Il sera tenu compte de leur avis.

Cadre légal

Ordonnance sur l'enseignement de la gymnastique et des sports dans les écoles professionnelles

Du 14 juin 1976 (Etat le 11 août 1998)

Art. 4 Durée de l'enseignement

1. L'enseignement obligatoire de la gymnastique et des sports comprend par semaine:
 - une leçon au moins lorsque l'enseignement à l'école professionnelle ne dépasse pas un jour,
 - une double leçon lorsqu'il est d'un jour et demi ou de deux jours.
1. Le Département fédéral de l'économie établit la réglementation applicable à la branche obligatoire «gymnastique et sports» dans l'enseignement alterné et dans les cours professionnels intercantonaux.

Cadre légal

LOI 415.01 d'application dans le Canton de Vaud de la législation fédérale encourageant la gymnastique et les sports (LVLGS) du 24 février 1975

Art. 9 Demi-journées, journées et camps de sport

1. Les demi-journées ou journées de sport prévues par l'article premier, alinéa 2, de l'ordonnance fédérale, en plus des trois heures hebdomadaires, sont organisées à raison de deux après-midi ou d'une journée par mois, si possible en plein air.
2. Les camps de sport sont organisés selon les possibilités régionales.

Cadre légal

RÈGLEMENT 415.01.1sur l'éducation physique dans les écoles (REPE) du 20 mai 1977

Art. 5 Répartition des leçons

Pendant la scolarité obligatoire, les trois heures hebdomadaires sont données en trois ou quatre leçons, à des jours différents. Dans des circonstances particulières, le département peut admettre le groupement de deux leçons. Dans les classes enfantines, l'éducation physique (deux heures par semaine au minimum) est donnée en principe en trois périodes.

Art. 7 Rythmique

La rythmique peut remplacer l'éducation physique pour un tiers du temps: a. dans les classes enfantines; b. dans les classes de développement; c. pour les enfants ayant des troubles de la motricité.

Art. 8 Leçons spéciales

Des leçons spéciales peuvent être organisées pour des élèves dont la tenue est déficiente ou dont l'état physique l'exige.

Le constat des milieux de la santé

Quelques chiffres :

- Plus de 300000 personnes par an sont touchées par des problèmes liés à l'ostéoporose (projection pour 2020 +25%)
- 22 à 35 % des enfants sont en excès pondéral
- 5 à 15 % des enfants sont obèses
- En Suisse, la proportion d'enfants avec surpoids et obèses a augmenté de 6 à 9 fois de 1980 à 2002 (Janner, Pediatrica, 2005)
- A long terme, l'obésité augmente le risque de maladies cardiovasculaires, le diabète de type 2, de certains cancers et de décès prématuré.
- On observe une importante désaffection du sport vers 15 ans

Le constat des milieux de la santé

Inactif 19,4 %

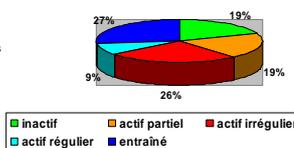
Actif partiel 19,1 %
au moins 30 minutes d'activité physique d'intensité moyenne par semaine ou 1 jour avec épisodes de transpiration

Actif irrégulier 25,6 %
au moins 150 minutes d'activité physique d'intensité moyenne par semaine ou 2 jours avec épisodes de transpiration

Actif régulier 8,9 %
au moins 5 jours par semaine, comportant au moins 30 min d'activité d'intensité moyenne (provoquant un essoufflement)

Entraîné 27 %
au moins 3 jours par semaine avec épisodes de transpiration

Fréquence de l'activité sportive de la population suisse



Le constat des milieux de la santé

Rapport qualitatif sur les besoins et attentes des jeunes en matière de prévention pour la lutte contre le surpoids et l'obésité (MIS trend/sanimédia/décembre 2008)

- Perception des habitudes alimentaires des jeunes
- Rémémoration et jugement des messages de prévention dans le domaine de la lutte contre le surpoids et l'obésité
- Messages, images et supports à promouvoir pour sensibiliser davantage les jeunes au thème du surpoids
- Évaluation des messages et injonctions sanitaires
- Évaluation de la campagne de Promotion Santé Suisse
- Évaluation d'idées simples pour aider à conserver la forme et le bien-être
- Besoins et attentes en matière de communication pour lutter contre le surpoids et l'obésité en Suisse

Le constat des milieux de la santé

Messages et images à promouvoir pour inciter les jeunes à bouger davantage

• IMPLICATION DES PARENTS, ECOLES ET POUVOIRS PUBLICS

- Les messages comme « prenez les escaliers au lieu de l'ascenseur ou l'escalator » ne sont pas efficaces, il faut un soutien des parents (par ex. aller les conduire au sport) et un engagement des pouvoirs publics (subventionner au maximum pour que les frais engendrés ne soient pas un frein)
- Proposer des heures de sport facultatives en supplément dans le programme scolaire des gymnasiens

Le constat des milieux de la santé

Évaluation de la campagne d'information de Promotion Santé Suisse



- C'est celle qui a été la plus vue (en moyenne, près d'un jeune sur trois). Même si elle vise les parents de jeunes enfants, elle semble être la plus appréciée et la plus facilement compréhensible.
 - « C'est drôle », « Ça fait réfléchir »
 - « Ça vise surtout les parents de jeunes enfants car c'est à cet âge-là que c'est important, les parents ont encore beaucoup d'influence »
 - « Le slogan - 1 enfant sur 5 est déjà en surpoids - est bien adapté à l'image »
 - « Si on passe rapidement devant, on ne comprend pas de quoi il s'agit »
 - « Hors contexte ou sans lire le slogan, on ne comprend pas tout de suite »
 - « Ça aurait été plus parlant de montrer cinq enfants de dos, dont un obèse à l'heure actuelle en 2008 et ensuite la même image faisant une projection dans 20 ou 30 ans avec cette fois deux adultes obèses par exemple »

Education physique et sportive scolaire Rencontres sportives



L'école organise durant l'année scolaire diverses manifestations ou compétitions sportives. Ces rencontres se déroulent dans le cadre de l'établissement scolaire, d'une région, du canton ou du pays. Quelques exemples :

- Joutes sportives ; tournois inter-classes ; cross d'établissement ; championnat de badminton, de tennis de table
- Journées cantonales d'athlétisme, de ski, de snowboard, de jeux, d'orientation ; coupe de Noël de handball
- Journée suisse de sport scolaire ; tournoi de football des écoliers ; Giant X de snowboard ; CHESS
- Jeux olympiques scolaires ; spectacle de cirque ; rencontres transfrontalières : « Balcons du Léman », « Ecrin Vert »

Animation pédagogique



L'école bouge : www.ecolebouge.ch



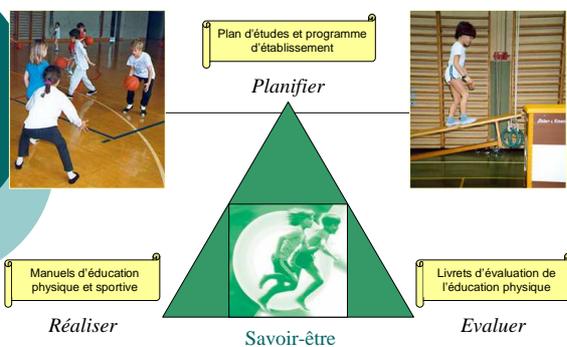
Education physique et sportive scolaire



Le Sport scolaire facultatif (SSF) est organisé par les établissements scolaires. Il vise plusieurs objectifs :

- faire découvrir aux jeunes la pratique de sports qu'ils ne connaissent pas
- favoriser l'intégration de ces jeunes au sein des clubs sportifs où ils auront la possibilité de développer leurs capacités sportives et physiques
- intensifier le rapprochement entre l'école et les clubs sportifs dont sont issus la plupart des moniteurs chargés de l'encadrement des élèves.

Education physique et sportive scolaire Moyens d'enseignement



Je bouge, tu bouges, il bouge...

Fiches didactiques EPS



Je bouge,



tu bouges...

Site « ressource » du SEPS
<http://php.educanet2.ch/seps/spip/>



Macolin
<http://www.baspo.admin.ch/>



Deux conseillers pédagogiques :



PEDAGOGIE
Adjoint, coordinateur du secteur et remplaçant du Chef de service
Joël Julien 021 316 3942
Adjoint pédagogique
Florian Ester 021 316 3943
Conseillers/ères pédagogiques
Claudine Bortol 021 316 3941
Christophe Bortol 021 316 3940
Secrétaire
Françoise Schaefer 021 316 3934
Camps sportifs scolaires
Fanny Javello 021 316 3945
Collaboratrice rythmique
Anne Tenzler

Lernen in bewegung

www.lerneninbewegung.ch



Activités physiques
et élèves en surpoids

Plusieurs projets existent dans le canton

- Un groupe de travail conduit par l'ODES s'est réuni à plusieurs reprises
- Un document fixant le cadre dans lequel inscrire un tel projet devrait être à disposition pour fin 2009