



Rapport d'évaluation du projet « Youp'là bouge à l'école ! »

15 Septembre 2015

Auteurs et responsables de l'évaluation:

Dr Jardena Puder, PD & MER, Centre hospitalier universitaire vaudois

**Anaëlle Boichat, maître en activités physiques adaptées, Centre hospitalier
universitaire vaudois,**

**Luc Mussard, étudiant en médecine, Faculté de Biologie et Médecine de l'université de
Lausanne**

SOMMAIRE

1. Résumé.....	1
2. Préambule	6
2.1 Introduction.....	6
2.2 Contexte actuel.....	6
2.3 Projet « Youp'là bouge ! » et « Youp'là bouge à l'école ! ».....	7
2.4 Objectifs du projet « Youp'là bouge à l'école ! ».....	8
2.5 Application du projet « à l'école ! ».....	8
3. Méthode de l'évaluation	10
3.1 Objectifs de l'évaluation et résultats attendus	10
3.2 Représentativité de l'échantillon étudié	11
3.3 Les graphiques	11
4. Evaluation par les enseignantes	12
4.1 Contenu du projet	12
4.1.a <i>Caractéristiques de l'échantillon.....</i>	<i>12</i>
4.1.b <i>Raisons de participer à ce projet.....</i>	<i>12</i>
4.1.c <i>Les objectifs visés.....</i>	<i>13</i>
4.2 Organisation et changement mis en place.....	13
4.3 Les changements observés liés au projet	16
4.3.a <i>Les changements au niveau de la classe</i>	<i>16</i>
4.3.b <i>Les changements pour l'enfant.....</i>	<i>16</i>
4.3.c <i>Implication des parents vue par les enseignantes.....</i>	<i>18</i>
4.4 Les éléments critiques	18
4.4.a <i>Les points positifs.....</i>	<i>18</i>
4.4.b <i>Les points à améliorer.....</i>	<i>21</i>
5. Evaluation par les parents.....	24
5.1 Information sur les familles.....	24
5.1.a <i>Caractéristiques de l'échantillon étudié.....</i>	<i>24</i>
5.1.b <i>Comportement de l'enfant et de la famille par rapport aux activités.....</i>	<i>24</i>
5.2 Les changements observés liés au projet	25

5.2.a Les changements observés dans les familles	25
5.2.b Les changements observés chez l'enfant.....	27
5.3 Les éléments critiques	29
5.3.a Les points positifs.....	29
5.3.b Les points à améliorer.....	31
5.4 Limitations de l'évaluation.....	33
6. Conclusion et perspectives.....	34
6.1 Enseignantes	34
6.2 Parents	35
6.3 Conclusion générale.....	36
6.4 Perspectives.....	36
7. Annexes.....	39
7.1 Bibliographie.....	39
7.2 Annexes	42
7.2.1 Annexe 1 : Questionnaires enseignantes.....	42
7.2.2 Annexe 2 : Questionnaires parents.....	47

TABLE DES FIGURES

Figure 1 : Raisons/motivations pour vous intéresser au projet "Youp'là bouge à l'école!"	12
Figure 2 : Trois objectifs perçus comme les plus importants du projet.	13
Figure 3 : Organisation de l'activité physique dans la classe ?	14
Figure 4 : Temps passé à bouger durant l'année.....	14
Figure 5 : Coin mouvement aménagé dans la classe ?	15
Figure 6 : Changements au niveau de la classe?.....	16
Figure 7 : Changements chez les enfants suite au projet.	17
Figure 8 : Utilité des différentes prestations du projet.....	20
Figure 9 : Déroulement du projet jusqu'à ce jour.....	21
Figure 10 : Propositions, critiques ou importances affirmées.....	22
Figure 11 : A améliorer dans le projet ? (Enseignantes).....	23
Figure 12 : Changements dans la famille depuis la mise en place du projet.	26
Figure 13 : Changements observés sur l'enfant à la fin de l'année scolaire depuis la mise en place du projet	28
Figure 14 : Trois apports les plus importants du projet selon les parents.	30
Figure 15 : Qu'est-ce qui vous plaît dans le projet "Youp'là bouge à l'école!"?	31
Figure 16 : Attentes d'informations supplémentaires sur le projet.....	32
Figure 17 : À améliorer dans le projet (parents).....	33

1. Résumé

Introduction

Le présent rapport contient l'évaluation du projet pilote « Youp'là bouge à l'école ! ». Cette évaluation vise à apprécier l'atteinte des objectifs du projet notamment en termes de promotion du mouvement chez les enfants durant le temps scolaire et hors du temps scolaire. Ce rapport a été mandaté par le groupe de pilotage du projet du canton de Neuchâtel, composé d'une représentante du service de la santé publique, d'un représentant du service de l'enseignement obligatoire, d'un représentant de la HEP-BEJUNE et de la coordinatrice du projet.

Problématique

L'activité physique chez les enfants apporte de nombreux bénéfices : développement du système musculo-squelettique et cardio-vasculaire ainsi que du contrôle des mouvements, maintien d'un poids approprié et même des effets psychologiques bénéfiques, notamment contre l'anxiété et pour la confiance en soi (1,2).

Or, une baisse alarmante de la capacité aérobie et de l'activité physique chez les jeunes ainsi qu'une diminution des capacités motrices chez les enfants en âge préscolaire ont été remarquées depuis plusieurs décennies dans les pays développés (3).

Parmi les différentes causes, cette diminution de l'activité physique a été identifiée comme étant une des causes les plus importantes de l'épidémie d'obésité pédiatrique. En Suisse, un enfant en âge scolaire sur cinq est aujourd'hui en surpoids (chiffre de 2012/2013), cette proportion tendant à augmenter avec l'âge. En effet, en 1^{ère} et 2^{ème} années HarmoS, seulement 13 % des enfants sont en surpoids, contre déjà 25% au cycle 3 (4). En utilisant ces chiffres, Promotion Santé Suisse (5) se base sur les courbes internationales de l'International Obesity Task force (IOTF) définies par Cole (6), décrivant le surpoids comme un poids $\geq 90^{\text{th}}$ percentile et l'obésité comme $\geq 97^{\text{th}}$ percentile. L'épidémie d'obésité est également associée avec une épidémie de maladies non-transmissibles (dyslipidémie, hypertension, diabète type 2, problèmes orthopédiques et psychosociaux)(7). Selon l'OMS, le manque d'activité physique est considéré comme le quatrième facteur de risque de décès dans le monde (8).

Pour faire face à cette problématique dans une approche préventive, le projet « Youp'là bouge à l'école ! » est proposé depuis 2012 dans le canton de Neuchâtel pour les classes de 1^{ère} et 2^{ème} HarmoS. Il est la première adaptation en milieu scolaire du projet « Youp'là bouge ! » (9-11) destiné aux enfants en âge préscolaire dans les crèches de Suisse romande et qui est lui-même inspiré du projet « Purzelbaum » en Suisse alémanique.

Les 9 principaux objectifs du projet

- **Favoriser et promouvoir le mouvement pour les élèves**
- Développer leur connaissance du schéma corporel
- Améliorer leur habileté au travers d'exercices diversifiés
- Considérer le mouvement comme un moyen d'apprentissage à part entière
- Former les enseignants de manière pratique et théorique sur l'importance et les bienfaits du mouvement
- Proposer des activités adaptées au niveau de développement des enfants et leur transmettre le plaisir de bouger
- Favoriser les liens entre les élèves au travers d'activités en mouvement
- Intégrer les parents au projet (séances et flyers d'information, bricolages favorisant le mouvement à ramener à la maison,...)
- Appliquer les principes de Youp'là bouge à la maison et durant les loisirs

Modalités d'évaluation

Pour cette évaluation, des questionnaires semi-qualitatifs adaptés aux enseignantes et aux parents sont utilisés. Deux volées d'enseignantes ont été interrogées ainsi que les parents des élèves concernés.

Parmi les 29 enseignantes interrogées (12 enseignantes volée 1, 17 enseignantes volée 2), 23 enseignantes ont répondu (10 enseignantes volée 1, 13 enseignantes volée 2). Cela équivaut à 79.3% des enseignantes. Parmi les 487 parents interrogés (184 parents volée 1, 303 parents volée 2), 256 ont répondu (110 parents volée 1, 146 parents volée 2). Cela équivaut à 52.6% des parents.

Principaux résultats

Evaluation par les enseignantes

- Les enseignantes ont observé des changements positifs dans leur classe suite au projet. **21 enseignantes sur 23 (91%)** (figure 4) estiment que **le temps passé à bouger dans la classe est plus important que les années précédentes** et 21 enseignantes sur 23 (91%) ont observé (figure 7) que les enfants **osent davantage bouger, explorer et qu'ils développent de meilleures capacités motrices**. 56 % ont aussi observé que les enfants avec l'aide du mouvement ont **un meilleur apprentissage scolaire**.
- **La formation de base et l'aménagement dans les classes d'un coin mouvement** ont été les deux éléments notés en majorité comme « **très utile** » (61% et 57%) (figure 8).
- Le déroulement global du projet est jugé très satisfaisant pour l'ensemble des enseignantes (figure 9). Sur un barème de 1 (très mauvais) à 10 (très bien), **la moyenne obtenue a été de 9±1 (écart-type)**.
- 20 enseignantes sur 22 (une sans avis) pensent que le projet a **été majoritairement bien à très bien accepté par les parents** mais seules 2 enseignantes sur 23 pensent que les parents sont motivés à appliquer le projet à la maison (14 n'ont pas d'avis). 45% des enseignantes estiment d'ailleurs que plus de sensibilisation pour les parents serait nécessaire.

Evaluation par les parents

- Pour 68% des parents, le projet amène le **plaisir de bouger** chez leur enfant (figure 14), pour 55% le projet implique du mouvement pendant les **apprentissages** et ils pensent que cela est « **bénéfique pour la santé des enfants** » (52%). La majorité des parents semble donc avoir une bonne **sensibilisation à l'importance du mouvement pour la santé et le développement de leur enfant**.

- Une partie des parents a constaté des différences chez son enfant : la « **mobilité est devenue plus sûre** » (43%) et « **ses capacités motrices se sont développées** » (42%) (figure 13).
- Les changements en termes d'activité physique hors temps scolaire sont moins visibles. Seul 12% des parents estiment que le projet motive les familles à bouger davantage en dehors de l'école (figure 14) même si une minorité reconnaît faire « plus d'activités en plein air » (12%) ou « se promener plus souvent » (10%) (figure 12).

Conclusion

Les objectifs du projet « Youp'là bouge à l'école » sont majoritairement atteints. Le mouvement a pris sa place dans les classes et semble être devenu un moyen d'apprentissage à part entière pour les enseignantes qui reconnaissent des changements importants chez les enfants, notamment au niveau de leurs habiletés motrices. Les enseignantes sont globalement très satisfaites par le déroulement du projet.

Les parents ont été bien sensibilisés à l'importance du mouvement pour la santé de leur enfant et ils reconnaissent, à moindre mesure que les enseignantes, des changements positifs chez leur enfant. Les points qui restent encore à améliorer concernent l'intégration des parents au projet et l'application des principes du projet à la maison. En effet, bien que les parents reconnaissent l'importance du mouvement pour leur enfant et son développement, peu d'enseignantes pensent que les parents sont motivés à appliquer ces principes à la maison et peu de familles reconnaissent avoir changé leurs habitudes en matière d'activités physiques en dehors de l'école. Plus de communication entre les parents et les enseignantes semble être une des manières de parvenir à mieux atteindre ces objectifs. Notons cependant également qu'une meilleure intégration des parents à un tel projet demanderait un investissement beaucoup plus important.

Nous remarquons aussi que l'objectif « favoriser les liens sociaux entre les élèves » n'est reconnu que par une minorité d'enseignantes et de parents et qu'environ deux tiers des parents et des enseignantes n'ont pas donné d'avis sur ce thème.

Perspectives et développements futurs du projet

Nous aimerions souligner quelques points mis en exergue par les enseignantes et les parents :

1. Un accès à un site internet dédié au projet serait bienvenu pour 82% des enseignantes.
2. La demande de 45% des enseignantes de mieux sensibiliser les parents et celle de 47% des parents de recevoir plus d'informations nous encouragent à promouvoir plus de communication entre les parents et les enseignantes, en particulier sur le contenu du projet en lui-même.
3. Intégrer les parents au projet et appliquer les principes du projet à la maison ont été les 2 objectifs les plus difficiles à atteindre. D'après la littérature, ce sont des objectifs difficiles à atteindre et qui requièrent une intensité et des efforts très importants pour qu'il y ait un changement (12).
4. Le suivi de projet actuellement mis en place semble un très bon « booster » et devrait être poursuivi (13) pour que les effets du projet perdurent dans le temps.
5. Comme il a été fait avec le projet « Youp'là bouge ! » à la crèche, un label qualité tenant compte des prédicteurs découvert dans le projet « à la crèche » mais aussi de la littérature devrait probablement aussi être envisagé lors de la multiplication du projet « Youp'là bouge à l'école ! ».

2. Préambule

2.1 Introduction

Le présent rapport contient l'évaluation quantitative avec des aspects qualitatifs du projet pilote « Youp'là bouge à l'école ! ». Cette évaluation, réalisée par questionnaires aux enseignants et aux parents, vise à évaluer l'atteinte des objectifs du projet notamment en termes de promotion du mouvement chez les enfants durant le temps scolaire et hors du temps scolaire. Ce rapport a été mandaté par le groupe de pilotage du projet du canton de Neuchâtel composé d'une représentante du service de la santé publique, d'un représentant du service de l'enseignement obligatoire, d'un représentant de la HEP-BEJUNE et de la coordinatrice du projet.

2.2 Contexte actuel

L'activité physique chez les enfants apporte de nombreux bénéfices : développement des os, des muscles et des articulations, développement cardiopulmonaire, développement de la coordination et du contrôle des mouvements, maintien d'un poids approprié. Des effets psychologiques bénéfiques sont même notés, notamment contre l'anxiété et pour la confiance en soi (1)(2).

Or, une baisse alarmante de la capacité aérobie et de l'activité physique chez les jeunes ainsi qu'une diminution des capacités motrices chez les enfants en âge préscolaire ont été remarquées depuis plusieurs décennies dans les pays développés (3,14,15). Des études récentes ont montré que les enfants de 3 à 5 ans passent environ 80% de leur temps dans des activités que l'on classe comme sédentaires ou à bas niveau d'activité physique (16). En Suisse romande notamment, les enfants en âge préscolaire ne passent actuellement que 74 minutes par jour à jouer dehors (17) et déjà plus d'une heure par jour à regarder la télévision(18).

Parmi les différentes causes, cette diminution de l'activité physique a été identifiée comme étant l'une des plus importantes de l'épidémie d'obésité pédiatrique. En Suisse, un enfant en âge scolaire sur cinq est aujourd'hui en surpoids (chiffre de 2012/2013), proportion qui tend à augmenter avec l'âge. En effet, en 1^{ère} et 2^{ème} années HarmoS, seulement 13 % des enfants sont en surpoids, contre déjà 25% au cycle 3 (4). En utilisant ces chiffres, Promotion Santé Suisse (5) se base sur les courbes internationales de l'International Obesity Task force (IOTF) définies par Cole (6), décrivant le surpoids comme un poids ≥ 90 th percentile et l'obésité comme ≥ 97 th percentile. L'épidémie d'obésité est également associée avec une épidémie de maladies non-transmissibles (dyslipidémie, hypertension, diabète type 2, problèmes orthopédiques et psychosociaux)(7). Selon l'OMS, le manque d'activité physique est considéré comme le quatrième facteur de risque de décès dans le monde (8).

Pour faire face à cette problématique importante dans une approche préventive, les écoles et les crèches ont été identifiées comme étant des structures clés (19).

2.3 Projet « Youp'là bouge ! » et « Youp'là bouge à l'école ! »

Le projet « Youp'là bouge à l'école ! » est proposé depuis 2012 dans le canton de Neuchâtel pour les classes de 1^{ère} et 2^{ème} HarmoS. Il est la première adaptation en milieu scolaire du projet « Youp'là bouge ! » destiné aux enfants en âge préscolaire dans les crèches de Suisse romande et qui est lui-même inspiré du projet « Purzelbaum » en Suisse alémanique.

Le programme « Youp'là bouge ! » dans les crèches est déjà implanté dans la majorité des cantons romands (Jura, Neuchâtel, Valais, Vaud depuis 2009 et Genève depuis 2014). Un rapport sur ce projet a été rendu en 2011 par A. Bonvin, Dr Puder et Dr Barral (9) et deux études ont été publiées à ce jour : une en 2013 dans le « International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity »(10) et une en 2012 dans le journal « BMC Paediatrics » (11).

Un label de qualité a été introduit suite à ces résultats en incluant les différents prédicteurs qui étaient associés à des meilleurs résultats d'activité physique, de motricité et de l'IMC

(Indice de Masse Corporel). Ce label est actuellement utilisé dans les crèches mais ne l'est pas encore pour la version du projet «Youp'là bouge à l'école ! ».

2.4 Objectifs du projet « Youp'là bouge à l'école ! »

- **Favoriser et promouvoir le mouvement pour les élèves**
- Développer leur connaissance du schéma corporel
- Améliorer leur habileté à travers des exercices diversifiés
- Considérer le mouvement comme un moyen d'apprentissage à part entière
- Former les enseignants de manière pratique et théorique sur l'importance et les bienfaits du mouvement
- Proposer des activités adaptées au niveau de développement des enfants et leur transmettre le plaisir de bouger
- Favoriser les liens entre les élèves à travers des activités en mouvement
- Intégrer les parents au projet (séances et flyers d'information, bricolages favorisant le mouvement à ramener à la maison,...)
- Appliquer les principes de Youp'là bouge à la maison et durant les loisirs

2.5 Application du projet « à l'école ! »

De même que dans les crèches avec les éducateurs, le projet « à l'école » vise en premier lieu à sensibiliser les personnes travaillant auprès des enfants : les enseignantes. Une formation continue de 2 ans est proposée en deux phases. La première phase consiste en une **formation de base de trois demi-journées**. Les thèmes principaux abordés lors de cette formation sont :

- **Mouvement et apprentissage** (importance du développement moteur et de l'exploration motrice sur le développement global de l'enfant)
- **Bouger : un plaisir et un besoin** (saisir comment promouvoir le mouvement et l'adapter à leur pratique et à leur quotidien, dans la classe)

- **Le chantier du mouvement (aspect pratique)/ Mise en œuvre du projet** (importance de laisser les enfants explorer, aspect sécurité, mise en route du projet, achat/adaptation de l'espace, collaboration avec les parents)

Ensuite, la deuxième phase continue au travers d'un suivi qui a lieu tous les quatre mois. Il permet d'échanger des idées et de partager autour des expériences vécues par les enseignantes. Chaque séance de suivi a lieu dans la classe d'une participante à la formation et dure 1h30. Durant la totalité de la formation, les contenus abordés sont autant pratiques que théoriques. Les enseignantes sont ainsi formées et encouragées à soutenir les jeunes enfants dans leurs explorations corporelles en leur proposant un espace adapté, sécurisé et propice aux acquisitions de leur âge.

Une des spécificités du projet « à l'école » est que les activités proposées s'inscrivent également comme des supports pédagogiques qui permettent d'atteindre des objectifs du plan d'étude romand (20). Ceci est valable pour les objectifs du domaine « Corps et Mouvement » mais également pour des matières comme les mathématiques, le français ou la formation générale (Santé et bien-être). Le projet cherche à donner les moyens aux enseignantes de proposer des temps de mouvement à des intensités diverses et dans le plus grand nombre de contextes possibles (apprentissage en mouvement, pauses en mouvement, accueil en mouvement...). Ainsi, le mouvement est pensé au quotidien et plus seulement lors des temps de gymnastique habituels.

En plus de ces spécificités de formation, le projet comprend également quelques aspects « pratiques » listés ci-dessous :

- Soutien de la mise en place du projet par une « **boîte à outils** » d'activités adaptée aux enfants de 4 à 6 ans.
- **Soutien financier** pour des adaptations concrètes de l'espace des institutions participantes (selon les choix de l'enseignante, le nombre d'élèves et l'espace à disposition).
- **Visites personnalisées** dans les classes par la responsable du projet formée en psychomotricité (possible à la demande).

3. Méthode de l'évaluation

L'évaluation est conduite par A. Boichat, détentrice d'un Master en activités physiques adaptées en collaboration avec L. Mussard, étudiant en Médecine sous la direction de la Dresse J. Puder, PD & MER.

Pour cette évaluation, des questionnaires semi-qualitatifs aux enseignantes et aux parents sont utilisés. Ils ont été adaptés à partir des questionnaires utilisés dans l'évaluation de « Youp'là bouge ! » dans les crèches(9).

Au niveau des enseignantes, la volée 1 du programme Youp'là bouge Neuchâtel (septembre 2012 à juillet 2014) comprend 12 enseignantes et la volée 2 (Septembre 2013 à juillet 2015) comprend 17 enseignantes. Elles sont invitées à répondre à un questionnaire nominatif. La volée 1 d'enseignantes répond en fonction de sa (ses) classe (s) de 2013-2014, la volée 2 en fonction de sa (ses) classe (s) de 2014-2015, ceci afin d'assurer que les enseignantes ont suivi un minimum d'un an de formation au projet et que les enfants ont eu une exposition au programme "Youp'là bouge à l'école!" d'environ une année.

Les parents de ces classes (nombre de 184 élèves pour la volée 1 et de 303 pour la volée 2) sont invités à répondre à un questionnaire mentionnant uniquement la classe de l'enfant mais pas leur nom.

Contrairement au rapport précédemment cité sur « Youp'là bouge ! » dans les crèches (9), il n'y aura pas de tests moteurs ni de mesure directe de l'activité physique ou de l'IMC.

3.1 Objectifs de l'évaluation et résultats attendus

Ce travail vise à mettre en évidence l'impact du projet de promotion de la santé "Youp'là bouge à l'école!" dans différents domaines. Nous nous intéresserons à l'impact du projet dans le cadre scolaire (satisfaction des enseignantes, sensibilisation des enseignantes sur l'importance du mouvement pour la santé de l'enfant, impact sur la vie de la classe, qualité des apprentissages, contacts sociaux,...) mais également dans le cadre familial (degré d'implication et d'acceptation des parents, sensibilisation des parents sur l'importance du mouvement pour la santé de leur enfant, mouvement hors temps scolaire,...).

Toutes ces informations serviront à apprécier la qualité de l'intervention du projet "Youp'là bouge à l'école!" et elles permettront une meilleure adaptation par la suite.

De plus, elles permettront, éventuellement, l'implantation à une plus grande échelle de ce projet dans d'autres cantons de la Suisse romande.

3.2 Représentativité de l'échantillon étudié

- Questionnaires remis à tous les parents concernés, à savoir **487 parents** (184 parents volée 1, 303 parents volée 2). Parmi ceux-ci, **256 ont répondu** (110 parents volée 1, 146 parents volée 2). Cela équivaut à 52.6% des parents.
- Questionnaires remis à toutes les enseignantes concernées, à savoir **29 enseignantes** (12 enseignantes volée 1, 17 enseignantes volée 2). Parmi celles-ci, **23 enseignantes ont répondu** (10 enseignantes volée 1, 13 enseignantes volée 2). Cela équivaut à 79.3% des enseignantes.

3.3 Les graphiques

Le nombre d'enseignantes ou de parents ayant répondu à une réponse spécifique est précisé sous chaque graphique de ce rapport. Les statistiques sont effectuées sur la base du pourcentage valide (en ôtant les réponses manquantes).

Pour toutes les questions avec plusieurs réponses possibles, deux valeurs sont indiquées. La valeur entre parenthèses sur les graphes correspond au pourcentage d'enseignantes ou de parents qui ont donné cette réponse. La valeur qui précède correspond au pourcentage que représente chaque réponse sur le nombre total de réponses.

Dans le texte, nous citons toujours **le pourcentage d'enseignantes ou de parents (valeur entre parenthèses sur les graphiques)**.

Chaque graphique est répertorié dans l'index des figures en début de rapport.

4. Evaluation par les enseignantes

4.1 Contenu du projet

4.1.a Caractéristiques de l'échantillon

23 questionnaires sur 29 ont été remplis chez l'ensemble des enseignantes (exclusivement des femmes). Sur ce total, 10 enseignantes pour la première volée (sur 12 enseignantes dont une en congé maternité) et 13 enseignantes pour la deuxième (sur 17 enseignantes dont une en congé maternité) ont répondu au questionnaire. Leur emploi du temps est composé en médiane de 7 demi-journées par semaine (minimum : 3; maximum : 7). En médiane, elles travaillent dans l'enseignement depuis 20 ans (minimum : 3 ; maximum : 40).

4.1.b Raisons de participer à ce projet

Pour six enseignantes sur dix (61%), la motivation principale ayant encouragé leur inscription à ce projet est **l'importance du mouvement** (figure 1). Près d'un quart (22%) d'entre elles mentionnent également l'opportunité d'avoir de **nouvelles idées** ainsi qu'un **budget pour le matériel**. Enfin, moins d'une sur cinq (17%) pense que le mouvement amènerait un meilleur apprentissage scolaire.

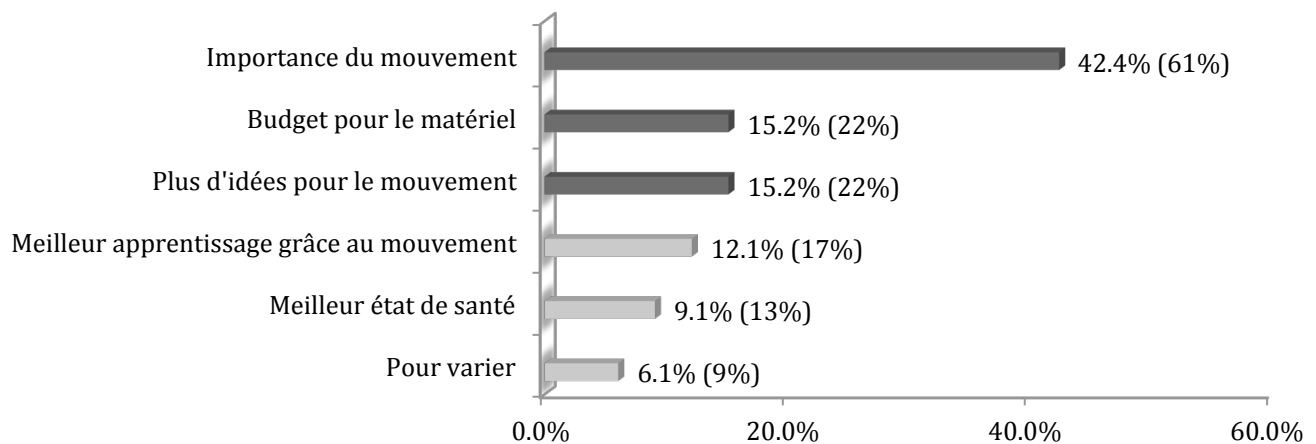


Figure 1 : Raisons/motivations pour vous intéresser au projet "Youp'là bouge à l'école!".

Questions ouvertes, plusieurs réponses possibles (n= 23 enseignantes, 33 réponses relevées)

4.1.c Les objectifs visés

Pour **plus de deux tiers des enseignantes**, au moins deux objectifs sont primordiaux dans le projet (figure 2): **l'utilisation du mouvement comme moyen pédagogique (70%)** et **la transmission du plaisir de bouger aux enfants (65%)**. Deux autres objectifs évoqués par 39% des enseignantes seraient de favoriser une bonne dynamique de classe grâce au mouvement et d'améliorer l'habileté des élèves. Pour environ un tiers d'entre elles, un des objectifs est de favoriser la santé physique des élèves et d'amener les prérequis de l'apprentissage. Mettre en avant indirectement le mouvement en dehors de l'école n'apparaît pas comme une priorité en soi pour les enseignantes (4%).

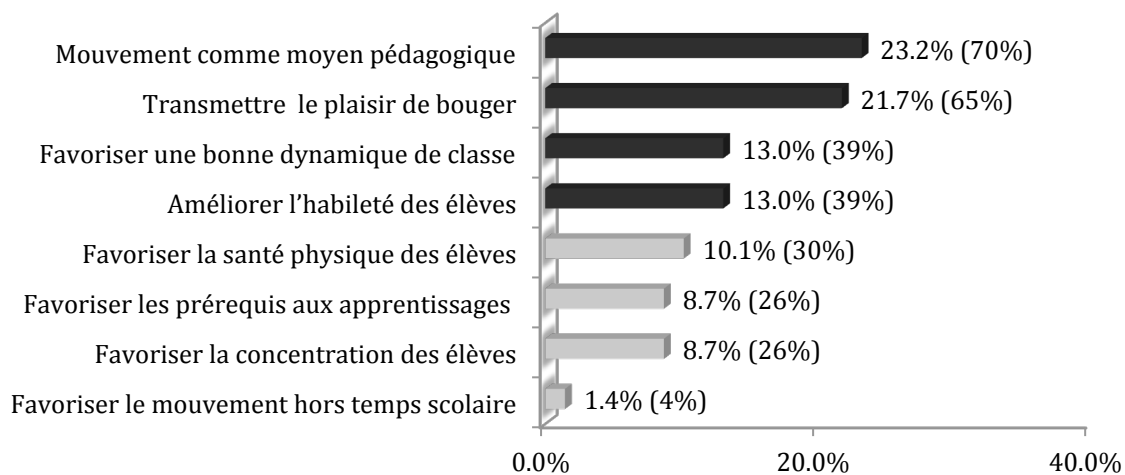


Figure 2 : Trois objectifs perçus comme les plus importants du projet.

Questions fermée, 3 réponses par enseignante (n=23 enseignantes, 69 réponses relevées)

4.2 Organisation et changement mis en place

Pour les 23 classes, l'activité physique est mise en place en médiane quatre fois par semaine (minimum : 1 ; maximum : 6) durant 20 minutes (minimum : 10 ; maximum 52). Pour la grande majorité (87%), les enseignantes utilisent l'activité physique à temps quasi égal entre la partie structurée (exercices proposés et exercés ensemble) et libre (au coin mouvement) (figure 3).

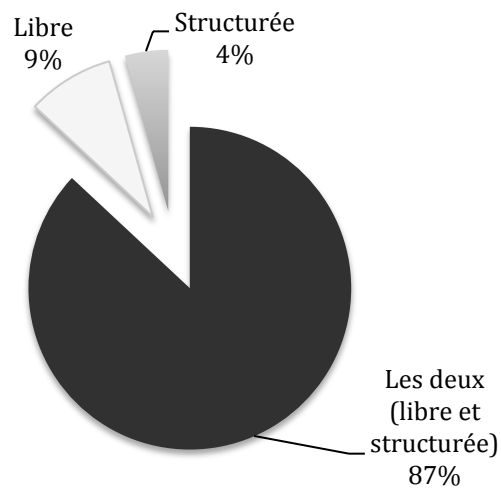


Figure 3 : Organisation de l'activité physique dans la classe ?

Question fermée, une seule réponse possible (n=23 enseignantes)

Grâce au programme « Youp'là bouge à l'école ! », le temps passé à bouger estimé par les enseignantes est plus élevé que les années précédentes (figure 4). Presque l'intégralité (91 %; 21 sur 23) des suffrages appuie cette information, alors que seule une enseignante (4%) n'évoque aucun changement et une enseignante évoque moins de temps en mouvement (4%). 17 classes possèdent un coin mouvement fixe (77%), 3 classes ont opté pour un espace en alternance avec une autre activité (14%) et seulement 2 classes (9%) n'ont aucun espace aménagé à cet effet (figure 5). Une enseignante n'a pas répondu à cette question.

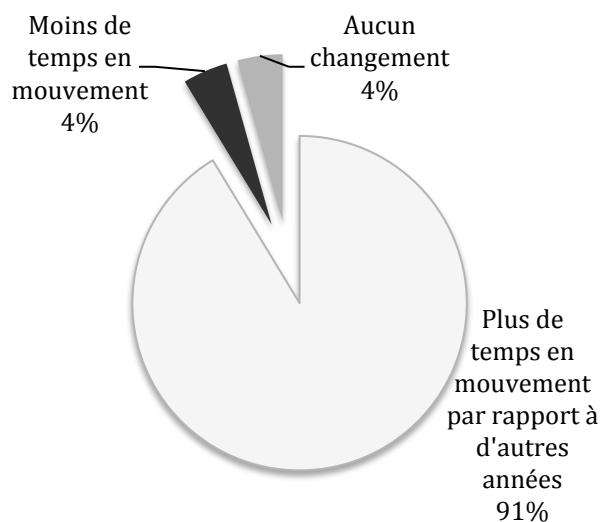


Figure 4 : Temps passé à bouger durant l'année.

Question fermée, une seule réponse possible (n=23 enseignantes)

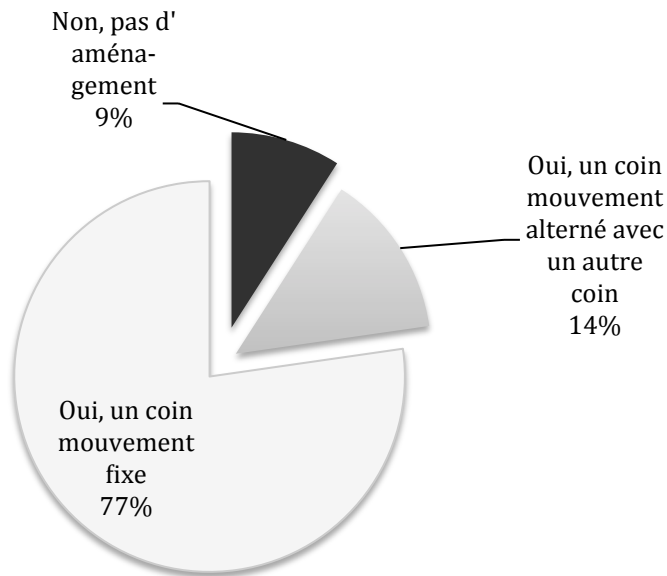


Figure 5 : Coin mouvement aménagé dans la classe ?

Question fermée, une seule réponse possible (n=22 enseignantes)

Afin de comprendre les raisons expliquant le type de coin mouvement utilisé (fixe, alterné, pas de coin mouvement), une question ouverte à ce sujet a été posée.

Pour les classes qui n'ont pas aménagé de coin mouvement (n=2 enseignantes, 3 réponses relevées), les deux enseignantes évoquent le **manque de place** et l'une des deux ajoute qu'elle était partiellement absente pour cause de maladie. Même constat d'espace insuffisant pour une enseignante sur les trois ayant aménagé un coin alterné (n=3 enseignantes, 6 réponses relevées). Toutefois, deux de ces trois enseignantes apprécient que les enfants puissent évacuer leur énergie ainsi que partager et échanger durant ces instants.

Enfin, pour les enseignantes ayant un coin fixe (n=15 enseignantes, 21 réponses relevées), favoriser le mouvement (53% des enseignantes), développer de nouvelles habiletés motrices et comprendre son corps (47% des enseignantes) sont les raisons les plus souvent évoquées. À noter qu'une enseignante ayant un coin mouvement fixe a tout de même évoqué le manque de place car son coin fixe se trouve dans le corridor.

Concernant le **matériel utilisé dans les coins mouvements** (n=21 enseignantes, 80 réponses relevées), il apparaît que les balles (62%), les jeux d'équilibre et d'adresse (57%), les cerceaux (52%) et le trampoline (43%) sont les matériaux les plus couramment utilisés par les enseignantes. Les tunnels, les cônes, les jeux de grimpe, les échelles, les coussins et les tapis sont utilisés par une minorité d'enseignantes (6 enseignantes sur 23 ou moins).

Une question sur les changements effectués dans la classe suite au projet Youp'là bouge à l'école a été posée dans la première volée des enseignantes. 10 des 12 enseignantes ont répondu que les changements étaient toujours d'actualité. Les deux autres enseignantes n'ont pas fait part de leur réponse à cette question.

4.3 Les changements observés liés au projet

4.3.a Les changements au niveau de la classe

96% des enseignantes (22 sur 23) mettent en avant **qu'il y a eu des changements dans leur classe depuis le début du projet**. Parmi ces changements (figure 6), les plus fréquents sont l'aménagement du **coin mouvement** (82% ; 18 sur 22) et la possibilité de **faire plus de jeux de mouvement en incluant les apprentissages** (82%, 18 sur 22). **L'utilisation des temps de transitions de classe** pour bouger davantage est citée par 11 enseignantes sur 22 (50%). Seulement 4 enseignantes sur 22 citent l'accroissement du volume sonore de la classe (18%).

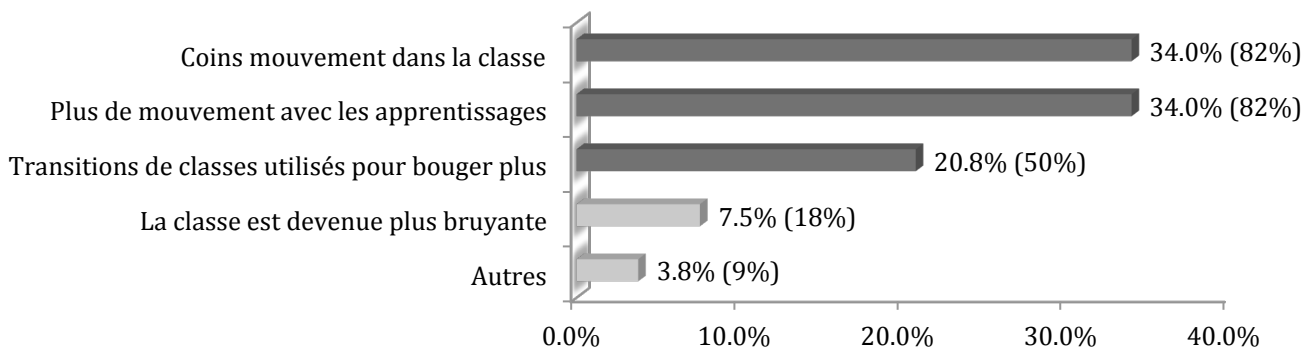


Figure 6 : Changements au niveau de la classe?

Question fermée, plusieurs réponses possibles (n= 22 enseignantes, 53 réponses, relevées)

4.3.b Les changements pour l'enfant

Pour **17 enseignantes sur 19 (89%)**, un **réel changement sur les enfants est visible** depuis le début du projet. Parmi ces changements observés chez les enfants (figure 7), la grande majorité des enseignantes (91% de réponses de d'accord à tout à fait d'accord) ont

remarqué que **l'enfant ose davantage bouger, explorer et développe de meilleures capacités motrices**. Plus de la moitié des enseignantes (56 %) soulignent également que les enfants avec l'aide du mouvement ont **un meilleur apprentissage scolaire**.

Les changements au niveau de la santé, l'attention et la sociabilité sont beaucoup moins remarqués. Plus de la moitié des enseignantes n'ont pas d'avis sur ces thèmes.

Pour terminer, l'anxiété (61% ne sont pas d'accord) et les blessures (74% pas d'accord) relatives à la mise en place de ce projet sont des postulats qui ont été rejetés par la grande majorité des enseignantes.

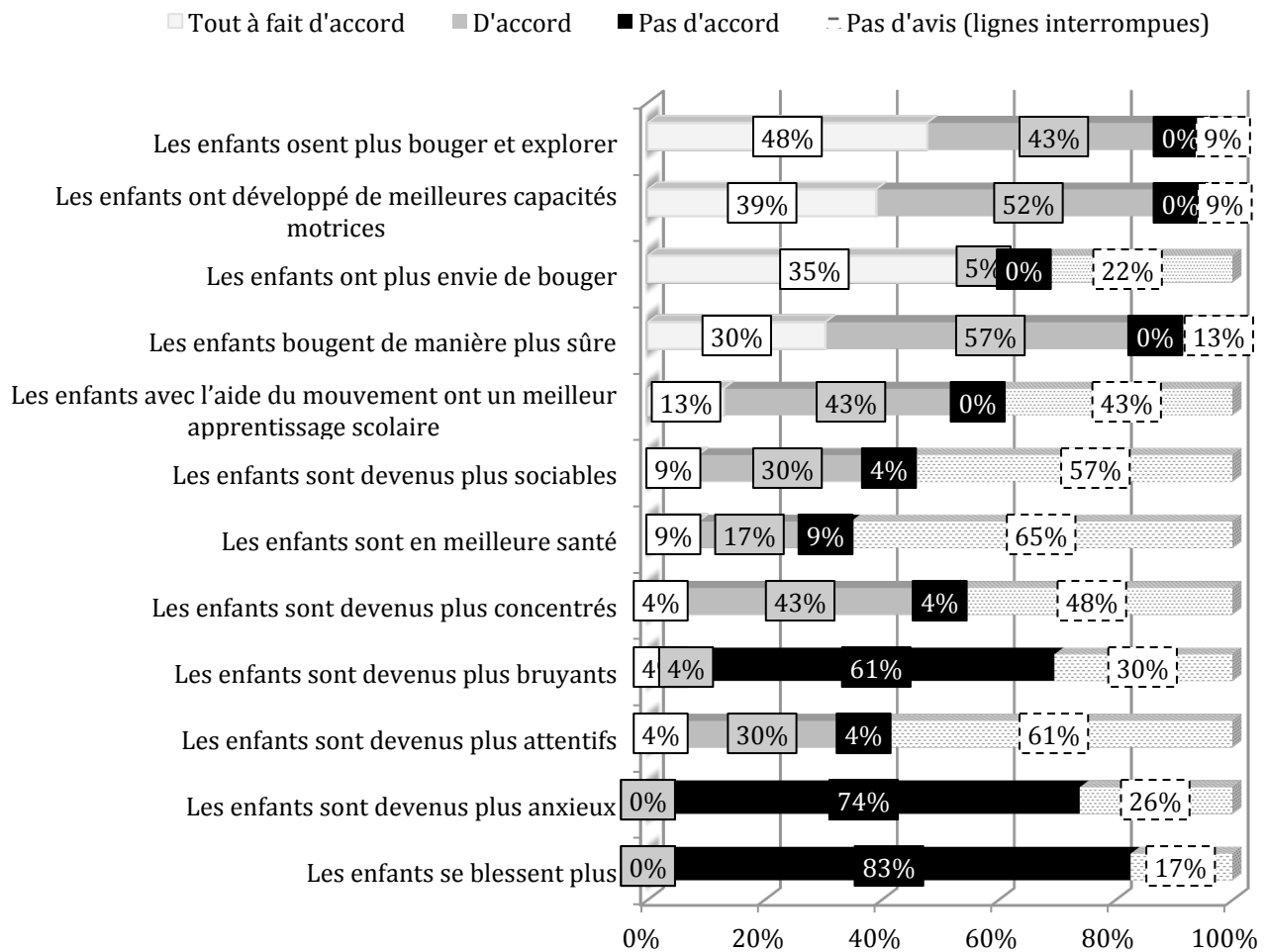


Figure 7: Changements chez les enfants suite au projet.

Questions fermées à coter de tout à fait d'accord à pas d'accord (n= 23 enseignantes)

4.3.c Implication des parents vue par les enseignantes

Chez 22 enseignantes sur 23 (91%), l'information sur la participation du projet Youp'là bouge à l'école a été transmise aux parents. Dans la plupart des cas, grâce aux réunions des parents (91%) et/ou pour les trois quarts sous forme de flyers (76%).

La perception des enseignantes sur l'acceptation du projet par les parents est **qu'il a été majoritairement bien à très bien accepté (20 sur 22)**. Seule une enseignante pense que l'acceptation est satisfaisante et une autre pense qu'elle est peu satisfaisante.

Par contre, **14 enseignantes sur 23 n'ont pas d'avis (61%)** sur la motivation des parents à appliquer le projet à la maison et **7 sur 23 (30%) pensent même que les parents ne sont pas motivés à appliquer le projet à la maison.**

De plus, une majorité des enseignantes (14 sur 18) ont dit ne pas savoir comment les familles mettent en application les conseils à la maison. Parmi les quatre autres enseignantes qui avaient un avis sur la question, une a exprimé ceci : « certains parents se sont associés pour amener les enfants à pied à l'école » et une autre cela : « les familles habituées au mouvement bougent plus mais les enfants qui bougent peu ne bougent pas plus ».

4.4 Les éléments critiques

4.4.a Les points positifs

Les points positifs I : apports du projet

77% des classes (17 sur 22) ont pu aménager un coin mouvement fixe **et 14% des classes (3 sur 22)** ont un coin mouvement alterné avec une autre activité. Cela montre que des changements concrets ont pu être effectués. De plus, les raisons évoquées dans une question ouverte par les enseignantes pour aménager un coin mouvement (favoriser le mouvement 53%, développer de nouvelles habiletés motrices et comprendre son corps 47%) montrent que les enseignantes ont été **sensibilisées** aux objectifs clés du projet.

Pour les classes sans coin mouvement, la raison principale pour ne pas en avoir aménagé un est le manque de place et non pas une question financière. La grande majorité des enseignantes (**82%, 18 sur 22**) juge d'ailleurs **les moyens financiers satisfaisants, voire entièrement satisfaisants**. Toutefois, pour une minorité (18%, 4 sur 22) d'entre elles ces moyens sont « plutôt pas satisfaisants ».

21 enseignantes sur 23 (91%) (figure 4) estiment que **le temps passé à bouger dans la classe est plus important que les années précédentes**. L'objectif visé par ce projet de favoriser et promouvoir le mouvement pour les élèves semble donc bien mis en application dans les classes.

De plus, un réel changement sur les enfants est visible depuis la mise en place du projet pour 89% des enseignantes (17 sur 19). La grande majorité des enseignantes (91% ; 21 sur 23) a observé (figure 7) que les enfants **osent davantage bouger, explorer et qu'ils développent de meilleures capacités motrices**. 56 % mettent aussi en avant que les enfants avec l'aide du mouvement ont **un meilleur apprentissage scolaire**.

Pour autant, il est important de souligner que la majorité **n'observe pas** que **l'anxiété** (61% ; 17 sur 23) ou **les blessures** (74% ; 19 sur 23) auraient augmenté suite à la mise en place du projet ou **que la classe serait devenue plus bruyante** (seul 18% citent l'accroissement du volume de la classe, figure 6).

Les points positifs II : retour des enseignantes

La formation de base et l'aménagement dans les classes d'un coin mouvement ont été les deux éléments qui ont été notés en majorité comme « **très utiles** » (61% et 57%) (figure 8). Pour une très large majorité (96% ; 22 sur 23), ces deux éléments ont été jugés « très utiles » ou « utiles ».

Toutes les enseignantes jugent « très utile » ou « utile » **le suivi de projet**, 21 sur 23 jugent « très utile » ou « utile » **le lieu du suivi du projet**, et 20 sur 23 **les informations et supports pour informer les parents**. Nous notons que pour ces trois éléments, le pourcentage d'enseignantes qui estiment « très utiles » ces éléments est toutefois environ

deux fois moins grand que pour la formation de base et l'aménagement dans les classes d'un coin mouvement (30-35% comparé à 61 et 57%).

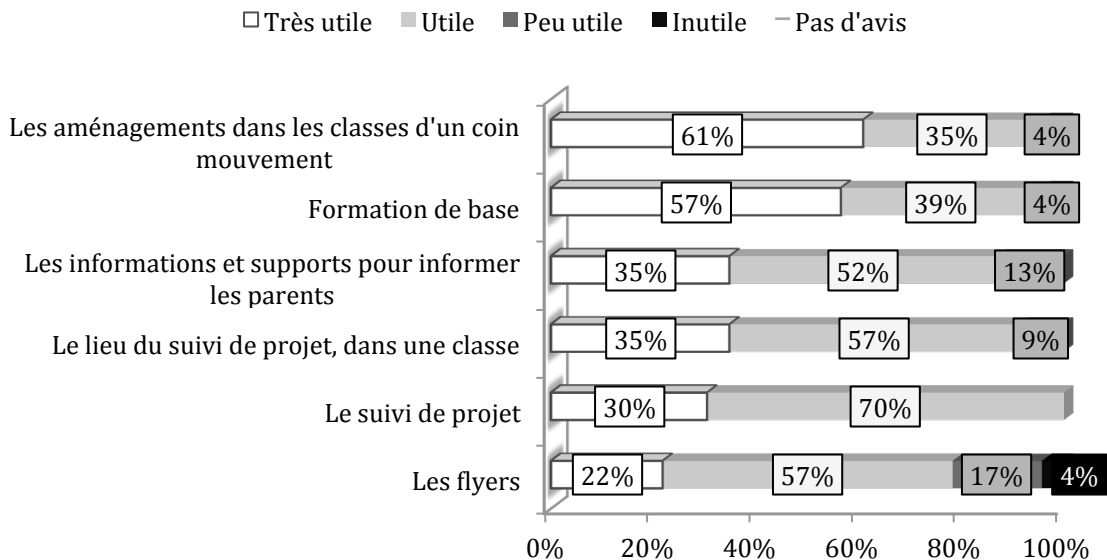


Figure 8 : Utilité des différentes prestations du projet

Questions fermées à coter de très utile à inutile (n= 23 enseignantes)

Le degré de satisfaction lié aux attentes concernant le projet est plus que satisfaisant sachant que pour **la totalité des enseignantes, elles sont « plutôt » (48% ; 11 sur 23) ou « entièrement » satisfaites (52% ; 12 sur 23)**. Aucune enseignante ne se dit « plutôt pas satisfaite » ou « pas du tout satisfaite ».

Le déroulement global du projet est également jugé très satisfaisant pour l'ensemble des participantes (figure 9). Sur un barème de 1 (très mauvais) à 10 (très bien), **la moyenne obtenue a été de 9±1 (écart-type)**. Une grande majorité (84 %) a inscrit la note de 9 ou 10. Seules, 2 enseignantes sur 23 (9%) ont accordé avec une note de 7 à ce projet.

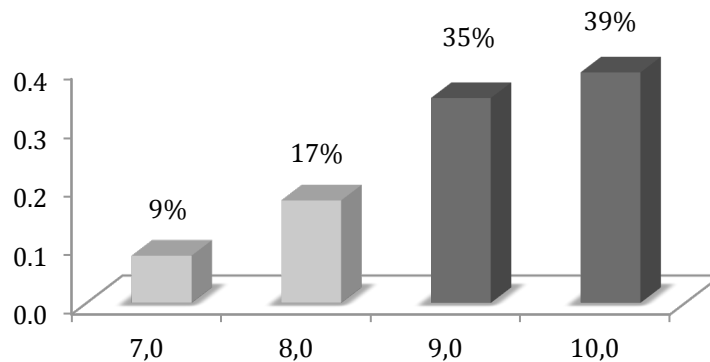


Figure 9 : Déroulement du projet jusqu'à ce jour

Note de 1 à 10 (n= 23 enseignantes)

En ce qui concerne l'information aux parents, comme souligné au point 4.3.c, la majorité des enseignantes (22 sur 23) estime que les parents ont été informés et 20 enseignantes sur 23 estiment que le projet est bien à très bien accepté par les parents.

Finalement, dans une question ouverte sur les critiques, points d'importances et propositions pour le projet (figure 10), il ressort que **la formation** est bénéfique (22%) et que **les réunions** permettent aux enseignantes de se relancer, d'échanger des idées (22%). Une fois de plus, cela souligne que les enseignantes perçoivent la formation et le suivi du projet comme importants.

4.4.b Les points à améliorer

Dans la question ouverte sur les critiques, points d'importance et propositions (figure 10), la réponse la plus souvent citée (44% des enseignantes) nous indique la volonté que « **plus de monde bénéficie de la formation et du matériel** ». Cette critique négative est bien entendu aussi un encouragement pour le développement du projet.

Dans cette question, il ressort aussi pour 22% des enseignantes qu'une augmentation **des moyens financiers et de l'espace disponible** serait nécessaire. Il est intéressant de noter que pour les deux classes sans coin mouvement, le manque de place est justement la raison principale invoquée pour en expliquer l'absence.

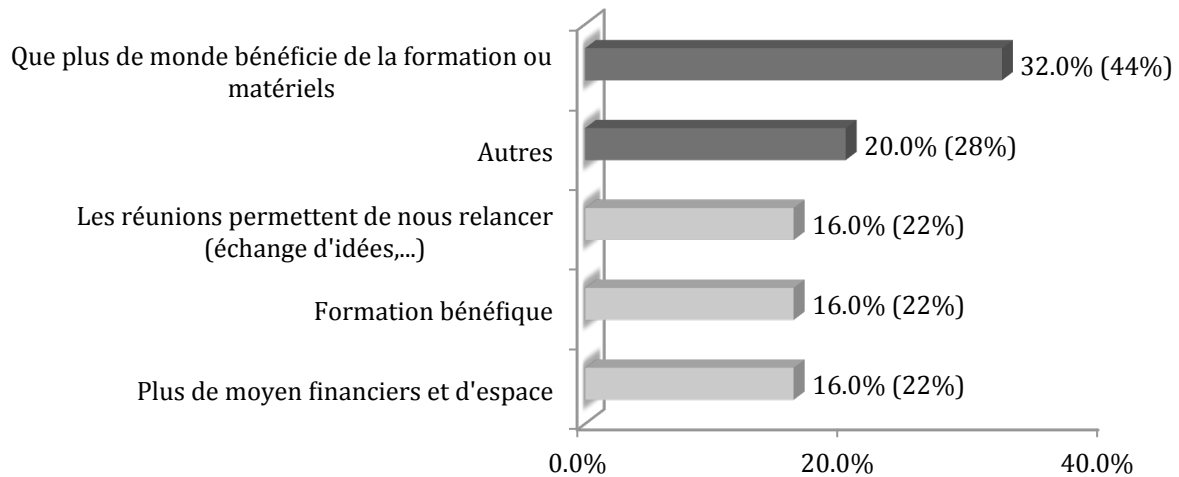


Figure 10 : Propositions, critiques ou importances affirmées

Question ouverte, plusieurs réponses possibles (n= 18 enseignantes, 25 réponses relevées)

Quant aux moyens financiers, comme cité précédemment au point 4.4.a, la majorité des enseignantes (82%) les jugent satisfaisants, voire entièrement satisfaisants. Cependant, une augmentation serait tout de même souhaitable pour une importante partie des enseignantes. En effet, dans une autre question (fermée) sur les points encore à améliorer dans le projet (figure 11), apparaît comme nécessaire **pour plus de la moitié des enseignantes (59%) d'avantage de moyens financiers** pour l'aménagement d'un coin mouvement dans la classe. Dans cette question sur les points à améliorer, la réponse majoritairement citée est **l'accès à un site internet du projet (82%; 18 sur 22)**. Une **meilleure sensibilisation des parents** est également demandée par **presque la moitié des enseignantes (45%; 10 sur 22)**. La réception d'une newsletter ne récolte que 27% des suffrages(6 sur 22). Parmi les cinq réponses « autre », deux enseignantes souhaiteraient de nouvelles formations continues dans le domaine de la relaxation et du yoga.

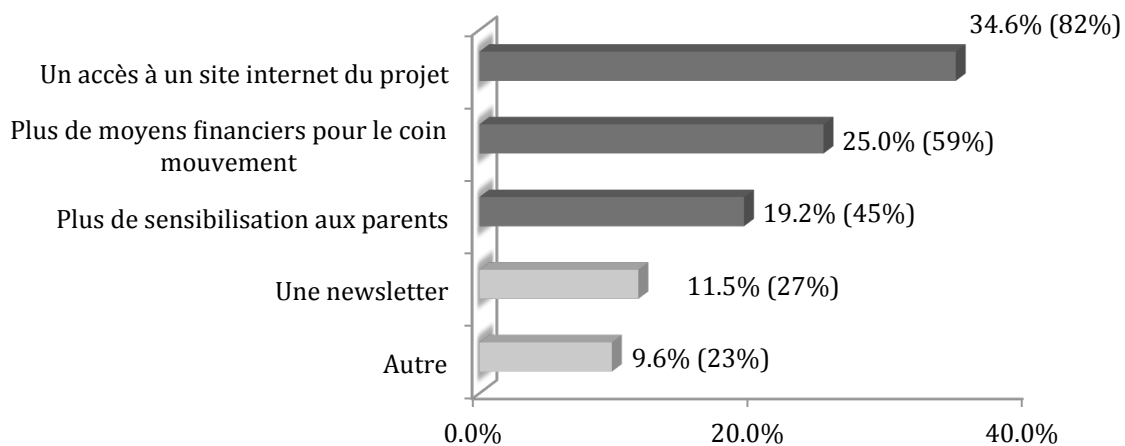


Figure 11 : À améliorer dans le projet.

Question fermée, plusieurs réponses possibles (n= 22 enseignantes, 52 réponses relevées)

La demande d'une « meilleure sensibilisation des parents » fait écho à la question de l'utilité des prestations citée au point 4.4a. En effet dans cette question (figure 8), trois enseignantes (13%) ont trouvé les informations et supports pour informer les parents « peu utiles » et la proportion d'enseignantes qui juge ces informations et supports « très utiles » est plus faible en comparaison avec la formation de base ou l'aménagement d'un coin mouvement (35% au lieu de 61 et 57%). Ainsi, la formation de base et l'aménagement du coin mouvement sont très valorisés par les enseignantes mais cette partie du projet sur la sensibilisation aux parents semble être plus critiquée.

D'ailleurs, bien que les enseignantes estiment que les parents ont été informés et même qu'ils acceptent bien le projet, **61% des enseignantes (14 sur 23) n'ont pas d'avis** sur la motivation des parents à appliquer le projet et 30% (7 sur 23) **pensent même que les parents ne sont pas motivés à appliquer le projet à la maison.**

La sensibilisation des parents pour les futures volées du projet pourrait être améliorée. Cela, notamment en travaillant sur la communication entre parents et enseignantes au sujet du projet et de son application à la maison. En effet, 14 enseignantes sur 18 ont dit ne pas savoir comment les familles mettent en application les conseils à la maison.

5. Evaluation par les parents

5.1 Information sur les familles

5.1.a Caractéristiques de l'échantillon étudié

Les filles (50%) et les garçons (50%) des deux volées qui ont participé au projet entre 2013-2014 ou 2014-2015 avaient 4 ans (29%), 5 ans (52%), 6 ans (18%) et 7 ans (0.4%). Les élèves pouvaient être en première année (50%) ou deuxième année HarmoS (50%).

Dans la majorité des cas, les parents vivent ensemble (92%) et sont originaires de Suisse (66.1% des mères et 64.1% des pères). Le pays de naissance de l'enfant est la Suisse pour une grande majorité des cas (93.4%). Le niveau socio-économique des familles est globalement assez favorable avec seulement 16.6% des pères et 16.9% des mères sans formation autre que l'école obligatoire (terminée ou non). Malgré ce constat, une partie des familles rencontre vraisemblablement quelques difficultés financières car 13.9% (35 sur 252) de ces dernières disent avoir déjà dû renoncer dans les 12 derniers mois à une activité extra-scolaire pour des raisons financières.

5.1.b Comportement de l'enfant et de la famille par rapport aux activités

Avant la mise en place du projet, une majorité d'enfants utilisait la marche comme moyen de transport pour aller à l'école (74%), un pourcentage plus faible se déplaçait avec des moyens motorisés (voiture 17% ou bus 7%). Aux 74% qui marchaient pour aller à l'école, nous pouvons ajouter une faible minorité qui se déplaçait en trottinette (1.3%) ou à vélo (0.4%).

Concernant les activités extra scolaires, une majorité d'enfants y participent (68%). A la fin de l'année scolaire, beaucoup d'entre eux pratiquent une activité physique (64%), une petite partie exerce une activité créative telle que la musique, le bricolage ou la cuisine (7%) et certains font d'autres activités (4%) comme l'apprentissage d'une langue, une activité en forêt (plusieurs réponses étaient possibles à cette question). Les raisons limitant l'inscription de leurs enfants à une activité extra-scolaire sont le fait qu'**ils bougent suffisamment en famille (46%), le manque de temps (40%)** ainsi que **le coût financier (38%)** (plusieurs réponses étaient possibles). Seul une très faible minorité des parents (2.1%) estime que la raison serait

que leur enfant n'aime pas beaucoup l'activité physique ou qu'il fait déjà suffisamment d'activité avec le projet « Youp'là bouge à l'école ! » (0.8% des parents).

Les parents se sont exprimés (plusieurs réponses étaient possibles) sur le rôle du mouvement pour leur enfant. Pour la majorité, le mouvement est **source de plaisir** (85%) et permet un **bon équilibre psychique** ainsi qu'un **développement des compétences sociales** (84%). De plus, les parents confirment l'importance du mouvement comme un facteur réduisant les risques liés au **surpoids** (81%), améliorant le **développement moteur** de leur enfant (76%) et leur **sommeil** (75%), bénéfique pour l'évolution de la **capacité d'apprentissage** (66%) et pour la prévention des **maladies cardiovasculaires** (64%). Enfin, la diminution des accidents est minoritairement citée (21%) tout comme le fait que le mouvement rendrait l'enfant anxieux ou agité (2%).

Au regard de ces affirmations, les parents semblent **sensibilisés** sur l'importance du mouvement pour le développement et la santé de leur enfant.

5.2 Les changements observés liés au projet

5.2.a Les changements observés dans les familles

Au niveau du mouvement et de l'activité physique (figure 12), il n'y a pas eu de **changement reconnu par les familles** dans le cadre familial hors de l'école depuis la mise en place du projet pour une large majorité (74% des parents). Toutefois, une faible part dit faire plus d'activités en plein air (12 %) ou se promener (10%). Un impact sur les frères et sœurs ou sur le moyen de transport pour aller à l'école est cité de manière encore plus minoritaire (1%).

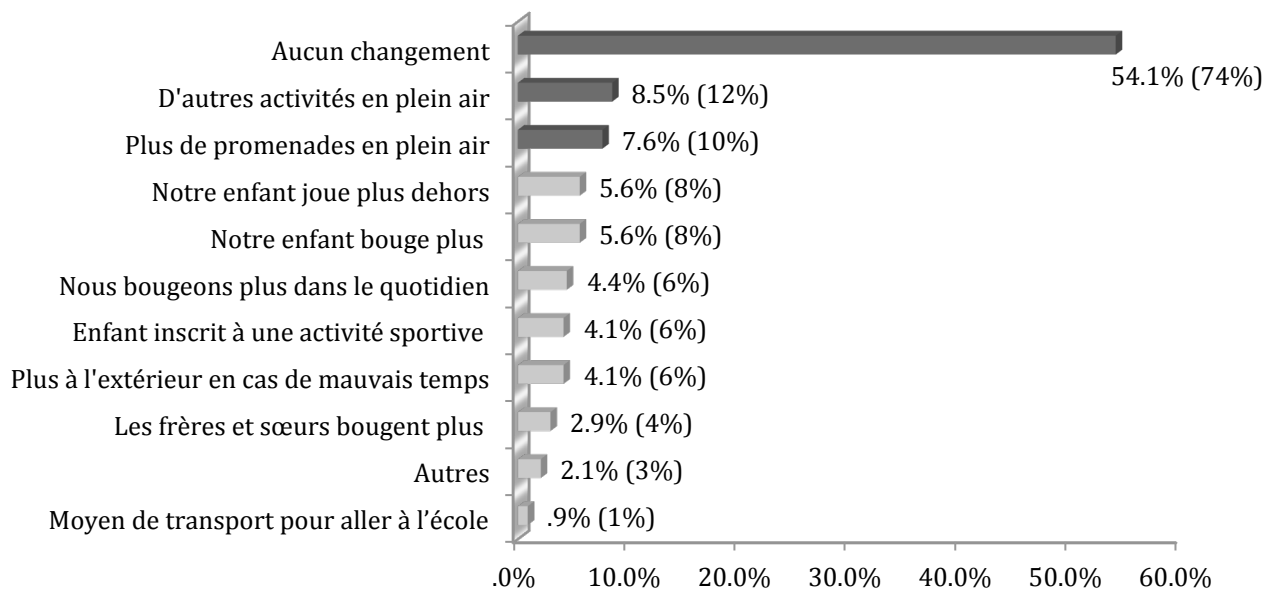


Figure 12 : Changements dans la famille depuis la mise en place du projet

Questions à choix multiples, plusieurs réponses possibles (n= 249 parents, 340 réponses relevées)

Ce résultat sur les moyens de transport pour aller à l'école se confirme dans une question spécifique à ce sujet. Nous avons cherché à savoir si les enfants avaient changé de moyen de transport pour aller à l'école au cours de l'année et si cela était dû au projet. Selon la majorité des familles (86.3%), aucun changement n'a eu lieu et si modification il y avait, la raison la plus souvent évoquée était le changement de disponibilité des parents (7.6%). A noter que le pourcentage d'enfants allant à l'école à pied, à vélo ou en trottinette avant le début du projet était déjà relativement haut (76%) et donc difficile à améliorer.

Le même constat est fait pour les inscriptions dans les activités extra-scolaires à la fin de l'année scolaire, donc après la participation des enfants au projet « Youp'là bouge à l'école ! ». Beaucoup d'enfants y participent (68%), cependant, du point de vue de 98% des parents, ce taux plutôt encourageant ne résulte pas du projet.

5.2.b Les changements observés chez l'enfant

Il a été très difficile pour les parents d'évaluer les changements chez leur enfant depuis la mise en place du projet. Pour la majorité des questions, plus de la moitié des parents ne pouvait exprimer son avis sur l'évolution de leur enfant. Il est toutefois intéressant de noter que **le changement le plus confirmé** par les parents **concerne la mobilité devenue plus sûre (43% « tout à fait d'accord » et « d'accord »)** et **le développement des capacités motrices (42%)** (figure 13). De plus, **la moitié des parents a infirmé les postulats suivants** : l'enfant est devenu plus bruyant, plus anxieux, moins attentif et il se blesse plus. A noter, qu'environ la moitié des parents n'a également pas d'avis sur ces derniers points. Enfin, un peu moins d'un tiers confirment que leur enfant est devenu plus sociable (29%) et qu'avec l'aide du mouvement, l'enfant améliore ses apprentissages (27%).

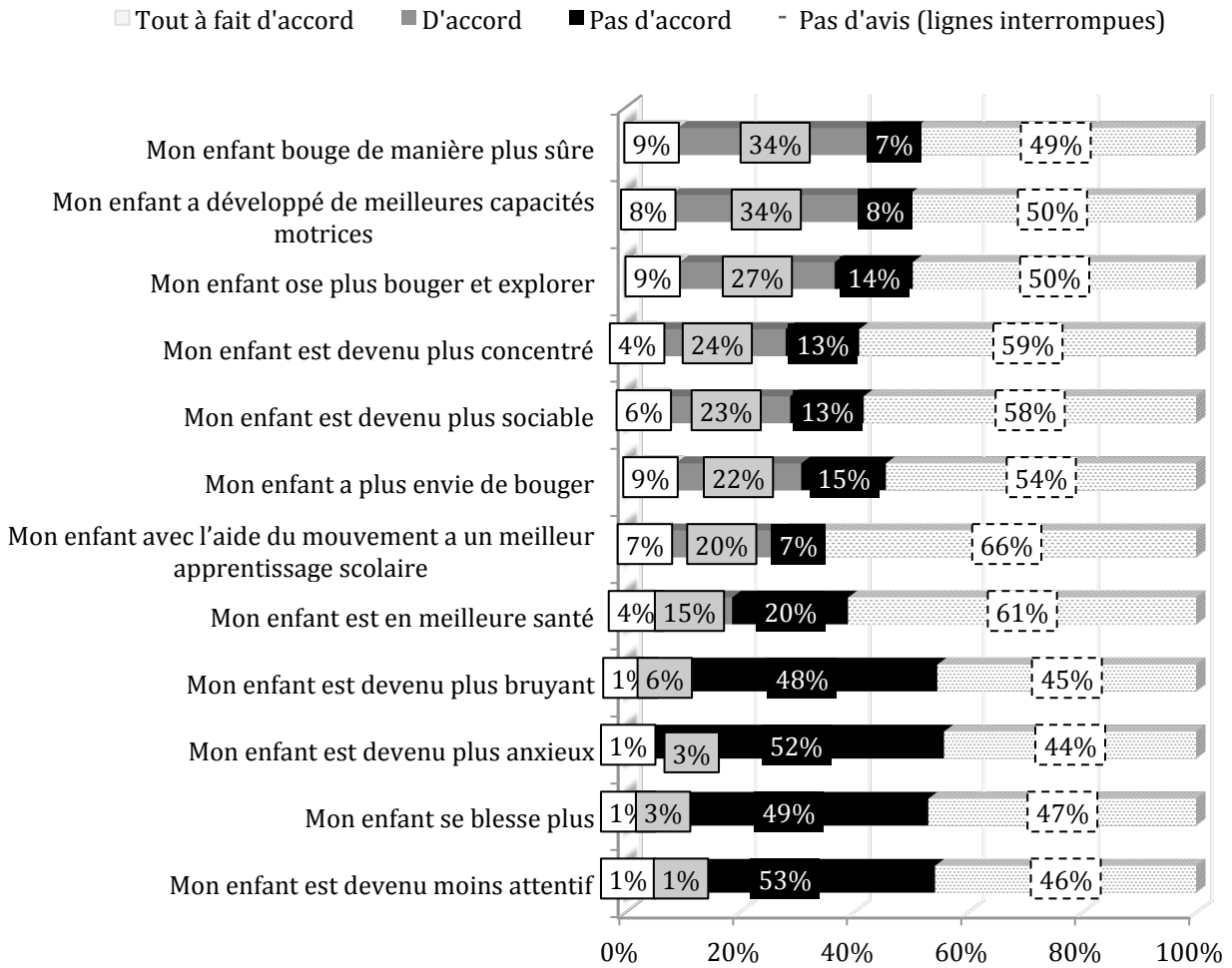


Figure 13 : Changements observés sur l'enfant à la fin de l'année scolaire depuis la mise en place du projet.

Questions fermées à coter de tout à fait d'accord à pas d'accord (n=256 parents)

5.3 Les éléments critiques

5.3.a Les points positifs

Changements chez les enfants

43% des parents ont affirmé (« tout à fait d'accord » et « d'accord ») que **la mobilité de leur enfant est devenue plus sûre** et **42% que ses capacités motrices se sont développées** (figure 13, partie 5.2.b). La moitié des parents a également pu infirmer que leur enfant serait devenu plus bruyant, anxieux, moins attentif ou qu'il se blesserait plus.

Sensibilisation des parents

Pour plus **de deux tiers des parents (68%)**, le projet amène **le plaisir de bouger chez leur enfant** (figure 14). Un parent sur deux comprend que Youp'là bouge à l'école **implique du mouvement pendant les apprentissages (55%)** et pense que cet agissement est **bénéfique pour la santé des enfants (52%)**. Il est encourageant de constater que « le plaisir de bouger » ressort en premier, car c'est un des messages clés du projet. Cela est confirmé dans la question sur les affirmations à propos du rôle du mouvement pour l'enfant cité au point 5.1.b où l'affirmation majoritairement citée est aussi le mouvement comme **source de plaisir (85% des parents)**.

Nous pouvons accrédi ter que, notamment au travers du projet, une majorité de parents est **sensibilisée** à l'importance d'avoir du plaisir dans le mouvement et de son incidence positive pour la santé de l'enfant.

La large **majorité des parents (75%) a dit avoir été averti du projet** Youp'là bouge à l'école. Selon, eux, ils ont essentiellement été informés de ce projet par le **biais de réunions de parents (51%)** ou grâce aux flyers distribués par les enseignantes (23%) et par les enfants (17%). Seulement 4% de l'information est passée par des bricolages ou d'autres activités.

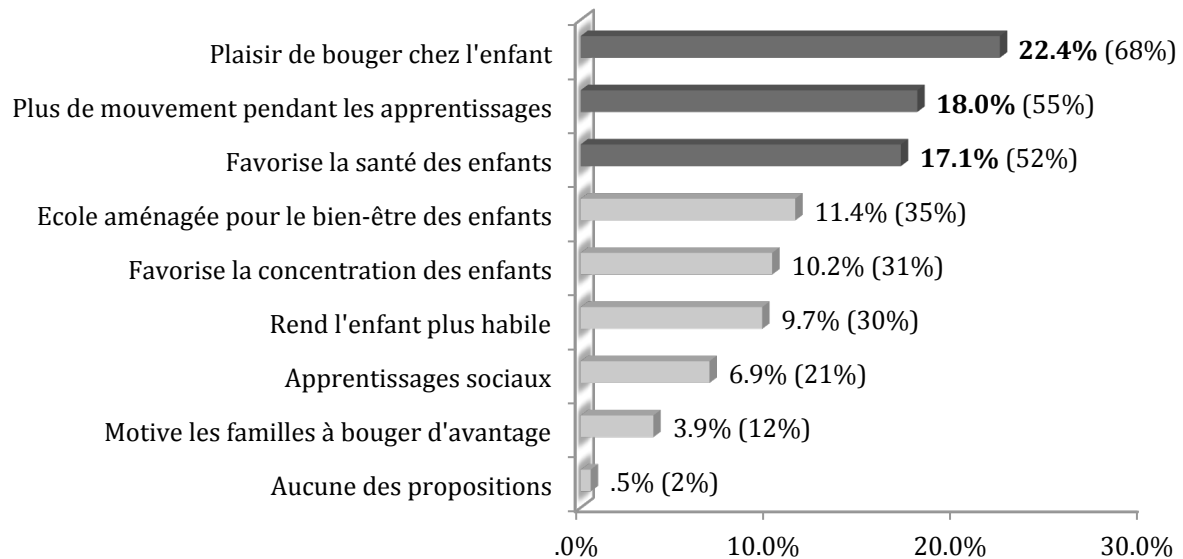


Figure 14 : Trois apports les plus importants du projet selon les parents.

Questions fermées, plusieurs réponses possibles (n= 186 parents, 586 réponses relevées)

Retour des parents sur le projet

Les parents pouvaient également s'exprimer ouvertement à propos des points positifs du projet Youp'là bouge à l'école (Figure 15). Sur les 127 parents qui se sont exprimés, **plus d'un tiers (39%)** ont confirmé que **ce projet amènerait certainement les enfants à bouger davantage**. Pour 24 % d'entre eux, les bienfaits du mouvement étaient mis en avant et sensibilisaient les familles. Le lien existant entre mouvement et apprentissage est pour 21% de ces parents également un point à mettre en exergue. La notion de plaisir a aussi été citée dans ces réponses spontanées (13%).

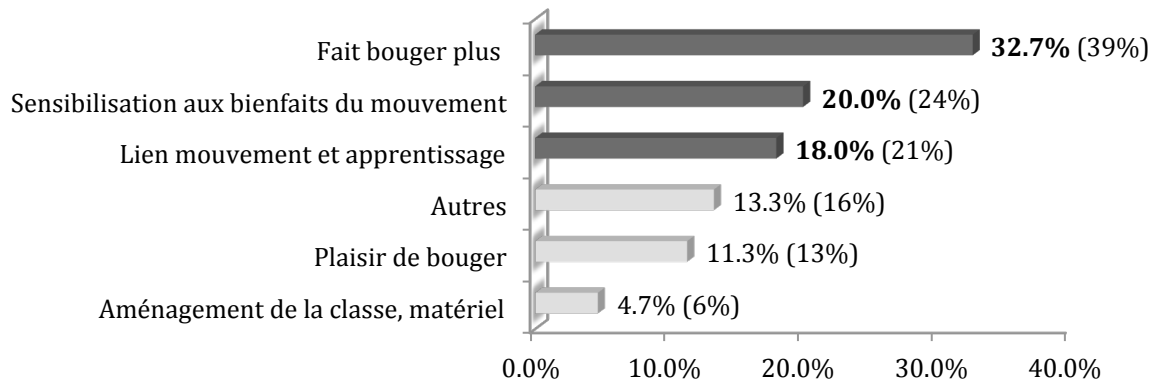


Figure 15 : Qu'est-ce qui vous plaît dans le projet "Youp'là bouge à l'école!"?

Question ouverte (n= 127 parents, 150 réponses, relevées)

Les parents avaient aussi la possibilité de laisser un commentaire. Nous notons que la majorité (40%, 29 commentaires sur 72) sont fortement positifs (remerciements, encouragements) et que neuf autres commentaires (13%) encouragent la continuation ou l'expansion du projet.

5.3.b Les points à améliorer

Bien qu'une partie importante des parents ait remarqué des changements positifs chez leur enfant, il semble plus difficile de mettre en évidence des changements au niveau de la famille. En effet, **seulement un parent sur dix (12%)** estime que le projet motive les familles à bouger davantage en dehors de l'école (figure 14). Ils ne sont aussi que 12% à estimer faire plus d'activités en plein air et 10% à faire plus de promenades en plein air (figure 12). Les moyens de transport pour aller à l'école n'ont pas changé suite au projet (mais 74% des enfants se rendaient déjà à pied à l'école au début du projet) et 98% des parents ne pensent pas avoir inscrit leur enfant à des activités extra-scolaires à cause du projet.

La majorité des parents (75%) se disent informés du projet. Malgré cela, presque la moitié (47%) attendent plus d'informations. Si nous étudions spécifiquement le quart de parents qui se dit non informé du projet, nous remarquons que 26 % n'attendaient pas plus d'informations.

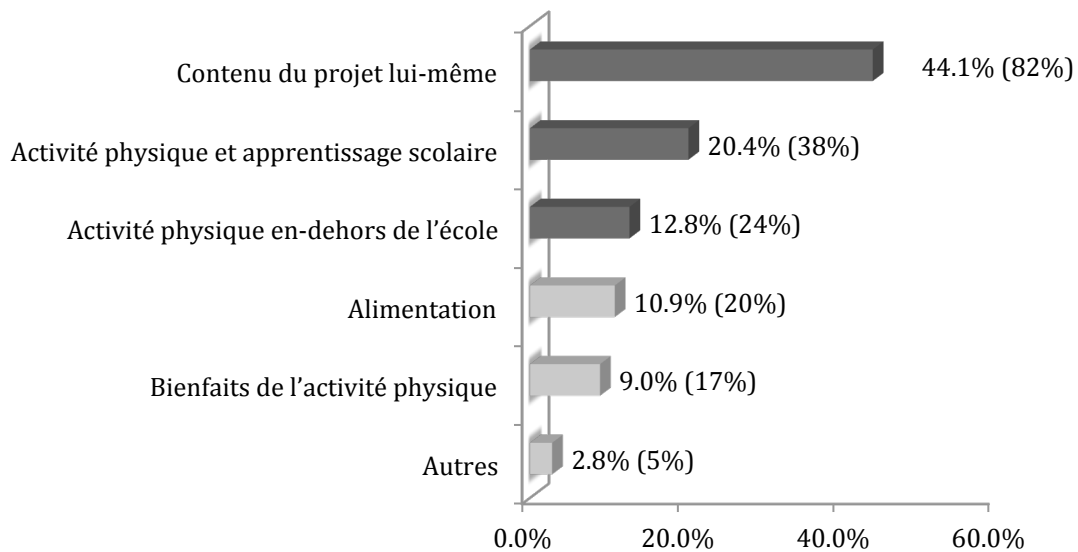


Figure 16 : Attentes d'informations supplémentaires sur le projet.

Questions fermées, plusieurs réponses possibles (n= 113 parents, 211 réponses relevées)

Pour les parents qui attendent plus d'informations, ils sont **82% à vouloir plus d'informations sur le contenu du projet lui-même** (figure 16). D'autres parents auraient également apprécié recevoir plus d'informations à propos des **effets de l'activité physique sur l'apprentissage scolaire (38% des parents)**. Ils sont seulement un quart des parents (24%) à citer les manières d'intégrer l'activité physique en dehors de l'école, 20% sur l'alimentation et 17% sur les bienfaits de l'activité physique. Bien entendu, cette attente de plus d'information est aussi une critique positive car elle démontre un intérêt des parents pour le projet.

Parmi les commentaires laissés par les parents, nous notons aussi 16 commentaires (sur 72) qui témoignent d'une difficulté à remarquer une différence suite au projet, neuf qui disent n'avoir pas entendu parler du projet et neuf commentaires classés sous « autre ». Parmi ceux-ci, un commentaire suggère: « il serait bien de disposer d'une liste d'activités physiques faciles à faire à la maison ».

Finalement, dans une question ouverte sur les points à améliorer dans le projet (figure 17), six parents sur les 54 (11%) ayant répondu à cette question ont à nouveau souligné le manque d'informations. Parmi les autres remarques, un parent a dit : « il serait mieux d'intégrer les parents pour faire une activité en commun parents/enfants ». Un autre a exprimé : « parfois un peu dangereux si mal fait (sauter par-dessus le dos de sa petite sœur par exemple). Les activités doivent être encadrées. » Finalement, il est intéressant de relever que pour 42 parents sur 54 (78%), rien n'a déplu !

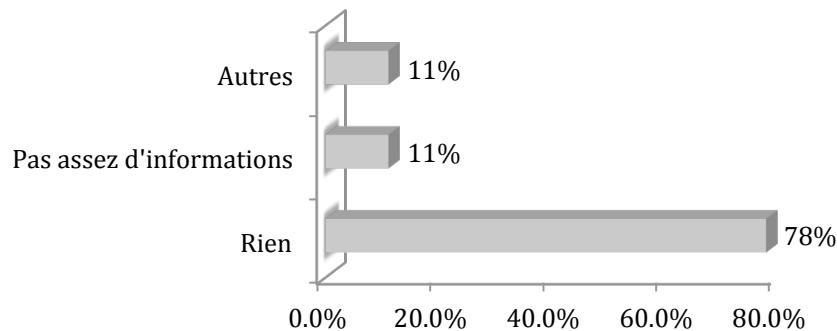


Figure 17 : À améliorer dans le projet « Youp'là bouge à l'école ! »

Question ouverte, plusieurs réponses possibles (n=54 parents, 54 réponses relevées)

5.4 Limitations de l'évaluation

L'évaluation se base uniquement sur des questionnaires semi-quantitatifs mais ne comporte pas de partie purement quantitative. La mesure du temps d'activité physique ou l'évolution de l'indice de masse corporelle avant et après l'étude auraient pu être relevées. Cependant, pour des raisons de contraintes de temps et de finances, cela n'a pas été possible.

Toutes les enseignantes qui ont participé à l'étude se sont inscrites pour la formation sur une base volontaire. Nous pouvons donc penser qu'elles étaient déjà, à la base, motivées à apporter plus de mouvement dans leur classe. De plus, il faut noter que les changements observés chez les enfants par les parents ou les enseignantes peuvent être dus au projet et à son impact mais également à d'autres facteurs, notamment le fait que les enfants grandissent et progressent dans leur développement entre 4 et 7 ans. Un groupe contrôle aurait permis de diminuer ce biais mais cela n'a pas été possible pour des raisons de finances, de temps et d'organisation.

6. Conclusion et perspectives

6.1 Enseignantes

L'objectif visé de **promouvoir plus de mouvement dans les classes** paraît atteint : presque toutes les enseignantes en sont convaincues (figure 4) : **le temps passé à bouger dans la classe est plus important que les années précédentes.**

Des changements structurels ont été apportés dans les classes pour un **environnement plus favorable au mouvement** : 20 sur 22 classes ont mis en place un coin mouvement (et une enseignante n'a pas répondu). Des changements dans le style d'apprentissage (figure 6) ont aussi été occasionnés pour presque l'ensemble des sondés : **plus de mouvement tout en incluant les apprentissages scolaires.** Ce qui permettrait pour la majorité un meilleur apprentissage scolaire (figure 7). Des changements sur les enfants, qui d'après presque toutes les enseignantes (figure 7) « **osent d'avantage bouger, explorer** » et « **développent de meilleures capacités motrices** ». Ceci alors que seule une faible minorité a remarqué un accroissement du volume sonore de la classe (figure 6).

Nous constatons que ces changements observés chez les enfants par les enseignantes correspondent aux objectifs du projet qui sont perçus comme les plus importants par les enseignantes (figure 2) : mouvement comme **moyen pédagogique, plaisir de bouger**, amélioration de **l'habileté des élèves** et **bonne dynamique de classe**. Les enseignantes semblent bien **sensibilisées** à ces principes importants du projet puisqu'elles en observent les bénéfices dans leur classe.

Les changements au niveau de la santé, de l'attention et de la sociabilité sont beaucoup moins remarqués par les enseignantes. Plus de la moitié n'ont pas d'avis sur ces thèmes (figure 7). Ces éléments importants devraient être étudiés plus en détail lors de projets futurs.

Les points à améliorer sont le **manque de place** dans certaines classes (toutes celles où il n'y a pas de coin mouvement) ainsi que la demande pour **plus de sensibilisation aux parents** exprimé par presque la moitié des enseignantes (figure 11). De plus, 14 enseignantes sur 23 n'ont pas d'avis sur la motivation des parents à appliquer le projet et sept sur 23 pensent qu'ils ne sont pas motivés à appliquer le projet chez eux.

Quant à l'**aspect financier**, il est satisfaisant à entièrement satisfaisant pour la majorité des enseignantes. Toutefois, une augmentation des moyens financiers pour l'aménagement du coin mouvement serait souhaitable pour la moitié d'entre elles (figure 11).

De manière générale, Le projet semble apporter une grande **satisfaction**. En témoigne la note moyenne de 9±1 (sur un barème de 1 à 10) décernée par les enseignantes sur le déroulement du projet (figure 9).

6.2 Parents

Dans le cadre familial, on remarque que la large majorité des parents se dit informée du projet mais presque la moitié aimerait recevoir plus d'informations. La majorité d'entre eux semble adhérer au projet. En effet, pour presque tous les parents, le projet amène le plaisir de bouger chez leur enfant (figure 14), implique du mouvement pendant les apprentissages et ils pensent que cela est « bénéfique pour la santé des enfants ». Nous remarquons dès lors que la majorité des parents a une bonne **sensibilisation à l'importance du mouvement pour la santé et le développement de l'enfant**. Une partie des parents a même constaté des différences chez leur enfant : la « **mobilité est devenue plus sûre** » (43%) et « **ses capacités motrices se sont développées** » (42% ; figure 13).

Par contre, les **changements en termes de mouvements hors temps scolaire** sont peu visibles : il n'y a pas eu de changements reconnus au niveau de l'activité physique pour les trois quart des parents (figure 12). Ils ne sont que 12% à estimer que le projet motive les familles à bouger davantage en dehors de l'école (figure 14), même si une petite minorité reconnaît faire « plus d'activités en plein air » ou se promener plus souvent.

Ce constat suit la tendance démontrée dans le rapport d'évaluation « Youp'là bouge crèche » (9), où seul 28% des parents estimaient que le projet incitait les familles à bouger.

Quant à la **satisfaction des parents**, nous remarquons que parmi les 72 commentaires libres laissés par les parents, 40% sont fortement positifs (remerciements, encouragements) et 13% encouragent la continuation ou l'expansion du projet. De plus, parmi les 150 réponses

récoltées à la question concernant les points négatifs du projet, une grande majorité a exprimé que rien n'avait déplu (figure 17).

6.3 Conclusion générale

Nous pouvons donc affirmer que **les objectifs** du projet « Youp'là bouge à l'école » sont majoritairement atteints. Le mouvement a pris sa place dans les classes et semble être devenu un moyen d'apprentissage à part entière pour les enseignantes qui reconnaissent des changements importants parmi les enfants.

Les parents ont été bien sensibilisés à l'importance du mouvement pour la santé de leur enfant et ils reconnaissent, à moindre mesure que les enseignantes, des changements positifs chez leur enfant. Les points qui restent encore à améliorer concernent l'intégration des parents au projet et l'application des principes du projet à la maison. Par contre, l'investissement de la part des enseignantes et de l'école pour ces points n'est pas négligeable.

Notons aussi que l'objectif de « favoriser les liens sociaux entre les élèves » n'est reconnu que par une minorité d'enseignantes et de parents et qu'environ les deux tiers des parents et des enseignantes n'ont pas donné d'avis sur ce thème.

6.4 Perspectives

Pour ce qui est des **développements futurs** du projet, nous aimerions souligner quelques points mis en exergue par les enseignantes et les parents :

- Un accès à un site internet du projet serait bienvenu pour 82% des enseignantes. Toutefois, il faudrait préciser le contenu d'un tel site lors d'études futures car les enseignantes ne se sont pas exprimées à ce sujet dans le questionnaire.
- La demande de 45% des enseignantes de mieux sensibiliser les parents et celle de 47% des parents de recevoir plus d'informations nous encouragent à promouvoir plus de communication entre les parents et les enseignantes ; en particulier sur le contenu du projet en lui-même. Comme il a été proposé dans un commentaire des parents, la mise

en place d'activités en commun parents/élèves serait une bonne façon d'intégrer et d'informer les familles. Une autre proposition faite par un parent serait de donner aux parents une liste d'activités facile à faire à la maison. La « Kidz box » déjà utilisée dans de nombreuses classes, pourrait aider à aller dans ce sens.

- Le projet « Youp'là bouge à l'école ! » est un projet à bas seuil capable pourtant de provoquer des effets importants sur les enfants et la vie de la classe. Toutefois, nous remarquons que les 2 objectifs qui ont été les plus difficiles à atteindre (intégrer les parents au projet et appliquer les principes du projet à la maison) sont des objectifs qui demandent, d'après la littérature (12), **une intensité et des efforts très importants** pour qu'il y ait un changement. Il n'est donc pas surprenant que cette partie du projet soit la plus difficile et requiert une attention particulière.
- Pour que ces effets sur les enfants et la vie de la classe perdurent dans le temps, il faudra prévoir des « piqûres de rappel », des boosters auprès des enseignantes. Le suivi de projet actuellement mis en place semble un très bon « booster » et devrait être poursuivi dans le temps (13).
- La mise en place d'un label qualité a été une étape importante pour l'expansion du projet « Youp'là bouge ! » dans les crèches en Suisse romande. Ce label est basé sur des prédicteurs identifiés lors de l'évaluation de « Youp'là bouge ! » dans les crèches (9,10). Parmi ces prédicteurs, les crèches avec un accès libre au coin mouvement et qui ont organisé des réunions de parents ont montré que les enfants avaient une meilleure amélioration des habiletés motrices. Un autre prédicteur est que plus les éducatrices sont nombreuses et motivées, plus l'IMC (Indice de Masse Corporelle) des enfants a diminué. Finalement, l'accès libre au coin mouvement et l'achat de matériel influençaient l'activité physique des enfants (9,10). Dans la littérature, des auteurs ont cherché à comprendre parmi de nombreuses variables, ce qui serait corrélé à l'activité physique. Sallis a notamment mis en évidence les suivantes (21): sexe masculin, statuts pondéral des parents, **goût pour l'activité physique** ou le fait d'avoir déjà pratiqué une activité sportive, l'intention d'être actif, une alimentation saine, **l'accès à des équipements** et **le temps passé à l'extérieur**. Bower (22) a pu montrer qu'un environnement encourageant amène les enfants à plus d'activités physiques. Cet environnement devrait comprendre des **opportunités d'être actif**, des **équipements fixes et mobiles**, de **l'éducation physique structurée**.

Un label qualité tenant compte des prédicteurs découverts dans le projet « à la crèche » mais aussi de la littérature devrait probablement aussi être envisagé lors de la multiplication du projet « Youp'là bouge à l'école ! ».

7. Annexes

7.1 Bibliographie

1. Timmons BW, Naylor P-J, Pfeiffer KA. L'activité physique des enfants d'âge préscolaire - somme et méthode? *Appl Physiol Nutr Metab.* 2007;32(S2F):S136-49.
2. OMS. Activité physique pour les jeunes [Internet]. OMS; 2015 [cité 2 sept 2015]. Disponible sur:
http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_young_people/fr/
3. Tremblay MS, Shields M, Laviolette M, Craig CL, Janssen I, Connor Gorber S. Fitness of Canadian children and youth: results from the 2007-2009 Canadian Health Measures Survey. *Health Rep.* mars 2010;21(1):7-20.
4. Promotion Santé S. Indicateurs pour le domaine «Poids corporel sain» [Internet]. Bern: Fondation Promotion Santé Suisse; [cité 5 mars 2015] p. Chapitre 2C « IMC chez les enfants et les adolescents », page 26. Report No.: Document de travail n°20. Disponible sur:
http://promotionsante.ch/assets/public/documents/2_fr/d-ueber-uns/5-downloads/Document_de_travail_020_PSCH_2014-06_-_Monitoring_Poids_corporel_sain_2014.pdf
5. Malatesta, David. Validité et pertinence de l'index de masse corporelle (IMC) comme indice de surpoids et de santé au niveau individuel ou épidémiologique [Internet]. Promotion Santé Suisse Document de travail 8 Août 2013 Institut des Sciences du Sport de l'Université de Lausanne Faculté de biologie de médecine – Département de physiologie; 2013 août [cité 27 juill 2015]. Report No.: Document de travail n°8. Disponible sur:
http://promotionsante.ch/assets/public/documents/2_fr/d-ueber-uns/5-downloads/Document_de_travail_008_PSCH_2013-08_-_Validite_et_pertinence_Index_de_masse_corporelle.pdf
6. Cole TJ, Bellizzi MC, Flegal KM, Dietz WH. Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. *BMJ.* 6 mai 2000;320(7244):1240-3.
7. Maggio ABR, Martin XE, Saunders Gasser C, Gal-Duding C, Beghetti M,

Farpour-Lambert NJ, et al. Medical and non-medical complications among children and adolescents with excessive body weight. *BMC Pediatr.* 2014;14:232.

8. Viro P. 10 Facts on physical activity [Internet]. OMS; [cité 19 août 2015]. Disponible sur:

http://www.who.int/features/factfiles/physical_activity/facts/en/

9. Dr Puder J, Dr Barral J, Bonvin A. Rapport d'évaluation du projet « Youp'là bouge » [Internet]. 2011 mai. Disponible sur: www.youplabouge.ch/documentation

10. Bonvin A, Barral J, Kakebeeke TH, Kriemler S, Longchamp A, Schindler C, et al. Effect of a governmentally-led physical activity program on motor skills in young children attending child care centers: a cluster randomized controlled trial. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2013;10:90.

11. Bonvin A, Barral J, Kakebeeke TH, Kriemler S, Longchamp A, Marques-Vidal P, et al. Weight status and gender-related differences in motor skills and in child care - based physical activity in young children. *BMC Pediatr.* 2012;12:23.

12. Nixon CA, Moore HJ, Douthwaite W, Gibson EL, Voge C, Kreichauf S, et al. Identifying effective behavioural models and behaviour change strategies underpinning preschool- and school-based obesity prevention interventions aimed at 4-6-year-olds: a systematic review. *Obes Rev Off J Int Assoc Study Obes.* mars 2012;13 Suppl 1:106-17.

13. Lai SK, Costigan SA, Morgan PJ, Lubans DR, Stodden DF, Salmon J, et al. Do school-based interventions focusing on physical activity, fitness, or fundamental movement skill competency produce a sustained impact in these outcomes in children and adolescents? A systematic review of follow-up studies. *Sports Med Auckl NZ.* janv 2014;44(1):67-79.

14. Andersen LB, van Mechelen W. Are children of today less active than before and is their health in danger? What can we do? *Scand J Med Sci Sports.* oct 2005;15(5):268-70.

15. Soldini N, Peduzzi F, Miauton Espejo L. PAPRICA Petite enfance-Physical Activity Promotion in Primary Care [Internet]. [cité 25 juill 2015]. Disponible sur: <http://www.swiss-paediatrics.org/sites/default/files/events/250914-paprika.pdf>

16. Reilly JJ. Low Levels of Objectively Measured Physical Activity in Preschoolers in Child Care: *Med Sci Sports Exerc.* mars 2010;42(3):502-7.
17. Bürgi F, Meyer U, Niederer I, Ebenegger V, Marques-Vidal P, Granacher U, et al. Socio-cultural determinants of adiposity and physical activity in preschool children: a cross-sectional study. *BMC Public Health.* 2010;10:733.
18. Bringolf-Isler B, Grize L, Mäder U, Ruch N, Sennhauser FH, Braun-Fahrländer C. Assessment of intensity, prevalence and duration of everyday activities in Swiss school children: a cross-sectional analysis of accelerometer and diary data. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2009;6(1):50.
19. Waters E, de Silva-Sanigorski A, Burford BJ, Brown T, Campbell KJ, Gao Y, et al. Interventions for preventing obesity in children. In: *Cochrane Database of Systematic Reviews* [Internet]. John Wiley & Sons, Ltd; 1996 [cité 25 févr 2015]. Disponible sur:
<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD001871.pub3/abstract>
20. Secrétariat général de la CIIP, (Conférence Intercantonale Instruction Publique). Plan d'études romand (PER) [Internet]. 2012 juin. Disponible sur:
http://www.plandetudes.ch/documents/10136/19192/cycle_2_webCIIP.pdf
21. Sallis JF, Prochaska JJ, Taylor WC. A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Med Sci Sports Exerc.* mai 2000;32(5):963-75.
22. Bower JK, Hales DP, Tate DF, Rubin DA, Benjamin SE, Ward DS. The childcare environment and children's physical activity. *Am J Prev Med.* janv 2008;34(1):23-9.

7.2 Annexes

7.2.1 Annexe 1 : Questionnaires enseignantes



Youp' là bouge à l'école

EVALUATION DU PROJET PAR LES ENSEIGNANTS (TES) Volée 1 2012-2014

Attention ! Toutes les réponses concernant le projet doivent correspondre à l'année scolaire 2013-2014 (sauf indications) !

✦ Questions vous concernant

1. **Nom, prénom :**
- Pour les conseillers en éducation physique, répondez dans la mesure du possible aux questions qui vous correspondent.*
2. **Combien de demi-jours par semaine travaillez-vous en 1^{ère} et 2^{ème} année ?**
 1 2 3 4 5 6
3. **Vous êtes :** Une femme Un homme
4. **Depuis combien d'années travaillez-vous comme enseignant (e) ?**
5. **Depuis quand mettez-vous en place le projet Youp'là bouge à l'école dans votre classe ?**
 Printemps 2013 Août 2013 Printemps 2014

✦ Questions concernant le contenu du projet « Youp' là bouge à l'école »

6. **Quelles ont été pour vous les raisons/motivations pour vous intéresser au projet « Youp' là bouge à l'école » ?**
.....
.....
7. **Quels sont les 3 objectifs / contenus du projet qui sont les plus importants pour vous :**
 Favoriser la santé physique des élèves
 Améliorer l'habileté des élèves
 Utiliser le mouvement comme moyen pédagogique
 Transmettre et maintenir le plaisir de bouger
 Favoriser indirectement le mouvement en dehors du temps scolaire
 Favoriser une bonne dynamique de classe grâce aux activités en mouvement
 Favoriser la concentration des élèves
 Favoriser les prérequis aux apprentissages (repères dans l'espace, dans le temps)
 Autre :
8. **Comment vous sentiez-vous informé(e) sur le projet avant de commencer le cours de base ?**
 Très bien Bien Suffisamment Insuffisamment Pas bien
9. **Par quelle voie avez-vous été informé(e) ? (plusieurs réponses sont possibles)**
 Direction Site web HEP Collègues Conseillers en éducation physique



Youp'là bouge à l'école

Autre, c'est-à-dire :

10. Quelle a été pour vous l'utilité des différentes prestations du projet Youp'là bouge à l'école :

Très utile Utile Peu utile Inutile Pas d'avis

La formation de base	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Le suivi de projet (tous les 4 mois)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Le lieu du suivi de projet, dans une classe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les flyers	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Très utile Utile Peu utile Inutile Pas d'avis

Les informations et supports pour informer les parents	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les aménagements dans les classes d'un coin mouvement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

◆ **Questions en lien avec les changements**

11. Y a-t-il eu des changements dans votre classe depuis la mise en place du projet ?

Oui Non

11a. Si oui, lesquels ? (cochez ce qui convient, plusieurs réponses sont possibles)

- Il y a une augmentation des possibilités de jeux de mouvement tout en incluant les apprentissages.
- La classe est devenue plus bruyante
- Le temps de transitions de classes est utilisé pour bouger plus.
- Des coins de mouvement ont été aménagés dans la classe.
- Le temps consacré au mouvement perturbe le programme scolaire.
- Autre :

12. Y a-t-il eu des changements sur les enfants depuis le début du projet ?

Oui Non



Youp' là bouge à l'école

12a. Si oui, êtes-vous d'accord avec les affirmations suivantes suite au projet:

	Tout à fait d'accord	D'accord	Pas d'accord	Pas avis
Les enfants ont plus envie de bouger	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les enfants sont devenus plus attentifs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les enfants bougent de manière plus sûre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les enfants se blessent plus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les enfants sont devenus plus bruyants	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les enfants sont devenus plus concentrés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les enfants sont en meilleure santé	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les enfants osent plus bouger et explorer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les enfants sont devenus plus anxieux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les enfants sont devenus plus sociables	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les enfants avec l'aide du mouvement ont un meilleur apprentissage scolaire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les enfants ont développé de meilleures capacités motrices	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Avez-vous aménagé un coin mouvement dans votre classe ?

- Non, pas d'aménagement
- Oui, un coin mouvement alterné avec un autre coin (lecture, théâtre,...)
- Oui, un coin mouvement fixe

14. Quels matériels utilisez-vous dans le coin mouvement ?

.....

15. Quelles en sont les raisons (d'avoir aménagé ce coin ou non) ?

.....

16. Les moyens financiers pour aménager un espace de mouvement a été :

- Entièrement satisfaisant
- Satisfaisant
- Plutôt pas satisfaisant
- Pas du tout satisfaisant



Youp' là bouge à l'école

17. Depuis la fin des deux années de formation (juin 2014), utilisez-vous toujours ce projet dans votre nouvelle classe (2014-2015) ?

- Oui Non

17a. Si non, pour quelles raisons ?

.....
.....

17b. Si oui, avez-vous apporté des modifications ? De quel(s) type(s) ?

.....
.....

✦ **Questions en lien avec la sensibilisation des parents**

18. Est-ce que les parents ont été informés que votre classe (2013-2014) participait au projet « Youp'là bouge à l'école » ?

- Oui Non

18a. Si oui, de quelle manière les parents ont-ils été mis au courant ? (plusieurs réponses sont possibles)

- Par les flyers
 Par les réunions de parents
 Par les bricolages ou activités qui sollicitent le mouvement et qui ont été rapportés à la maison
 Autre :

19. Comment perceviez-vous l'acceptation du projet auprès des parents ?

- Très bien Bien Satisfaisant Peu satisfaisant Mauvais Pas d'avis

20. Avez-vous eu le sentiment que les parents étaient motivés à appliquer le projet à la maison ?

- Oui Non Pas d'avis

21. Savez-vous si et comment les familles mettent en application vos conseils ?

.....
.....

✦ **Questions autour des attentes**

22. Vos attentes concernant le projet sont-elles à ce jour (novembre 2014) satisfaites ?

- Entièrement Plutôt Plutôt pas Pas du tout



Youp' là bouge à l'école

23. Qu'est-ce qui pourrait être encore amélioré dans le projet ? (cochez ce qui convient, plusieurs réponses sont possibles)

- Une formation de base plus longue
- Plus de sensibilisation aux parents
- Plus de réunion (de suivi) de projet
- Une newsletter/bulletin d'informations
- Un accès à un site internet Youp'là bouge à l'école
- Davantage de moyens financiers pour l'aménagement d'un espace mouvement dans la classe
- Autre :

24. Combien de fois par semaine les enfants font en moyenne de l'activité physique dans votre classe ?

- 1X 2X 3X 4X 5X >6X

25. Combien de minutes les enfants font en moyenne à chaque fois ?

26. Quelle est l'organisation de l'activité physique dans votre classe?

- Libre (au coin mouvement)
- Structurée (exercices proposés et exercés ensemble)
- Les deux. A quel pourcentage libre :% et structurée :%

27. En temps passé à bouger, y a-t-il eu durant l'année : (une seule réponse possible)

- Plus de temps en mouvement par rapport à d'autres années
- Moins de temps en mouvement
- Aucun changement au niveau temps de mouvement durant l'année

28. Globalement, comment jugez-vous le déroulement du projet jusqu'à ce jour (novembre 2014) ? (de 1 : très mauvais à 10 : très bien)

- 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

29. A ce jour, pour vous, qu'est ce qui est encore important ? Que souhaiteriez-vous encourager, critiquer ou proposer ?

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

Merci beaucoup pour votre coopération! ☺

7.2.2 Annexe 2 : Questionnaires parents

Youp'là bouge à l'école



Numéro de code :....

I. Questionnaire concernant la famille

1. Questions d'ordre général

1.1. Année de naissance de l'enfant :

1.2. Sexe de l'enfant : féminin masculin

1.3. En quelle année était votre enfant en 2013/2014 ? 1^{ère} 2^{ème}

2. Questions sur le comportement de l'enfant en rapport avec les activités

2.1. De quelle manière vous rendez-vous le plus souvent à l'école avec votre enfant le premier mois de l'année scolaire 2013/2014 ? (une seule réponse possible)

- À pied
- En vélo
- En bus / tram
- En voiture
- En trottinette ou similaire (enfant)
- Autre, c'est-à-dire :

2.2. De quelle manière vous rendez-vous le plus souvent à l'école avec votre enfant le dernier mois de l'année scolaire 2013/2014 ? (une seule réponse possible)

- À pied
- En vélo
- En bus / tram
- En voiture
- En trottinette ou similaire (enfant)
- Autre, c'est-à-dire :

2.3. A quel(s) facteur(s) les changements de transports entre le premier mois et le dernier mois de l'année scolaire (2013/2014) sont-ils dus ? (plusieurs réponses sont possibles)

- Pas de changements
- À vos disponibilités (parents)
- À des conseils reçus à l'école
- Aux envies de votre enfant
- À l'âge de l'enfant
- Autre, c'est-à-dire :



Youp' là bouge à l'école

2.4. Est-ce que votre enfant était inscrit à la fin de l'année scolaire 2013/2014 dans une activité extrascolaire?

- Oui Non

2.4.1. Si oui de quel type ? (plusieurs réponses sont possibles)

- Activités physiques (p.ex. danse, football, rythmique, etc.), laquelle ou lesquelles

.....

- Activités créatrices, laquelle ou lesquelles =

- Autres activités, laquelle ou lesquelles =

2.5. Ces inscriptions sont-elles dues au projet Youp'là bouge à l'école ?

- Oui Non

2.6. Quelles sont les raisons qui pourraient limiter la participation aux activités physiques de votre enfant en dehors de l'école? (plusieurs réponses sont possibles)

- Mon enfant a d'autres activités non physique (musique, théâtre, etc)
- Manque de temps
- Coût financier
- Nous bougeons suffisamment en famille
- Il/elle fait déjà assez d'activités avec le projet Youp'là bouge
- Mon enfant n'aime pas beaucoup les activités physiques
- Pas utile à son bien-être
- Autre, c'est-à-dire :

2.7. Selon vous, parmi les affirmations suivantes concernant le mouvement, lesquelles sont correctes concernant les enfants ? (plusieurs réponses sont possibles)

- Le mouvement rend habile.
- Le mouvement permet de prévenir les maladies cardiaques, et d'améliorer la pression sanguine et le transit intestinal.
- Le mouvement est source de plaisir.
- Le mouvement en groupe favorise un bon équilibre psychique et le développement des compétences sociales
- Le mouvement influence de manière positive la capacité d'apprendre.
- Le mouvement amène l'enfant à être plus anxieux
- Des mouvements au quotidien réduisent le risque de surpoids.
- L'activité physique stimule le développement moteur.
- L'activité physique régulière réduit le risque d'accident.
- L'activité physique aide l'enfant à plus se concentrer
- L'activité physique aide à avoir un meilleur sommeil.
- Le mouvement rend l'enfant plus agité.



Youp'là bouge à l'école

3. Questions sur le comportement des parents en rapport avec les activités physiques?

3.1. Dans votre famille, qu'est-ce qui a changé depuis la mise en place du projet (début d'année scolaire 2013) ? (cochez ce qui convient ; plusieurs réponses sont possibles)

- Nous bougeons plus dans le quotidien que par le passé.
- Nous avons changé notre moyen de transport pour aller à l'école.
- Nous allons plus nous promener en plein air.
- Nous faisons d'autres activités en plein air (comme aller à la place de jeux, etc)
- Notre enfant bouge plus que par le passé.
- Notre enfant peut également aller à l'extérieur en cas de mauvais temps.
- Notre enfant joue plus dehors.
- Nous avons inscrit notre enfant à une activité sportive (comme foot, danse etc).
- Les frères et sœurs bougent plus que par le passé.
- Autres :
- Aucun changement.

4. Questions sur l'origine et la famille

4.1. Pays de naissance de la mère :

- Suisse Portugal Italie France Autre :

4.2. Pays de naissance du père :

- Suisse Portugal Italie France Autre :

4.3. Si vous n'êtes pas nés en Suisse, depuis combien d'années vivez-vous en Suisse ?

La mère : année(s) Le père : année(s)

4.4. Pays de naissance de l'enfant :

4.5. Situation familiale : Quelle est votre situation familiale ? (entourez ce qui convient)

- Le père et la mère de l'enfant vivent ensemble
- La mère élève l'enfant seule (éventuellement avec d'autres enfants)
- Le père élève l'enfant seul (éventuellement avec d'autres enfants)
- L'enfant vit dans une famille recomposée (avec un nouveau partenaire de la mère ou du père)
- L'enfant ne vit avec aucun de ses parents



Youp'là bouge à l'école

5. Questions sur la situation socio-économique

(Les questions de cette partie sont, comme le reste du questionnaire, totalement confidentielles. Elles visent à mieux cibler le projet)

5.1. De quelle formation bénéficiez-vous ? (une seule réponse possible par parent)

	Père	Mère
♦ Formation universitaire / haute école	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
♦ Maturité	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
♦ Apprentissage (CFC, 2 à 4 ans)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
♦ Ecole obligatoire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
♦ Ecole obligatoire non terminée	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**5.2. Quel est votre pourcentage d'occupation professionnelle ? (hors domicile familial)
(une seule réponse possible par parent)**

Père :	<input type="checkbox"/> 0-20%	<input type="checkbox"/> 20-50%	<input type="checkbox"/> 55-75%	<input type="checkbox"/> 80-90%	<input type="checkbox"/> 100%
Mère :	<input type="checkbox"/> 0-20%	<input type="checkbox"/> 20-50%	<input type="checkbox"/> 55-75%	<input type="checkbox"/> 80-90%	<input type="checkbox"/> 100%

5.3. Durant les 12 derniers mois, avez-vous dû renoncer à une activité extrascolaire pour votre enfant pour des raisons financières ?

Oui Non



Youp' là bouge à l'école

II. EVALUATION DU PROJET «Youp'là bouge à l'école» PAR LES PARENTS

✦ **Questions en lien avec le projet « Youp' là bouge à l'école »**

1. **Avez-vous été informé que votre enfant participait au projet « Youp' là bouge à l'école » dans sa classe durant l'année scolaire 2013/2014? (si non, continuer à la question 4)**

Oui Non

- 1a **Si oui, quels sont pour vous les apports importants du projet « Youp' là bouge à l'école » ? (cochez, si possible, les 3 points les plus importants pour vous)**

- Le projet « Youp' là bouge école » apporte plus de mouvement pendant les apprentissages.
- Le projet motive les familles à bouger davantage au quotidien.
- Le projet rend l'enfant plus habile
- Le projet favorise le plaisir de bouger chez les enfants
- L'école a été aménagée (achat de matériel favorisant le mouvement) pour le bien-être des enfants.
- Le projet favorise la santé des enfants
- Le projet favorise la concentration de l'enfant de l'école
- Le projet est important pour ses futurs apprentissages sociaux.
- Aucune des affirmations précédentes ne correspond à notre avis

2. **Par quel(s) biais avez-vous été informé(e-s) du projet Youp'là bouge à l'école ?(plusieurs réponses sont possibles)**

- Par des flyers
- Par des réunions de parents
- Par des bricolages ou activités qui sollicitent le mouvement et qui sont rapportés à la maison.
- Par notre enfant
- Autre :.....



Youp' là bouge à l'école

3. En observant votre enfant, y a-t-il eu des changements à la fin de l'année scolaire (juin 2014) depuis la mise en place du projet (début d'année scolaire 2013) ? (cochez ce qui convient ; plusieurs réponses sont possibles)

	Tout à fait d'accord	D'accord	Pas d'accord	Pas avis
Mon enfant a plus envie de bouger	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mon enfant est devenu moins attentif	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mon enfant bouge de manière plus sûre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mon enfant se blesse plus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mon enfant est devenu plus bruyant	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mon enfant est devenu plus concentré	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mon enfant est en meilleure santé	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mon enfant ose plus bouger et explorer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mon enfant est devenu plus anxieux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mon enfant est devenu plus sociable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mon enfant avec l'aide du mouvement a un meilleur apprentissage scolaire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mon enfant a développé de meilleures capacités motrices	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Attendez-vous plus d'informations sur le projet Youp'là bouge à l'école ?

- Oui Non

4a. Si oui, quelles informations vous manquaient ? (cochez ce qui convient ; plusieurs réponses sont possibles)

- Sur le contenu du projet lui-même
- Sur l'alimentation
- Sur les bienfaits de l'activité physique
- Sur les effets de l'activité physique sur l'apprentissage scolaire
- Sur la manière d'intégrer l'activité physique en-dehors de l'école
- Autre :

5. Qu'est-ce qui vous plaît dans le projet « Youp' là bouge à l'école » ?

.....

.....

.....



Youp' là bouge à l'école

6. Qu'est-ce qui ne vous plaît pas dans le projet « Youp' là bouge à l'école » ?

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

7. Autres remarques/commentaires :

.....
.....

Merci beaucoup pour votre coopération ! 😊