

Le maître d'éducation physique: un acteur de santé dans l'école

Dr Olivier Duperrex
Médecin responsable pour la santé scolaire
du canton de Vaud



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

1

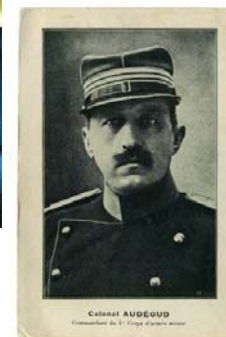


Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

2



... pas nouveau!



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

4



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

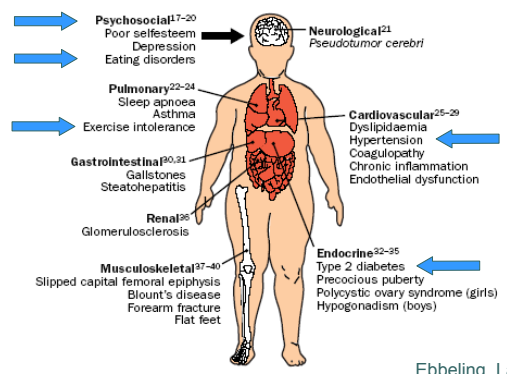
5



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

6

Un problème pourquoi?

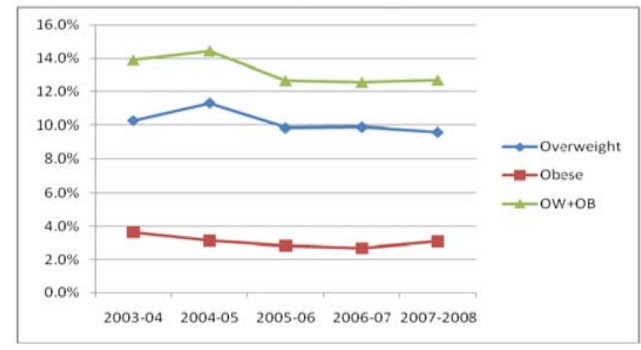


Unité de pro Figure 2: Complications of childhood obesity

Ebbeling. Lancet 2002

7

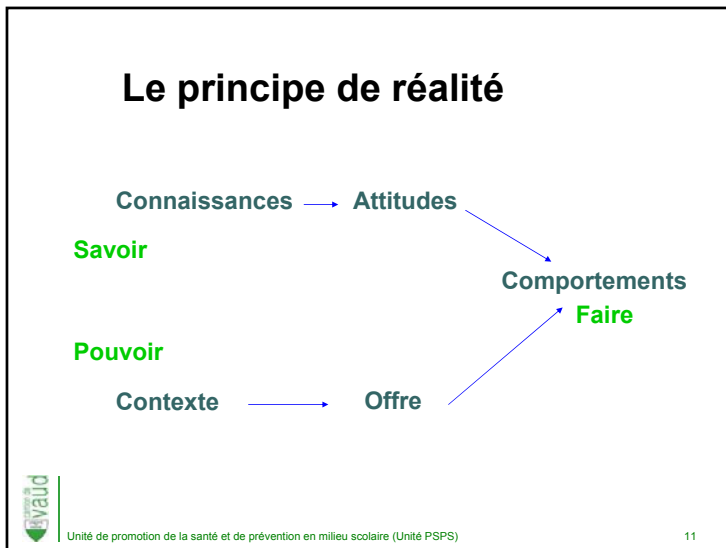
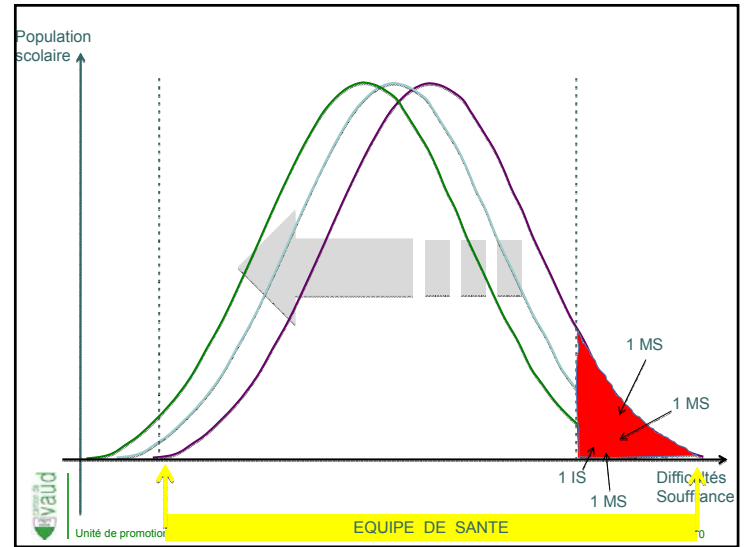
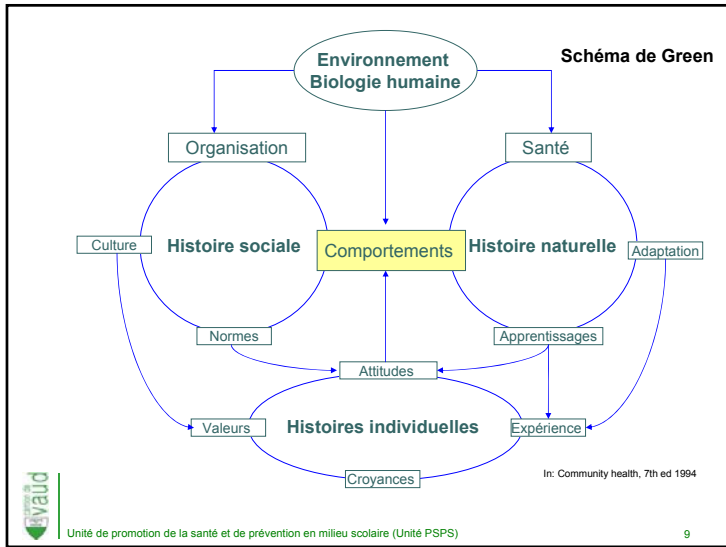
Stabilisation de la courbe épidémiologique

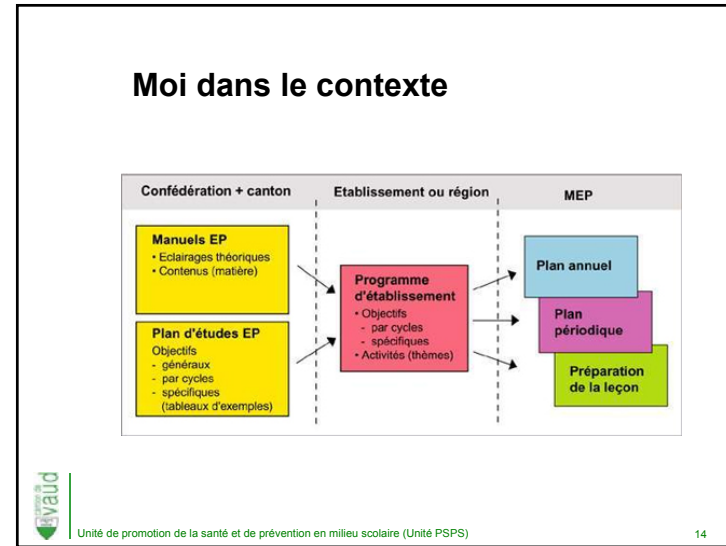
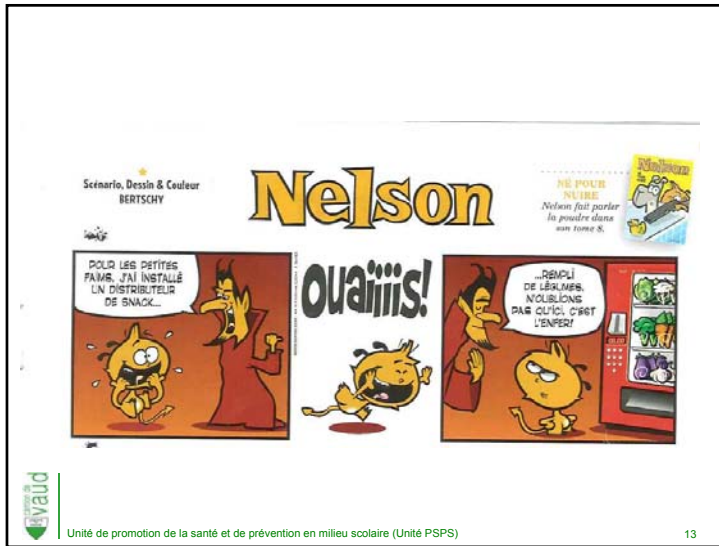


Jeannot 2010 – Swiss Medical Weekly – données GE - écoliers 5-6 ans

Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

8





Beaucoup de papier – enfin une priorité dans les politiques publiques

Conférence ministérielle européenne de l'OMS sur la lutte contre l'obésité
L'alimentation et l'exercice physique pour la santé
Istanbul (Turquie), 15-17 novembre 2006

EUROPE

EUR/16 no
ORIGINA

«Poids corporel sain» avant l'âge adulte

Charte européenne sur la lutte contre l'obésité

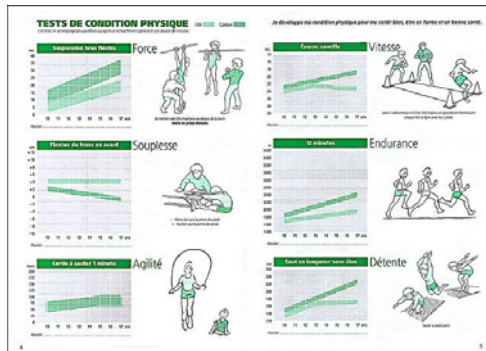
Qu'avons-nous appris de nouveau depuis 2005?

Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

Moi par rapport à moi

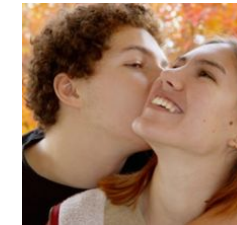
Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

Moi par rapport aux autres



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

17



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

18

Tensions: bouger pour...

- ▶ Evaluation – performance
 - Nécessité pour les adultes de l'école
 - Nécessité pour le sport - compétition
 - Inquiétant si je ne suis pas performant
 - Dépasser mes propres limites
- ▶ Plaisir de
 - bouger
 - partager
 - se mesurer
- ▶ Re-mise en forme



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

19

Des mots et des représentations

- ▶ Mobilité douce?
- ▶ Activité physique?
- ▶ Sport?
- ▶ Sport de compétition?



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

20

Schweizerisches Gesundheitsobservatorium
Observatoire suisse de la santé
Osservatorio svizzero della salute
Swiss Health Observatory



48

OBSAN RAPPORT 48

La santé en Suisse latine

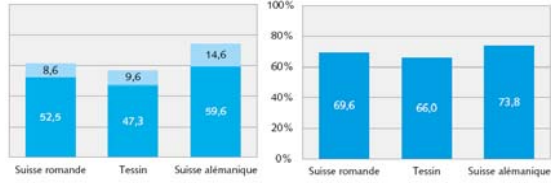
Analyse des données de l'Enquête suisse sur la santé 2007

Mandat de la Conférence latine des affaires sanitaires et sociales (CLASS)

Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

21

Proportions de jeunes de 11 à 15 ans selon le niveau d'activité physique et la pratique d'un sport par région linguistique, 2006



Région linguistique	Physiquement actif 60 minutes par jour	Fait du sport (en dehors de l'école)
Suisse romande	52,5 (3 à 6 jours par semaine), 8,6 (Tous les jours)	69,6 (au moins 2 fois par semaine)
Tessin	47,3 (3 à 6 jours par semaine), 9,6 (Tous les jours)	66,0 (au moins 2 fois par semaine)
Suisse allemandique	59,6 (3 à 6 jours par semaine), 14,6 (Tous les jours)	73,8 (au moins 2 fois par semaine)

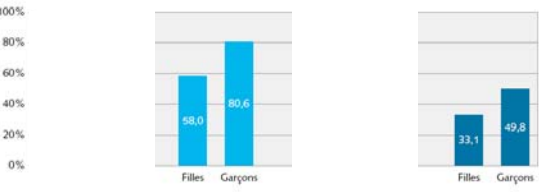
Différences significatives à 0,1% entre les régions linguistiques (p<0.001)

Source: ISPA, Health Behaviour in School-aged Children 2006 © Obsan

Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

22

Proportions de jeunes de 11 à 15 ans et de 16 à 24 ans selon le niveau d'activité physique, la pratique d'un sport et le sexe, Suisse latine, 2006 et 2007



Tranche d'âge	Sexe	Fait du sport (en dehors de l'école)	Fait du sport
11-15 ans (HBSC)	Filles	58,0 (au moins 2 fois par semaine)	
	Garçons	80,6 (au moins 2 fois par semaine)	
16-24 ans (ESS)	Filles		33,1 (plusieurs fois par semaine voire chaque jour)
	Garçons		49,8 (plusieurs fois par semaine voire chaque jour)


Différences significatives à 0,1% entre les garçons et les filles (p<0.001) pour les résultats de l'ESS

Source: ISPA, Health Behaviour in School-aged Children 2006, OFS, Enquête suisse sur la santé 2007 © Obsan

Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

23

Proportions de jeunes de 11 à 15 ans et de 16 à 24 ans selon le niveau d'activité physique, la pratique d'un sport et le sexe, Suisse latine, 2006 et 2007



Tranche d'âge	Sexe	Physiquement actif 60 minutes par jour	Physiquement actif au moins 30 minutes par jour
11-15 ans (HBSC)	Filles	49,3 (3 à 6 jours par semaine), 6,9 (tous les jours)	
	Garçons	53,1 (3 à 6 jours par semaine), 10,9 (tous les jours)	
16-24 ans (ESS)	Filles		16,4 (3 à 6 jours par semaine), 25,6 (tous les jours)
	Garçons		13,5 (3 à 6 jours par semaine), 26,2 (tous les jours)

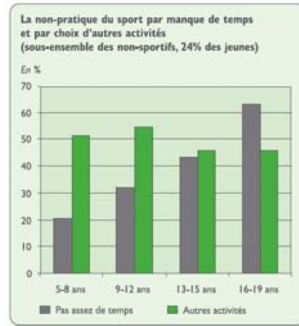
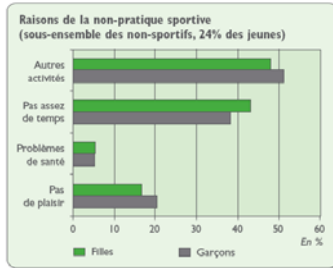
Différences significatives à 0,1% entre les garçons et les filles (p<0.001) pour les résultats de l'ESS

Source: ISPA, Health Behaviour in School-aged Children 2006, OFS, Enquête suisse sur la santé 2007 © Obsan

Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

24

Activités physiques et sportives des jeunes vaudois durant leurs loisirs – SCRIS-SEPS 2005



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

25

Activités physiques et sportives des jeunes vaudois durant leurs loisirs – SCRIS-SEPS 2005

Raisons de la non-participation au sport scolaire facultatif (sous-ensemble des non-participants en %)¹

	Garçons	Filles	Tous les élèves
Déjà autres activités	29,4	30,6	30,0
Pas de SSF à l'école	30,6	25,4	28,1
Déjà membre d'un club	23,4	15,0	19,4
Ne connais pas le SSF	19,0	17,8	18,4
Manque d'envie	15,8	18,3	17,0
Pas d'intérêt pour les propositions	14,3	18,2	16,2
Problèmes d'horaires	10,6	13,9	12,2

¹ Proportions des élèves qui ne participent pas au SSF. Exemple: 29,4% des garçons non-participants au SSF, n'y vont pas parce qu'ils ont déjà d'autres activités, 30,6% parce qu'il n'y a pas de SSF dans leur école. Les élèves pouvaient donner plusieurs réponses.

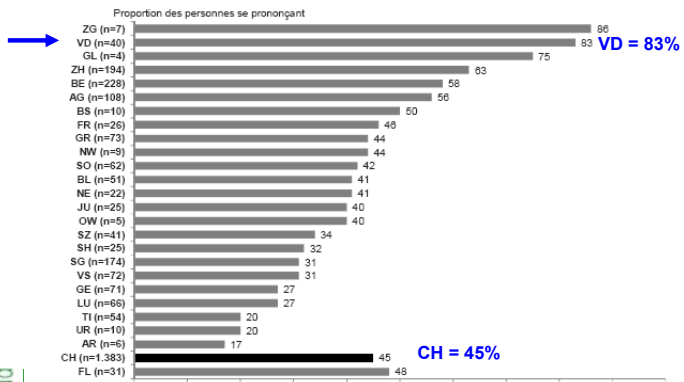
Communication statistique Vaud n° 12, août 2007



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

26

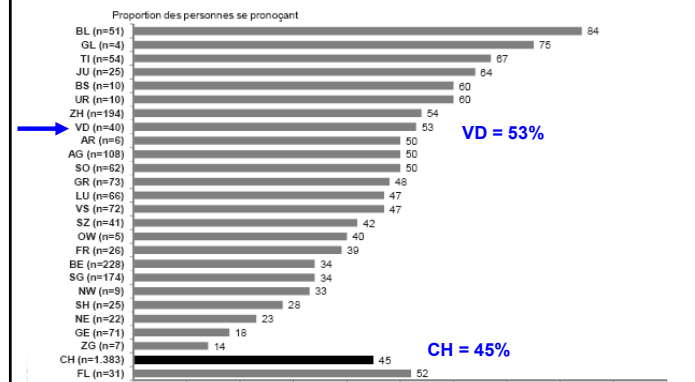
«En plus des cours obligatoires de sport, il y a régulièrement des heures de sport facultatif.»



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

27

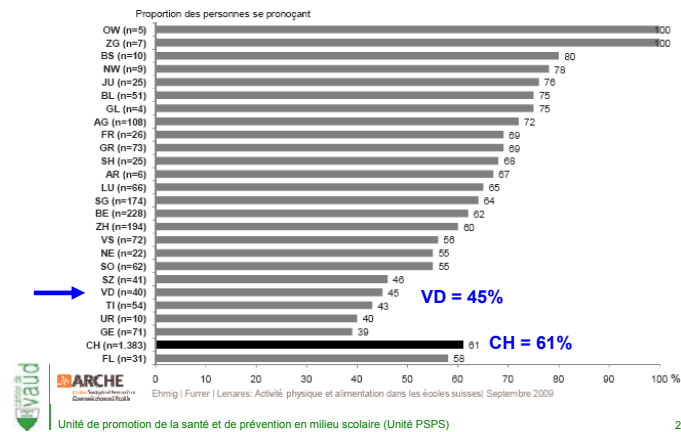
«En plus des cours obligatoires de sport, il y a des offres ponctuelles supplémentaires, comme p. ex. journées en forêt, marche mensuelle.»



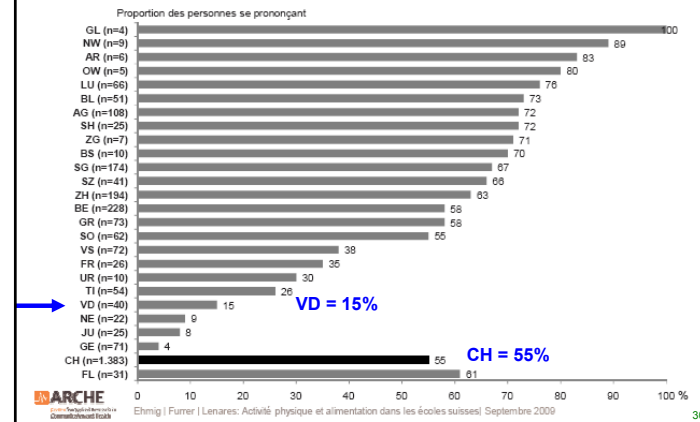
Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

28

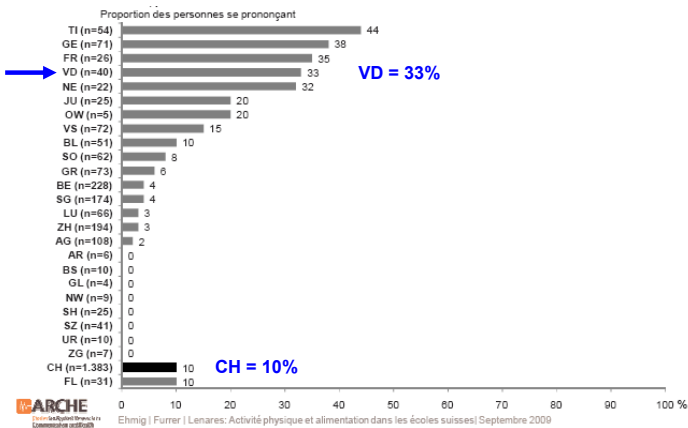
« Il y a des possibilités de faire du sport pendant les pauses, p.ex. des jeux ou des appareils de sport. »



« Il y a des mesures prises durant les cours, p. ex. exercices physiques pendant les heures. »



« Il y a des offres pour promouvoir l'activité physique sur le chemin de l'école, p. ex. Pédibus. »



Enquête nationale 2009 - Activité physique et alimentation dans les écoles suisses (ARCHE Lugano)

	VD	CH
Offres régulières d'heures de sport facultatif	83%	45%
Offres de sport ponctuelles p. ex. journées en forêt, marche mensuelle	53%	45%
Possibilités d'activité physique pendant les pauses - p.ex. des jeux ou des appareils de sport	45%	61%
Possibilités d'activité physique pendant les cours	15%	55%
Possibilités d'activité physique sur le chemin de l'école - p. ex. Pédibus	33%	10%

Jepson et al. BMC Public Health 2010, 10:538
<http://www.biomedcentral.com/1471-2458/10/538>

BMC
Public Health

RESEARCH ARTICLE Open Access

The effectiveness of interventions to change six health behaviours: a review of reviews

- ▶ Les plus efficaces pour augmenter l'activité physique
 - Activités proposées tout au long de la journée scolaire y compris dans les pauses
 - ▶ Peintures dans les cours de récréation (marelle,...)
 - ▶ Jeux supervisés par adultes
 - ▶ Jeux de cours de récréation 'enseignés'
 - ▶ Introduction à l'équipement
- ▶ L'effet le plus grand chez les adolescents
 - Programme scolaire avec implication des familles et de la communauté et 'composants' multiples

Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS) 33



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS) 34

Activité physique et alimentation équilibrée
But du programme

Chaque établissement scolaire possède une politique de santé pertinente, cohérente, s'inscrivant dans le cadre défini par le programme cantonal.

- ▶ Valoriser ce qui a été fait
- ▶ Permettre l'échange d'idées
- ▶ Favoriser une bonne pratique

Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS) 35

Activité physique et alimentation équilibrée
Objectifs

1. Environnement propice à l'activité physique
2. Environnement favorable à une alimentation équilibrée
3. Accompagnement des enfants/adolescents besoins particuliers
4. Connaissance des enfants/adolescents (principes et bénéfiques)
5. Formation des adultes

Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS) 36

Activité physique et alimentation équilibrée Valeurs

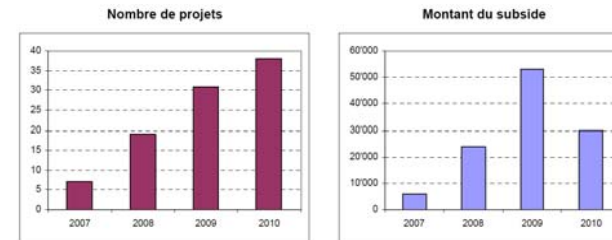
- ▶ Non discrimination
- ▶ Non stigmatisation
- ▶ Respect des différences
- ▶ Mobilisation sociale
- ▶ Autonomie d'action des établissements
- ▶ Bâtir sur l'existant



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PPS)

37

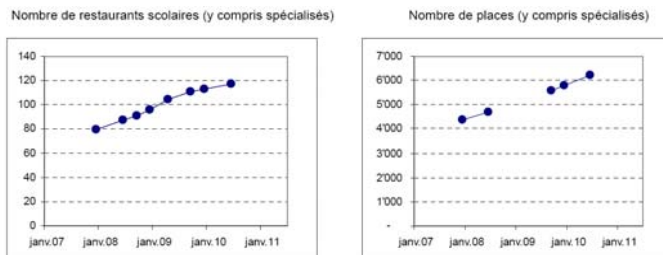
Activité physique et alimentation équilibrée - projets avec subsidés de l'ODES - évolution par année civile



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PPS)

38

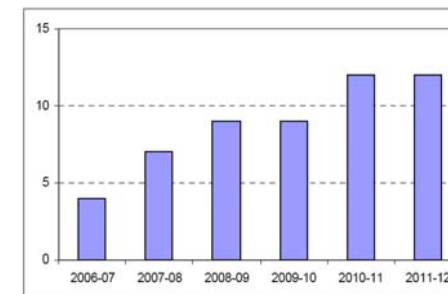
Evolution du nombre de cantines scolaires labellisées Fourchette Verte Junior



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PPS)

39

Cours complémentaires d'activité physique et sportive pour élèves en difficulté



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PPS)

40

Activités physiques et sportives pour élèves en difficulté



DEPARTEMENT DE LA FORMATION, DE LA JEUNESSE ET DE LA CULTURE
Service de l'enseignement spécialisé et de l'appui à la formation (SESAP)

DEPARTEMENT DE LA SANTÉ ET DE L'ACTION SOCIALE
Service de la santé publique (SSP)

Office des écoles en santé (ODES)

Programme de promotion de l'activité physique et de l'alimentation équilibrée dans les écoles vaudoises.

Cours complémentaires d'activité physique et sportive pour élèves en difficulté.

Cadre de référence

Validé par le Groupe de travail
Validé par le COPIIL
Validé par la Direction intersectorielle



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

41

Cours complémentaires d'APS pour élèves en difficultés - Objectifs principaux

- ▶ Retrouver le plaisir de bouger
- ▶ Améliorer les compétences pour la vie quotidienne
 - mobilité, force, tenue du corps, équilibre, réaction, persévérance, endurance
- ▶ Développer les capacités physiques et sportives
 - aptitudes motrices et condition physique (endurance, force, souplesse, agilité, vitesse et détente)
- ▶ Contribuer au bien-être social
 - par une meilleure confiance en soi
 - par le partage avec d'autres dans une situation similaire
 - par une meilleure intégration dans les leçons d'EPS
- ▶ Favoriser l'affirmation de soi et l'estime de soi.



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

42

Cours complémentaires d'APS pour élèves en difficultés - Objectif secondaire

- ▶ Augmenter son activité physique et sportive à moyen terme
 - de manière individuelle
 - en intégrant un groupe (sport scolaire facultatif, clubs sportifs)

=> Si vous êtes intéressés: R Vuffray, A Melli



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

43

Collaborations concrètes

- ▶ Programme Ca Marche!
 - DSAS – DFJC – DEC
 - Renfort de la collaboration pour la validation du matériel



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

44

Chemin de l'école	Collations	Distributeurs automatiques
Environnement	Fruits et légumes	Jeux
Mouvement	Publicité et médias	Repas de midi
Surpoids		

Exemple pour adolescents - OFSPO



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

49

KIDZ-BOX



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

50

Les cartes «mouvement»

Sur chaque carte se trouvent des exercices avec différents degrés de complexité. Des informations expliquent brièvement l'objectif de l'exercice; des idées de mouvements que l'enfant peut mettre en pratique dans sa vie de tous les jours sont proposées sous forme d'astuces. En outre, les cartes «mouvement» sont divisées en rubriques qui indiquent à quoi servent ces exercices.



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

51



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

52



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

53