

Exploitation des leçons d'éducation physique et sportive

Temps effectif des élèves en mouvement

Formation primaire

Mémoire de Bachelor de Charlotte Erb

Sous la direction de Michel Chervet

Delémont, avril 2019

Remerciements

La réalisation de ce travail n'aurait pas été possible sans la précieuse aide et collaboration de plusieurs personnes. Je remercie très sincèrement, Monsieur Michel Chervet, mon directeur de mémoire qui m'a guidée, conseillée et rassurée durant toute l'élaboration de ce travail de recherche.

Je remercie également les quatre enseignants qui se sont mis à ma disposition dans le cadre de mes récoltes de données.

Je tiens également à remercier Cristina et Sandrine pour avoir pris le temps de relire mon travail. Un grand merci également aux personnes de mon entourage pour leur soutien, leurs encouragements et leur patience !

Merci à toutes ces personnes !

Avant-propos

Résumé

Pour ce travail de Bachelor, j'ai décidé de traiter la thématique du temps effectif durant lequel les élèves sont en mouvement lors des leçons d'éducation physique et sportive. Pour cela, j'ai choisi de me focaliser sur quatre classes d'un même village du Jura bernois, une dans chaque demi-cycle, dans le but d'avoir un plus large aperçu du cursus primaire. L'objectif de mon travail de recherche est de voir durant combien de temps les élèves sont réellement en mouvement lors d'une leçon de deux périodes d'éducation physique et sportive, sachant que plusieurs minutes de la leçon sont consacrées aux consignes ainsi qu'à l'installation/rangement du matériel.

Je débute mon travail en expliquant les raisons qui m'ont amenée à traiter cette thématique. À la suite de cela, je fais l'état de la question, je définis les termes de « mouvement » ainsi que temps « effectif » et j'aborde divers aspects théoriques tout en faisant référence à plusieurs auteurs. Dans une deuxième partie, j'explique les moyens utilisés pour récolter les données. Et pour terminer, j'analyse les données récoltées lors d'observation de leçons d'éducation physique et sportive ainsi que d'entretiens semi-directifs avec les enseignants¹. Cette dernière partie permet de mettre en évidence les similitudes et différences entre les deux cycles et les quatre degrés.

Cinq mots clés :

- * éducation physique et sportive (EPS)
- * consignes
- * installation/rangement
- * temps effectif/mouvement
- * pistes d'action

¹ Afin de simplifier la lecture, les termes utilisés tout au long du travail, représentent tout aussi bien le genre masculin que féminin.

Liste des figures

Figure 1 : Fréquence et évolution de l'activité sportive	4
Figure 2 : Prévention du surpoids à divers niveaux par la revue médicale suisse.....	9
Figure 3 : Visées prioritaires du domaine Corps et mouvement.....	12
Figure 4 : Visées prioritaires de la Formation générale, en lien avec l'EPS.....	13
Figure 5 : Extrait de la loi sur l'encouragement du sport et de l'activité physique de 2012.....	15
Figure 6 : La durée des différents contenus de leçons (activité, consignes, installation/rangement, autres).....	30
Figure 7 : La durée totale de mouvement lors des leçons.....	32

Liste des tableaux

Tableau 1 : Profils des enseignants choisis pour la récolte de données.....	25
Tableau 2 : Récapitulation des aspects techniques les plus importants pour la compréhension de la retranscription	26

Liste des annexes

ANNEXE 1 – COURRIEL DE CONTACT AVEC LES ENSEIGNANTS.....	I
ANNEXE 2 – LETTRE DE DEMANDE A LA DIRECTION	II
ANNEXE 3 – EXEMPLE DE LA LETTRE DE DEMANDE AUX PARENTS	III
ANNEXE 4 – CONTRAT DE RECHERCHE	IV
ANNEXE 5 – GUIDE D'ENTRETIEN	V

Sommaire

INTRODUCTION.....	1
CHAPITRE 1. PROBLEMATIQUE.....	3
1.1 DEFINITION ET IMPORTANCE DE L'OBJET DE RECHERCHE.....	3
1.1.1 <i>Raison d'être de l'étude.....</i>	3
1.1.2 <i>Présentation du problème.....</i>	5
1.1.3 <i>Intérêt de l'objet de recherche.....</i>	6
1.2 ETAT DE LA QUESTION.....	7
1.2.1 <i>Origine ou bref historique de l'EPS en Suisse.....</i>	7
1.2.2 <i>L'importance du mouvement chez les enfants.....</i>	8
1.2.3 <i>Définition de « être en mouvement ».....</i>	10
1.2.4 <i>Le temps effectif.....</i>	11
1.2.5 <i>L'EPS vue par le Plan d'étude romand (PER).....</i>	12
1.2.6 <i>Le rôle de l'enseignant.....</i>	13
1.2.7 <i>Nombre de leçons obligatoires d'EPS.....</i>	14
1.2.8 <i>Résultats de recherches, théories et synthèses.....</i>	16
1.2.9 <i>Point de vue personnel à l'égard de la théorie.....</i>	17
1.3 QUESTION DE RECHERCHE, OBJECTIFS ET HYPOTHESE DE RECHERCHE.....	18
1.3.1 <i>Identification de la question de recherche.....</i>	18
1.3.2 <i>Objectifs et hypothèse de recherche.....</i>	18
CHAPITRE 2. METHODOLOGIE.....	21
2.1 FONDEMENTS METHODOLOGIQUES.....	21
2.1.1 <i>Type de recherche.....</i>	21
2.1.2 <i>Type d'approche.....</i>	21
2.1.3 <i>Type de démarche.....</i>	22
2.2 NATURE DU CORPUS.....	23
2.2.1 <i>Récolte des données.....</i>	23
2.2.2 <i>Procédure et protocole de recherche.....</i>	24
2.2.3 <i>Echantillonnage.....</i>	24
2.3 METHODES ET TECHNIQUES D'ANALYSE DES DONNEES.....	25
2.3.1 <i>Transcription.....</i>	25
2.3.2 <i>Traitement des données.....</i>	27
2.3.3 <i>Méthodes et analyse.....</i>	27
CHAPITRE 3. ANALYSE ET INTERPRETATION DES RESULTATS.....	29
3.1 ANALYSE DES LEÇONS.....	29

3.1.1	<i>Durée des leçons</i>	29
3.1.2	<i>Temps effectif de mouvement</i>	31
3.2	ENTRETIENS SEMI-DIRECTIFS, PROPOS LIES AU GUIDE D'ENTRETIEN.....	33
3.2.1	<i>Leçon d'EPS</i>	33
3.2.2	<i>L'implication de l'école dans l'activité physique et sportive</i>	35
3.2.3	<i>La pratique sportive de manière générale (en dehors de l'école)</i>	41
3.3	PISTES D'ACTION.....	46
BIBLIOGRAPHIE		53
WEBOGRAPHIE		54
ANNEXES		I
	ANNEXE 1 – COURRIEL DE CONTACT AVEC LES ENSEIGNANTS.....	I
	ANNEXE 2 – LETTRE DE DEMANDE A LA DIRECTION	II
	ANNEXE 3 – EXEMPLE DE LA LETTRE DE DEMANDE AUX PARENTS.....	III
	ANNEXE 4 – CONTRAT DE RECHERCHE	IV
	ANNEXE 5 – GUIDE D'ENTRETIEN.....	V

Introduction

Les leçons d'éducation physique et sportive (EPS) sont souvent décrites comme étant les leçons les plus complexes à enseigner. Ce sont des propos que j'ai entendus à plusieurs reprises dans les salles des maîtres, lors de mes stages et remplacements. L'installation/rangement du matériel, la sécurisation des engins ainsi que la transmission des consignes nécessitent une certaine organisation et ont comme incidence une diminution du temps à disposition pour la réalisation d'activités physiques.

Ce sujet m'interpelle et m'intéresse énormément. Le but de ma recherche est de me rendre compte de façon concrète du temps effectif durant lequel les élèves sont en mouvement.

Cette thématique est relativement complexe, car il est très important de définir ce que signifie « être en mouvement » et ce qui ne l'est pas. Le terme « intensité » peut également intervenir, mais pour ma part, je ne tiens pas compte de celui-ci pour la réalisation de ma recherche.

Au travers de ce travail, en analysant des leçons d'EPS et en m'entretenant avec des enseignants, j'observe combien de temps les élèves sont concrètement en mouvement. À la suite de cela, je propose des aménagements et conseils afin de maximiser le temps des élèves en mouvement. Il est tout aussi intéressant de pouvoir communiquer un nombre de leçons qu'il serait nécessaire d'aménager à l'horaire si l'on souhaite que nos élèves soient en mouvement durant 3x45minutes par semaine.

Par ailleurs, durant ma scolarité et mes observations en stage, mais aussi lors de ma pratique de l'enseignement de l'EPS, j'ai pu m'apercevoir que le temps prévu à l'horaire ne correspondait pas au temps durant lequel les élèves étaient en mouvement. Certaines fois j'ai même vécu des suppressions de leçons d'EPS, afin de sanctionner une certaine indiscipline au sein de la classe. J'ai beaucoup de difficultés à comprendre le raisonnement de ce type d'évènements, étant donné que l'EPS est une branche scolaire à part entière.

De plus, les leçons d'EPS sont parfois considérées comme les leçons que l'on peut facilement enlever à notre programme hebdomadaire, s'il y en a la nécessité pour prévoir une visite d'un intervenant externe comme l'instruction routière ou l'éducation sexuelle, par exemple. Les parents ont également tendance à favoriser les rendez-vous médicaux lors de ces leçons-là, s'il n'y a pas de disponibilité en dehors de l'horaire scolaire. Ces propos cités à titre d'exemples sont issus d'observations personnelles et m'ont souvent beaucoup surpris durant ma scolarité obligatoire ainsi que lors de ma pratique professionnelle.

À cela s'ajoute le fait de voir, surgir chez les enfants, au travers de l'actualité, plusieurs problèmes de santé dus au manque d'activités sportives. Cela est un élément qui m'encourage

beaucoup à m'intéresser à cette thématique au sein du cadre scolaire, sachant que les enseignants ont un rôle important concernant ce sujet. Effectivement, l'enseignant doit encourager les élèves dans chaque situation d'enseignement apprentissage que ce soit en mathématiques, en français ou lors de leçons d'EPS. Je pense également que chaque enseignant sert de modèle aux enfants et doit éveiller chez eux une certaine motivation à pratiquer diverses activités physiques en dehors de l'école. Les activités physiques peuvent commencer par les déplacements de la maison à l'école à pied.

Chapitre 1. Problématique

1.1 Définition et importance de l'objet de recherche

1.1.1 Raison d'être de l'étude

Le sujet du mouvement chez les enfants et les personnes en général fait souvent débat. La société change et les enfants passent de moins en moins de temps à jouer dehors. Les activités à l'intérieur comme les jeux vidéo, la télévision ou encore la fréquentation des réseaux sociaux sont privilégiées. Les parents travaillent toujours plus et consacrent moins de temps à leurs enfants. Effectivement, de nos jours, une famille a de la peine à vivre avec un seul salaire. À noter qu'un couple sur deux se sépare, ce qui engendre notamment une diminution du temps avec les enfants pour pratiquer une activité sportive en famille. À la suite de ces propos, je peux relever l'importance du rôle des enseignants, qui doivent garantir diverses activités physiques et sportives, et cela commence par l'EPS. Certains parents offrent la possibilité à leurs enfants de pratiquer un sport au sein d'un club ou d'une association (football, gymnastique, athlétisme, volley, patinage, etc.). Cependant, il y a tout de même des enfants qui ne pratiquent strictement aucun sport en dehors de l'EPS à l'école. Selon une étude publiée sur le site de l'office fédéral des sports (Lamprecht, Fischer, Wiegand & Stamm, 2014), il y a eu une augmentation d'enfants dans ce cas de 2008 à 2014. Nous pouvons constater cette évolution en consultant la *figure 1*.

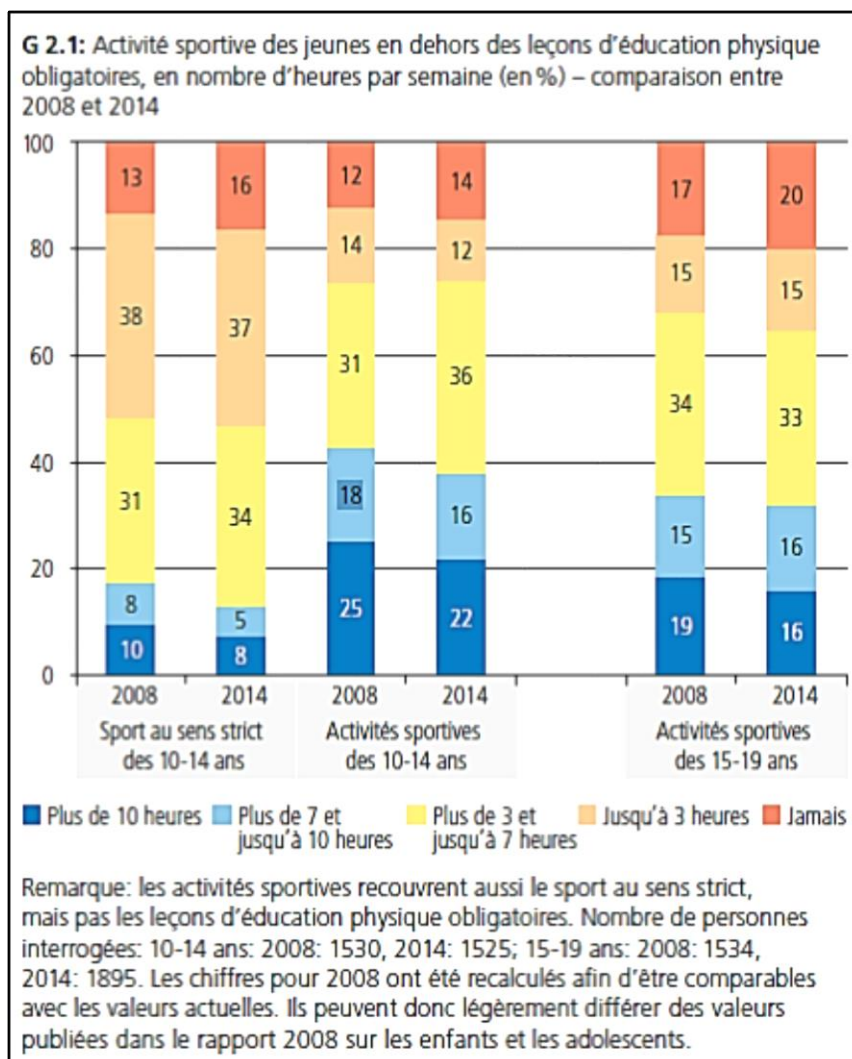


Figure 1 : Fréquence et évolution de l'activité sportive

Les enseignants doivent impérativement maximiser le temps durant lequel les élèves sont en mouvement, lors des leçons d'EPS. Les enseignants ont un travail conséquent à réaliser en amont en termes d'organisation, afin de perdre le moins de temps possible durant la leçon d'EPS.

Il est intéressant de se rendre compte réellement du temps « perdu » à donner des consignes, installer/ranger du matériel de manière inefficace, en analysant une leçon dans chaque demi-cycle et en m'entretenant avec les enseignants concernés. Des comparaisons sont ainsi réalisées, afin de constater les différences entre les cycles et de déterminer leurs natures. Le but premier est de faire prendre conscience aux enseignants de la situation et du rôle primordial qu'ils ont à jouer, tout en essayant de dégager des conseils pour améliorer la situation.

1.1.2 Présentation du problème

Les leçons d'EPS sont particulières à enseigner, car les élèves quittent la salle de classe « habituelle » pour se rendre dans une salle bien différente, dans laquelle ils sont en tenue de sport. L'enseignant donne des consignes concernant la tâche à réaliser et également concernant les règles de sécurité à respecter. Une partie de la leçon est consacrée à l'installation/rangement du matériel. Le nombre de leçons obligatoires est parfois revu à la baisse suite à un manque de halle de gymnastique.

La thématique du mouvement chez les enfants suscite un certain nombre de débats. Les termes de surpoids et d'obésité surgissent de plus en plus à la suite d'un manque d'activité chez les enfants. Le sujet d'activité physique en dehors du cercle scolaire est délicat, puisque tous les enfants ne vivent pas la même situation familiale. Certains parents ont les moyens financiers pour offrir des activités sportives régulières à leurs enfants. Ces activités sportives peuvent être de différentes natures, comme la fréquentation d'un club sportif ou des activités en famille. Pourtant, certaines familles n'en ont pas les moyens. J'ai pu réellement prendre conscience de cette situation, lors d'un stage dans une classe de 7H, au moment où l'enseignant s'est aperçu qu'une élève ne savait pas faire du vélo, et cela trois semaines avant de partir en camp à vélo. Un bon matériel de sport dans notre pays est relativement cher si nous désirons réaliser des activités comme le ski, le vélo et bien d'autres encore. Les enseignants doivent encourager les parents à faire pratiquer des activités physiques à leurs enfants, en fonction de leur budget. Un élément qu'il est toujours judicieux de rappeler, est qu'enfiler ses baskets pour aller faire une randonnée ou jouer dehors avec les enfants du quartier ne coûte que de l'énergie.

Certaines écoles proposent des activités physiques facultatives au sein de leur établissement. Le sport scolaire facultatif a été introduit afin de compléter l'EPS obligatoire et sert également de passerelle vers un club sportif. Cette offre permet aux élèves qui participent d'exercer des sports qu'ils n'ont encore jamais pratiqués ou de s'entraîner un peu plus intensivement dans leur sport de prédilection. Cela peut ainsi permettre une éventuelle orientation vers un sport qui se pratique au sein d'un club ou d'une association sportive, ce qui relève l'importance du sport scolaire facultatif (OFSPPO, s.d.). Cependant, le fait que ces cours soient facultatifs laisse des élèves sans activité physique supplémentaire à l'EPS obligatoire.

Ce dernier propos cité met en évidence l'importance de la maximisation du mouvement chez les élèves durant les leçons d'EPS. Les enseignants jouent un rôle crucial dans le développement d'attitudes positives face aux activités sportives chez les enfants. De plus, les enseignants sont encouragés à intégrer l'activité physique de façon quotidienne dans leur

enseignement. « L'école en mouvement »² présente ainsi un moyen de favoriser tous les élèves, en introduisant l'activité physique dans diverses branches obligatoires à l'école, et non pas en proposant des activités physiques facultatives. Toutefois, cela reste encore un projet à appliquer dans les classes. C'est la raison pour laquelle, actuellement, nous devons au moins insister sur la maximisation du temps de mouvement durant les leçons d'EPS.

1.1.3 Intérêt de l'objet de recherche

Je suis une grande passionnée de sport et en pratique avec plaisir dès que j'en ai l'occasion. La pratique d'activités sportives me permet d'évacuer le stress et m'apporte un bon équilibre dans mon quotidien.

J'ai choisi de réaliser mon travail de recherche sur la thématique du temps effectif durant lequel les élèves sont en mouvement lors des leçons d'EPS, car le sujet de l'activité physique m'a toujours beaucoup intéressée. Je suis sensible à la thématique du mouvement, qui selon moi joue un rôle important pour le maintien d'une bonne santé.

En tant que future enseignante, je tiens particulièrement à valoriser les leçons d'EPS que j'enseignerai, dans le but de faire prendre conscience aux élèves de l'importance d'une activité physique et sportive régulière. Je souhaite maximiser le temps durant lequel les élèves sont en mouvement, en adaptant ma façon d'enseigner et ainsi diminuer les diverses « pertes » de temps. Autrement dit, je désire m'enrichir de ce travail de recherche, dans le but d'améliorer mon enseignement.

Je porte également un grand intérêt à cette thématique, car je pense que bien trop de personnes sous-estiment ou n'ont pas conscience de ces « pertes » de temps durant les leçons d'EPS. Les enseignants doivent permettre aux élèves d'être en mouvement le plus longtemps possible, étant donné que certains élèves ne pratiquent aucune activité physique et sportive en dehors de l'EPS enseignée à l'école. À la suite de mes différentes expériences dans cette branche, je souhaite profiter de l'élaboration de ce travail de recherche, pour constater concrètement la durée du temps effectif durant lequel les élèves sont en mouvement. Je profite également de cette étude pour enrichir ma culture, en consultant divers ouvrages littéraires.

² Le projet de l'Ecole en mouvement peut être visualisé sur le site web de www.baspo.admin.ch

1.2 Etat de la question

1.2.1 Origine ou bref historique de l'EPS en Suisse

L'éducation physique et sportive est une branche qui n'a pas toujours existé au sein du système scolaire. Elle n'a été introduite en Suisse qu'au XIXe siècle. En effet, à la suite de la guerre franco-allemande de 1870, la défense est une question nationale en Suisse. C'est la raison pour laquelle, lorsque la nouvelle constitution de 1874 est établie, l'éducation physique et sportive, qui était appelée « gymnastique », est introduite dès l'âge de dix ans, mais uniquement pour les enfants de sexe masculin. En ce qui concerne les filles, la gymnastique fait son apparition bien plus tard. Durant les dernières années du XIXe siècle, la gymnastique féminine est encore très peu présente. Seules quelques écoles de filles se trouvant dans de grandes villes dotées de halles de gymnastique ont introduit cette branche. Cependant, l'offre de gymnastique féminine reste encore minime. Les médecins expriment une inquiétude face à la situation où les filles doivent avoir un petit tour de taille en portant un corset, et souhaitent se mettre en relation avec les maîtres de gymnastique, afin d'introduire cette branche qui propose des exercices physiques aux filles. Un aspect qui surgit dans plusieurs esprits est qu'il faut forger une bonne santé aux femmes également, car ce sont elles qui donneront naissance aux futurs soldats. L'introduction de la gymnastique chez les filles reste néanmoins lente, puisque ce sont les cantons qui prennent la décision de cette introduction. Les filles de la campagne sont assez longtemps en mouvement pour ce qui est de la quantité, mais un enseignement de la gymnastique leur serait bénéfique en matière de qualité. Il est à relever qu'à cette époque, les cantons ont tous des traditions et convictions différentes qui influencent l'introduction de cette nouvelle discipline scolaire.

Le sport et les jeux au sein du cadre scolaire créent un certain nombre de conflits. Notamment entre la Société suisse des maîtres de gymnastique, qui prétend que cette branche n'a pas sa place à l'école, et la jeune génération des professeurs de gymnastique, qui est séduite par la pratique de l'EPS dans les établissements scolaires. Heureusement, ces deux parties se réunissent quelques années après les conflits et peuvent enfin aller de l'avant (Klesli, 1995)³. La Société suisse des maîtres de gymnastique a été créée en 1858 afin de diminuer les différences entre le mouvement gymnastique, les sports modernes et l'éducation physique donnée à l'école.

³ Eva Klesli est l'auteur d'un article écrit dans la revue de la Société suisse d'histoire économique et sociale qui a été numérisé par E-Periodica, une bibliothèque virtuelle de revues.

À la suite de la lecture de l'article d'Eva Klesli, je peux constater que malgré les années écoulées, nous pouvons retrouver des similitudes comme des différences avec la situation actuelle. Il y a notamment la question de la santé qui est toujours présente. Auparavant, on se souciait déjà que les enfants bougent en apprenant de bons gestes qui ne nuisent pas à leur santé. Les médecins désiraient que les filles soient davantage confrontées aux exercices physiques, car elles paraissaient trop fines, alors qu'actuellement, nous retrouvons plusieurs cas de surpoids. L'esprit d'introduire une nouvelle discipline scolaire, afin de préparer les jeunes garçons à servir le pays, était plus présent qu'actuellement. Toutefois, le service militaire que doivent accomplir les hommes dès l'âge de dix-huit ans peut partiellement y retrouver un fondement similaire : préparer un maximum d'hommes à défendre la nation en cas de nécessité.

1.2.2 L'importance du mouvement chez les enfants

La thématique du mouvement chez les enfants est un problème et une question sur laquelle plusieurs spécialistes de la santé et de l'éducation se penchent. Selon Rothenfluh, Hunziker & Murer (2002) :

Le manque flagrant de mouvement est devenu un sujet grave et menaçant pour notre société : les chiffres récents démontrent que plus d'un tiers des coûts de la santé sont à imputer à ce manque ; la montée rapide des chiffres signalant le cas d'enfants et de jeunes souffrant d'excédent de poids est devenue monnaie courante dans les rapports quotidiens. (p. 7)

En Suisse, un enfant sur cinq est en surpoids. Selon l'Organisation mondiale de la Santé (s.d.) : "La principale cause du surpoids et de l'obésité de l'enfant est un déséquilibre énergétique entre les calories consommées et les calories dépensées". Autrement dit, il y a deux éléments qui surgissent :

- Les enfants consomment des aliments très énergétiques à haute teneur en graisses et en sucres, mais contenant trop peu de vitamines, de minéraux et d'autres micronutriments bons pour la santé.
- Il y a une diminution de l'activité physique chez les enfants en raison de la nature sédentaire de nombreuses formes de loisirs, du changement de modes de transport et de l'urbanisation galopante.

Les docteurs P. Bovet, A. Chiolero & F. Paccaud proposent dans la revue médicale suisse (2008, p. 654) l'épidémiologie ainsi que la prévention du surpoids chez les enfants et les adolescents. Ils ont établi une liste contenant des exemples de mesures pour la prévention du surpoids à divers niveaux et présentent des conseils pour les écoles.

<p>Ecoles</p> <ul style="list-style-type: none">- Inclure un enseignement évalué sur l'alimentation, les styles de vie, et la prévention du surpoids, et rendre disponibles ces connaissances aux parents- Améliorer l'offre alimentaire des cantines (par exemple : avec des systèmes d'accréditation)- Encourager la préparation de plats sains (par exemple : cours de cuisine)- Encourager les élèves à participer à des activités physiques (par exemple : en augmentant le nombre d'heures de sports et l'offre des activités offertes, aussi non compétitives)- Favoriser l'utilisation des installations sportives scolaires en dehors des heures d'écoles- Encourager la pratique quotidienne du vélo et de la marche (par exemple : en mettant sur pied des trajets sûrs pour se rendre à l'école en vélo ou à pied, ou en mettant à disposition des parkings couverts pour les vélos)
--

Figure 2 : Prévention du surpoids à divers niveaux par la revue médicale suisse

La figure 2 illustre des conseils pour les écoles, les enseignants peuvent ainsi directement en profiter. Ils ont la possibilité, dans le cadre de l'enseignement en classe, de traiter les thématiques qui touchent aux bienfaits d'une pratique régulière du sport, ainsi qu'à une alimentation saine. Le verbe « encourager » apparaît à plusieurs reprises, ce qui signifie que ces conseils sont facilement réalisables à travers une discussion entre l'enseignant et les élèves. L'enseignant ne devrait pas se limiter à enseigner la matière exclusivement liée à la branche mentionnée à l'horaire, mais devrait viser l'interdisciplinarité, la formation générale ainsi que les capacités transversales. Cette liberté procurée par le PER notamment permet aux enseignants d'intégrer des moments de mouvement en dehors des halles de gymnastique, tout au long de la semaine, en faisant plusieurs pauses actives par exemple. Ces moments de pratiques régulières de diverses activités physiques et sportives permettraient de s'approcher d'une recommandation mentionnée par l'Organisation mondiale de la Santé. "Les enfants et jeunes gens âgés de 5 à 17 ans devraient accumuler au moins 60 minutes par jour d'activité physique d'intensité modérée à soutenue" (OMS, 2018).

De plus, selon le résumé des recommandations pour les enfants et les adolescents, rédigé par le Réseau suisse Santé et activité physique hepa.ch (2013) :

Pour garantir une bonne croissance, il est indispensable de pratiquer des activités variées. Dans le cadre ou en plus de l'heure minimale d'activités physiques conseillée, les enfants et les jeunes devraient pratiquer plusieurs fois par semaine des activités propres à consolider les os, à stimuler le système cardio-vasculaire, à renforcer les muscles, à conserver la souplesse et à améliorer la coordination. (p. 3)

Le mouvement chez les enfants est certes très important, mais le temps de pratique est à modérer, car l'autre extrême est également au cœur d'un grand débat actuel. L'excès de sport chez les enfants et jeunes adolescents peut nuire à leur développement. "C'est une grave erreur que de soumettre des enfants à des programmes d'entraînements pour adultes. Après tout, les enfants ne sont pas simplement des adultes en miniature" (Bompa, 2000, s.p.).

Il est ainsi très important de trouver le juste milieu dans la pratique sportive afin de rester en bonne santé.

1.2.3 Définition de « être en mouvement »

Pour la réalisation et la compréhension du travail, il me semble important de définir ma compréhension de la notion de « être en mouvement ».

Voici la définition qui figure dans le Robert Micro : "Le mouvement est un changement de position ou de place effectué par le corps ou une de ses parties" (Rey, 2002, p. 862). Je pars du principe que dès que l'élève n'est pas immobile et qu'il fournit un « effort », il est en mouvement. Cependant, il est nécessaire que je donne quelques précisions à ce sujet.

Durant mon analyse de leçon, je considère qu'un élève qui installe du matériel est en mouvement. Lors de l'installation/rangement, il y a probablement un déplacement effectué ainsi que divers objets soulevés, ce qui sollicite le travail de plusieurs muscles. Concernant le déplacement depuis l'école à la halle de gymnastique, ainsi que du vestiaire à la halle, ceux-ci ne sont en revanche pas pris en considération.

1.2.4 Le temps effectif

Durant le début de mon travail, j'ai cité à plusieurs reprises la notion « le temps effectif durant lequel les élèves sont en mouvement ». Je considère le temps effectif comme étant le temps obtenu par mon chronomètre, qui est en fonction à chaque fois que l'élève que j'ai ciblé est en mouvement. En d'autres mots, le temps effectif exprime la totalité du temps de mouvement de l'élève que j'ai observé durant la leçon d'EPS de deux périodes.

En me référant à des manuels d'enseignement pour le cycle 1 et le cycle 2 qui proposent des déroulements de leçons d'EPS de 45 minutes (Baconnais & Sberro 1998 et Baconnais & Sberro 2002), je peux en retirer plusieurs informations. J'ai aperçu des différences en comparant le minutage des deux cycles. Concernant le minutage du manuel du cycle 1, je vois que seules 20 à 35 minutes apparaissent dans le déroulement, contrairement au manuel du cycle 2 qui prévoit un minutage de 35 à 40 minutes. À la suite de cela, j'interprète donc deux informations :

- Il y a une « perte de temps » prévue sur le temps d'activité des élèves par rapport à la durée de la leçon initialement prévue.
- Dans un deuxième temps, le temps effectif prévu, durant lequel les élèves sont en mouvement, est plus long au cycle 2 qu'au cycle 1. Je suppose qu'il y a plus de temps « perdu » avec les élèves plus jeunes. L'installation/rangement du matériel, ainsi que la diffusion des consignes nécessitent probablement plus de temps avec les classes du cycle 1 que celles du cycle 2.

1.2.5 L'EPS vue par le Plan d'étude romand (PER)

Voici les visées prioritaires établies par le Plan d'étude romand (2010), qui est l'outil de référence de tous les enseignants de la Suisse romande :

Commentaires généraux du domaine Corps et mouvement

VISÉES PRIORITAIRES

Connaître son corps, en prendre soin et reconnaître ses besoins physiologiques et nutritionnels.

Développer ses ressources physiques et motrices, ainsi que des modes d'activités et d'expression corporelles.

Préserver son capital santé par le choix responsable d'activités sportives et de pratiques alimentaires.

Figure 3 : Visées prioritaires du domaine Corps et mouvement

Ces visées prioritaires doivent être au centre de la construction des leçons d'EPS pour les enseignants. Ils prévoient ainsi leurs leçons en planifiant, construisant et organisant le déroulement, dans le but de transmettre les propos mentionnés par le PER à leurs élèves.

En dehors de la halle de gymnastique, les enseignants peuvent lier le sujet de l'importance d'une pratique régulière d'activité sportive, à un thème de formation générale qui touche à la santé et au bien-être.

La figure 4 illustre les visées prioritaires de la Formation générale, citées dans le PER :

Commentaires généraux pour la Formation générale

CYCLE 1

VISÉES PRIORITAIRES

Développer la connaissance de soi sur les plans physique, intellectuel, affectif et social pour agir et opérer des choix personnels.

Prendre conscience des diverses communautés et développer une attitude d'ouverture aux autres et sa responsabilité citoyenne.

Prendre conscience de la complexité et des interdépendances et développer une attitude responsable et active en vue d'un développement durable.

*Figure 4 : Visées prioritaires de la Formation générale, en lien avec l'EPS.
(Mêmes visées prioritaires pour le cycle 2)*

L'élaboration du PER, comme son nom l'indique, vise à fournir un plan aux enseignants, qui laisse place à une certaine liberté quant aux thématiques abordées, en se permettant une riche interdisciplinarité. Le plan d'étude permet facilement d'aborder en salle de classe diverses thématiques comme la pratique d'activités physiques et sportives et ses bienfaits pour la santé ainsi que l'encouragement aux déplacements à pied ou à vélo par exemple.

1.2.6 Le rôle de l'enseignant

“Le rapport entre le temps d'engagement moteur et celui consacré aux activités d'organisation est indicatif de la qualité de l'organisation” (Piéron, 1992, p. 154). En d'autres termes, la capacité de l'enseignant à planifier et organiser sa leçon est déterminante concernant le temps durant lequel les élèves seront en mouvement. Une bonne préparation permet de diminuer le risque de perte de temps de mouvement. En effet, les perturbations en classe sont plus susceptibles d'apparaître pendant les périodes d'organisation que pendant les explications ou le temps de pratique (Siedentop, 1994). Cette affirmation met en évidence le rôle crucial que représente une bonne préparation de l'enseignement. Les élèves, une fois dans la halle de gymnastique, montrent le plus souvent l'envie de dépenser leur énergie. Cela rend plus difficile

l'obtention de leur attention, d'où la complexité à maintenir le bon déroulement de l'installation du matériel ou la formation de groupes et d'équipes.

Voici une citation qui rejoint les propos cités par Siedentop mentionnés précédemment :

“Le thème de la constitution des groupes ; équipes, ateliers, rassemblements divers, apparaît comme une sorte de point aveugle, alors même qu'il constitue pour l'EPS tout à la fois un « enjeu fondamental »” (Hauw, 2000, cité par Bordes, 2005, p. 3).

Hauw encourage l'enseignement de l'EPS basé sur des leçons qui proposent un maximum de moments en groupes et le moins possible d'apprentissage seul face à la tâche. Il doit aussi avoir une organisation efficace afin de perdre le moins de temps possible lors de la création de groupes ou d'équipes.

Un aspect incontournable est également le rôle de l'enseignant dans le processus de susciter une motivation chez les élèves à pratiquer régulièrement du sport. En effet, selon Siedentop (1994) : “Les éducateurs physiques doivent être efficaces s'ils veulent que leurs élèves cultivent l'habitude de la pratique régulière de l'activité physique et des sports” (p. 26).

Par ailleurs, il est très important que les enseignants se questionnent concernant l'efficacité de leur enseignement. Un bon moyen est de passer par un questionnaire à remplir par les élèves, sur lequel ils peuvent ainsi mentionner leurs impressions au sujet des leçons d'EPS qui leur sont enseignées. De plus, le questionnaire peut être élaboré à l'aide du site internet www.qeps.ch. Qeps⁴ est un outil qui permet aux enseignants d'évaluer la qualité de leur enseignement. Il propose un large choix de critères qui peuvent être sélectionnés lorsque l'enseignant souhaite créer une évaluation de son enseignement qui sera effectuée par les élèves.

1.2.7 Nombre de leçons obligatoires d'EPS

Le nombre de leçons hebdomadaires obligatoires a été fixé par l'ordonnance sur l'encouragement des sports, dans la déclaration de la Conférence suisse des directeurs cantonaux de l'instruction publique (CDIP, 2005). Nous pouvons lire :

Les cours d'éducation physique proprement dits comprennent, outre trois périodes hebdomadaires prévues dans le programme, d'autres manifestations obligatoires telles que les journées sportives et les tournois scolaires. Ils revêtent ainsi une grande

⁴ Qualité de l'éducation physique et sportive. Toutes les informations ainsi que les outils sont disponibles sur www.qeps.ch.

importance dans l'éducation au mouvement et dans la promotion de l'activité physique. L'ordonnance fédérale sur l'encouragement des sports prescrit trois périodes hebdomadaires pour l'école obligatoire et pour les écoles de formation générale du degré secondaire II. (p. 2)

Ces propos sont repris de manière plus spécifique quelques années plus tard, dans la loi fédérale sur l'encouragement du sport et de l'activité physique (LESp, 2012) :

Section 1 Sport à l'école

Art. 12 Encouragement des possibilités d'activité physique et sportive

- 1 Les cantons encouragent l'activité physique et sportive quotidienne dans le cadre de l'enseignement scolaire. Ils veillent à ce que les installations et les équipements nécessaires soient disponibles.
- 2 L'éducation physique est obligatoire à l'école obligatoire et au degré secondaire supérieur.
- 3 La Confédération fixe, après consultation des cantons, le nombre minimal de périodes d'éducation physique à l'école obligatoire et au degré secondaire supérieur, à l'exception des écoles professionnelles et définit les normes de qualité applicables. Elle tient compte à cet égard des besoins spécifiques à chaque degré d'enseignement.
- 4 L'enseignement à l'école obligatoire doit prévoir au moins trois périodes hebdomadaires d'éducation physique.

Figure 5 : Extrait de la loi sur l'encouragement du sport et de l'activité physique de 2012

L'article 12 alinéas 1 à 4 met en évidence l'encouragement d'une pratique quotidienne d'activités physiques et sportives au sein de l'enseignement, l'obligation de participer aux leçons d'EPS, ainsi que la fixation du nombre minimal de périodes.

Mes observations effectuées durant mes stages, ainsi que les informations recueillies à la suite de diverses discussions avec des connaissances du milieu de l'enseignement, me portent à croire que cet article de loi n'est malheureusement pas toujours respecté. Une raison souvent citée est le manque de disponibilité des halles de gymnastique. Il est parfois compliqué, lors de l'élaboration des horaires d'une école, de placer trois leçons d'EPS pour chaque classe. À cela s'ajoute le fait qu'il y a des ouvertures de nouvelles classes, dans le Jura bernois par exemple.

Le sujet du nombre de leçons d'EPS préoccupait déjà certains auteurs il y a plus de 20 ans. Siedentop (1994) cite le fait que les enseignants ne parviennent pas à terminer leur programme initialement prévu et suggère deux solutions :

Il existe seulement deux façons de réagir : premièrement, réduire les objectifs terminaux pour tenir compte de façon réaliste du temps alloué ; deuxièmement, obtenir plus de temps en incitant les élèves à pratiquer des activités physiques en dehors des périodes formelles d'éducation physique ; par exemple, pendant les récréations, les activités intrascolaires, les périodes d'études ou les activités spéciales. (p. 255)

1.2.8 Résultats de recherches, théories et synthèses

Jusqu'à présent, j'ai trouvé une étude réalisée dans le cadre d'un mémoire professionnel de Bachelor par Mathieu Bigler (2010) concernant le mouvement et l'éducation physique chez les enfants de 9 à 11 ans, dans le canton de Neuchâtel. Son travail est orienté sur la pratique sportive en dehors des leçons d'EPS chez les enfants de cette tranche d'âge. Il cite principalement l'effet du sport sur la vie des enfants, le nombre de leçons destiné à l'enseignement de l'EPS, ainsi que les diverses manifestations destinées à faire bouger les écoliers et la population. Ces manifestations et actions sont connues sous les noms de *l'école bouge*, *la Suisse bouge*, *bike2school* ou encore *Qeps*.

Dans un deuxième temps, j'ai également découvert un travail de Master, ciblé sur le cycle 3, réalisé par un étudiant de l'université de Fribourg, Florent Veya (2014). Son travail porte sur l'installation du matériel en éducation physique et sportive par l'analyse de l'outil *minimat*. Cet outil a été élaboré dans le but de réduire le temps consacré à l'installation du matériel. L'objectif de cette recherche était de cibler les problèmes que pose l'installation du matériel en EPS et de tester un nouvel outil didactique et pratique en vue d'une éventuelle commercialisation.

Le travail de Florent Veya s'intéresse déjà indirectement à la question de la diminution des « pertes » de temps lors des leçons d'EPS. Il aborde principalement la thématique de l'installation du matériel. Sa recherche est élaborée au cycle 3, mais je suppose que les bases sont les mêmes qu'aux cycles 1 et 2.

Pour ce qui est des recherches réalisées par des étudiants, ce sont les deux recherches que je retiens et je pense qu'elles ont un lien étroit avec le travail que j'effectue.

Concernant la littérature, Siedentop (1994) cite plusieurs résultats de recherche qui se rapportent au temps « d'attente » des élèves ainsi qu'au temps d'EPS hebdomadaire : "Ils consacrent en moyenne vingt à trente pour cent de leur temps à attendre pendant les cours d'éducation physique " (p. 58). De plus, le temps d'EPS hebdomadaire pouvait varier entre 45 et 80 minutes. Cela signifie que ce temps est insuffisant par rapport à ce qui est attendu pour l'école primaire par la LESP. Les enseignants avaient ainsi pris des mesures en utilisant d'autres périodes que celles d'EPS pour enseigner leurs leçons d'EPS.

Imaginez-vous un instant, à ce jour, supprimer des leçons de mathématiques, français ou sciences naturelles pour effectuer votre programme d'EPS.

Toutefois, l'ouvrage de Siedentop cité ci-dessus date de 1994 et fait référence à des constats qui n'ont pas été réalisés en Suisse. La lecture de cet auteur me motive considérablement dans la réalisation d'observations de la situation actuelle, dans des classes du Jura bernois.

1.2.9 Point de vue personnel à l'égard de la théorie

Je suis partiellement surprise par les propos des auteurs dont je fais référence dans mon travail. Ils citent plusieurs études qui ont été réalisées il y a parfois plus de 25 ans. En d'autres mots, ce qui me surprend est que la thématique du temps durant lequel les enfants sont en mouvement intéressait la société il y a autant d'années déjà. Avant de consulter la littérature, je savais que la situation actuelle était « problématique », mais je supposais que ce questionnement avait émergé aux environs de l'année 2005.

À la suite des différentes lectures, j'aurais pu me laisser influencer par une opinion très négative et alarmante face à cette thématique. Effectivement, la situation semble nécessaire d'être améliorée, puisque les pronostics d'enfants sédentaires qui présentent un surpoids pour les années futures s'aggravent. Dans ma pratique future de l'enseignement, je souhaite notamment rendre mes élèves attentifs au sujet du mouvement, tout en favorisant le développement d'attitudes positives face aux activités physiques et sportives et non pas du dégoût. Toutefois, je pense qu'un point faible de ce travail est que je ne peux pas prendre en compte les élèves qui pratiquent des activités sportives en dehors du cercle scolaire.

Les propos qui viennent d'être cités appuient la complexité du sujet du temps durant lequel les enfants sont en mouvement. Toutefois, je garde mon point de vue qui rejoint la majorité des propos cités dans mon travail et qui aborde le sujet de façon à vouloir améliorer la situation.

1.3 Question de recherche, objectifs et hypothèse de recherche

1.3.1 Identification de la question de recherche

Au début de ma réflexion, un grand nombre de questions m'interpellaient. J'ai réalisé plusieurs lectures concernant la thématique de l'EPS à l'école en consultant notamment plusieurs manuels d'enseignement ainsi que des lectures à propos des activités physiques chez les enfants. J'ai également consulté plusieurs documents sur le web, qui relatent diverses situations actuelles en Suisse à ce sujet. À la suite de cela, j'ai pu affiner mes questions pour ce travail de recherche. Dans cette optique, je formule la question de recherche ainsi que les sous-questions suivantes :

Comment faire pour utiliser à bon escient le temps des leçons d'EPS pour que les élèves bougent un maximum ?

- En quoi la durée effective d'un élève en mouvement lors d'une leçon d'EPS de deux périodes peut varier ?

- Y a-t-il des différences de temps durant lequel les élèves sont en mouvement lors des leçons d'EPS, entre le cycle 1 et le cycle 2 ?

- Quels seraient les aménagements à faire à l'horaire scolaire, afin d'obtenir une durée effective de mouvement de trois périodes de 45 minutes ?

1.3.2 Objectifs et hypothèse de recherche

Mes objectifs de recherche :

- Déceler concrètement le temps effectif durant lequel les élèves sont en mouvement lors des leçons d'EPS de deux périodes.
- Constater s'il y a des différences entre le cycle 1 et le cycle 2. S'il y en a, regarder de quelles natures elles sont.
- Comprendre la nature du temps utilisé à d'autres fins que le mouvement.
- Proposer des aménagements pour maximiser le temps de mouvement.

Mon hypothèse :

- Je suppose que la « perte de temps » de la durée de mouvement durant les leçons d'EPS est principalement causée par l'installation/rangement du matériel ainsi que la communication des consignes.

Le fait que je mentionne avec certitude qu'il y a effectivement des « pertes de temps » n'est pas à interpréter comme étant une position pessimiste personnelle face à ce sujet. Ce sont des propos qui s'appuient sur les déroulements que nous trouvons dans les manuels d'enseignement d'EPS et qui présentent des leçons d'EPS avec moins de 45 minutes de mouvement.

Chapitre 2. Méthodologie

2.1 Fondements méthodologiques

2.1.1 Type de recherche

Il existe deux principaux types de recherche : la recherche quantitative et la recherche qualitative. La recherche quantitative se base sur des nombres et des informations. Les données récoltées à travers un travail de recherche quantitatif sont, la majorité du temps, exprimées sous forme de statistiques.

La recherche qualitative, quant à elle, se base sur la qualité et la nature de propos ou gestes présents lors d'entrevues ou d'observations. La recherche qualitative ne génère pas de données numériques.

De manière générale, seul un des deux types de recherche est utilisé, mais il n'est pas rare de trouver des recherches qui utilisent les deux types de manière complémentaire. Le fait de réunir les deux types de recherche se nomme la recherche éclectique. Mon travail de recherche porte justement sur le type éclectique puisque je traite à la fois une quantité de données numériques, en comptabilisant le temps passé à être en mouvement ou réceptif aux consignes, et sur la qualité des propos cités lors de mes entretiens semi-directifs. Je coordonne ainsi des données quantitatives et qualitatives, afin d'enrichir ma recherche. Il m'a semblé essentiel de procéder à des entretiens semi-directifs, afin de donner du sens aux nombres obtenus à travers les observations de leçons.

2.1.2 Type d'approche

Nous trouvons trois processus d'approches différentes. L'approche inductive, déductive et hypothético-déductive.

Le processus d'approche inductive nous permet d'établir des catégories à la suite des récoltes de données. Contrairement à cette dernière, l'approche déductive se base sur la théorie et tisse des liens lors de la récolte de données. Finalement, nous trouvons le processus d'approche hypothético-déductif, qui est proche de l'approche déductive ; elle se base sur des hypothèses formulées et établit des liens avec la récolte de données. Mon travail est dans le processus d'approche déductive, car j'ai consulté plusieurs ouvrages, statistiques et recommandations, pour ensuite récolter des données qui reflètent partiellement des pratiques

enseignantes. Les données m'ont ainsi permis d'établir une comparaison avec ce que j'ai pu lire durant la phase de problématisation.

En plus des processus d'approches, il existe trois types d'approches méthodologiques : à visée prescriptive, pratique ou heuristique.

L'approche à visée prescriptive consiste à identifier les différentes pratiques d'enseignement les plus efficaces. C'est une approche objective, qui vise à identifier des comportements et leurs effets.

L'approche à visée pratique a pour but de transformer des pratiques de l'enseignement, en les analysant dans une perspective d'amélioration. Il s'agit d'impliquer les enseignants dans la recherche et mener des actions, observations et réflexions de manière spiralaire.

Pour terminer, il y a l'approche méthodologique à visée heuristique, qui cherche à développer des savoirs sur les pratiques de l'enseignement.

Les approches utilisées à cette fin sont de nature descriptive comme l'enquête (par questionnaire et par entretien) ou l'étude de cas. Ainsi, il est question de décrire les pratiques enseignantes dans le but de pouvoir, dans un premier temps, les comprendre et, dans un temps ultérieur, les expliquer. (Dupin de Saint-André, Montésinos-Gélet & Morin, 2010, p. 165)

Pour mon travail de recherche, je suis dans l'approche méthodologique à visée heuristique.

2.1.3 Type de démarche

Il y a différents types de démarche qui sont au nombre de quatre dans les recherches en sciences de l'éducation. Nous comptons :

- La démarche compréhensive, qui vise à comprendre.
- La démarche explicative, qui cherche à prouver.
- La démarche d'innovation, qui a pour ambition de transformer les pratiques en explorant un élément didactique par exemple.
- La démarche descriptive, qui a comme objectif de dresser le portrait d'un élément.

La dernière démarche citée est celle que j'ai utilisée pour ma recherche. Je souhaitais décrire le portrait actuel du temps de mouvement durant les leçons d'EPS. Ma démarche descriptive a un enjeu ontogénique, car je souhaitais me développer par la réflexion sur l'action. Je trouvais très important de pouvoir m'enrichir de ce travail de recherche pour réfléchir sur mes

actions d'enseignante de manière générale, mais aussi plus spécifiquement sur ma façon d'enseigner l'EPS. En d'autres mots, j'ai souhaité réfléchir à ma pratique et les pratiques enseignantes que j'ai pu observer, dans une perspective d'amélioration. Ma recherche a également un enjeu politique, puisqu'un objectif de recherche cité au point 1.3.2 était de proposer des aménagements afin de maximiser le temps de mouvement.

2.2 Nature du corpus

2.2.1 Récolte des données

Pour réaliser ma récolte de données, j'ai procédé dans un premier temps à des observations en situation lors de leçons d'EPS de 2x45 minutes.

Voici la définition de l'observation en situation que propose Martineau (2005) : "Un outil de cueillette de données où le chercheur devient le témoin des comportements des individus et des pratiques au sein des groupes en séjournant sur les lieux mêmes où ils se déroulent" (p. 6).

Dans la mesure du possible, j'ai souhaité me rendre sur le terrain, afin d'effectuer l'observation en direct de la leçon, avec comme aide une captation vidéo. Les images vidéo m'ont permis d'affiner mes observations et de revenir sur des éléments lorsque cela était nécessaire. Cependant, lorsque mon horaire de cours ne me le permettait pas, je me suis rendue auprès des enseignants choisis et leur ai prêté une caméra qui devait être installée lors d'une de leurs leçons. Il est évident que je me suis portée à leur disposition pour des explications supplémentaires. Ce cas de figure a malheureusement dû se produire pour trois enseignants sur quatre.

Dans un deuxième temps, j'ai effectué des entretiens semi-directifs avec les enseignants qui ont mené les leçons observées. Me contenter des observations à travers lesquelles je n'aurais obtenu que des chiffres à l'aide d'un chronomètre me paraissait insuffisant en quantité de données. C'est la raison pour laquelle j'ai souhaité effectuer des entretiens semi-directifs en complément. Lors d'un entretien semi-directif, certaines questions ainsi que diverses sous-questions ont été planifiées sous la forme de guide d'entretien (annexe 5), afin d'avoir un fil directeur. Il était très important que les questions soient des questions ouvertes. En conséquence, la personne interrogée était libre de dériver sur d'autres propos liés au sujet, dans l'ordre qui lui convenait. Grâce aux entretiens semi-directifs, j'ai récolté des informations concernant le point de vue des enseignants par rapport aux leçons filmées et observées, mais également des avis quant aux pratiques sportives des élèves et l'évolution de celles-ci.

2.2.2 Procédure et protocole de recherche

Premièrement, j'ai souhaité contacter quatre enseignants d'une même école primaire du Jura bernois. J'ai pris contact avec eux (annexe 1) et tous m'ont donné leur accord quant à la réalisation de mes récoltes de données dans leur classe. Au cours du mois de juillet, j'ai rédigé une lettre de demande (annexe 2) adressée à la direction de l'établissement, afin de l'informer de mon travail et obtenir son accord. Ensuite, j'ai contacté à nouveau les enseignants par courriel, lorsque la fin des vacances d'été approchait. À la suite de cela, ils m'ont communiqué l'horaire de l'EPS, afin que je puisse regarder si mes disponibilités liées aux cours HEP me permettaient d'assister moi-même à la leçon ou non. Durant les premières semaines de l'année scolaire, j'ai informé trois enseignants que je ne pourrai pas me rendre moi-même sur le terrain, et j'ai donc convenu d'un rendez-vous pour leur remettre la lettre d'accord aux parents (annexe 3), le contrat de recherche qui sera signé (annexe 4), une caméra et un trépied. J'ai également fixé un rendez-vous avec le quatrième enseignant afin de lui remettre la lettre d'accord aux parents ainsi que le contrat de recherche. Ce dernier enseignant était le seul que je pouvais suivre lors de la leçon d'EPS. Les rendez-vous m'ont également permis de mentionner aux enseignants qu'une contrainte de la leçon filmée est qu'il est nécessaire de sortir du matériel autre que de simples balles par exemple.

À la suite de cela, jusqu'au début du mois d'octobre, j'ai récupéré le matériel technique prêté, j'ai assisté à une leçon et ai débuté le traitement de données afin d'avoir déjà la durée effective de mouvement durant les différentes leçons, au moment des entretiens semi-directifs. Après quoi, j'ai convenu d'une date, dès la fin des vacances d'automne jusqu'à Noël, avec chaque enseignant afin de m'entretenir avec eux.

Cette procédure à multiples étapes m'a permis ainsi de récolter des données, d'analyser et interpréter les résultats de ma recherche.

2.2.3 Echantillonnage

J'ai choisi quatre enseignants diplômés d'un même village du Jura bernois. Le nombre de quatre est prévu afin de couvrir tout le cursus primaire, donc un enseignant de chaque demi-cycle. Il me semblait intéressant d'élargir l'aperçu, de manière à avoir des données dans différents degrés, ce qui m'a permis de faire des comparaisons entre les degrés et également

entre les cycles. Concernant la sélection d'enseignants qui travaillent tous dans le même village, un principal élément m'a encouragé dans ce choix : le déplacement jusqu'à la halle de gymnastique, qui peut avoir une incidence lorsque la leçon se trouve en milieu de matinée. Je souhaitais récolter mes données au sein d'un même établissement afin d'avoir le moins de divergences. Voici les profils des enseignants :

Classe	Prénom d'emprunt	Âge	Nombre d'années d'enseignement	Nombre d'années d'enseignement d'EPS
1-2 H	Carine	42	20	20
4 H	Sylvie	26	5	2
6 H	Manon	62	42	42
7 H	Robert	37	11	11

Tableau 1 : Profils des enseignants choisis pour la récolte de données

Un aspect intéressant est de constater que les enseignants choisis ont des âges et un nombre d'année d'enseignement varié. J'ai pu utiliser ces différentes informations pour analyser les données récoltées lors des entretiens semi-directifs de manière plus approfondie et de façon à faire plusieurs comparaisons.

2.3 Méthodes et techniques d'analyse des données

2.3.1 Transcription

La transcription a pour but de mettre par écrit exactement tout le contenu de l'entretien, mot pour mot. Cependant, la retranscription est réalisée en supprimant les informations d'ordre général, les erreurs ainsi que les répétitions. L'analyse de données pour ma recherche ne nécessitait pas une transcription exacte. Il s'agissait surtout d'avoir le contenu général de l'entretien, c'est pourquoi j'ai choisi de procéder à la retranscription plutôt qu'à la transcription.

Il est important que je décrive et précise les aspects techniques les plus importants de mes retranscriptions, les voici :

<p>Différencier les interlocuteurs qui sont les enseignants interviewés l'un à la fois, et moi-même par des lettres.</p> <p>i : enseignant interviewé e : moi étudiante</p>
<p>Mettre en évidence les questions liées au guide d'entretien en gras.</p>
<p>Numéroter les tours de paroles.</p> <p>1. i : Je me focaliserais sur l'installation du matériel.</p> <p>2. e : Quels exemples/aménagements pour diminuer le temps passé à autre chose que le mouvement ?</p>
<p>Les propos incompris/non identifiables sont retranscrits avec le caractère xxx.</p> <p>1. i : Je me focaliserais sur xxx du matériel.</p>
<p>Les informations qui nécessitent d'être citées concernant les actions sont mises entre parenthèses.</p> <p>1. i : Je me focaliserais sur... (ne termine pas sa phrase)</p>
<p>Les tournures de phrases ainsi que les fautes de français peuvent être modifiées en cas d'erreurs.</p> <ul style="list-style-type: none">- Certaines interjections sont ramenées à leur forme écrite (« Heuh... ben... » devenant « Eh bien... »)- Les négations ne sont pas systématiquement restaurées

Tableau 2 : Récapitulation des aspects techniques les plus importants pour la compréhension de la retranscription

2.3.2 Traitement des données

Les leçons d'EPS observées ont été visualisées les unes après les autres et directement analysées, avec comme support le « tableau des durées » que j'ai élaboré. Ce tableau m'a permis d'inscrire les différents minutages des actions réalisées par les élèves : le mouvement, recevoir les consignes, installer/ranger le matériel, ainsi que d'autres éléments. J'ai tenu à différencier dans ce tableau, l'installation/rangement du matériel des moments de mouvement liés aux tâches demandées par l'enseignant. De plus, j'ai choisi de différencier les minutages qui constituent l'échauffement, la partie principale et le retour au calme, à l'aide de couleurs différentes. "Lors de l'observation systématique, il s'agit d'observer, à l'aide d'une grille préétablie, quelques variables dans les pratiques d'enseignement pour ensuite les quantifier" (Marcel et al., 2002, cité par Dupin de Saint-André, Montésinos-Gélet & Morin, 2010, p. 167). Ceci a été réalisé dans le but d'affiner mes interprétations de résultats, tout en sachant que ces deux catégories ont été, dans un deuxième temps, regroupées et ont constitué le temps effectif durant lequel les élèves étaient en mouvement. Un élément qui doit être signalé est que le contenu des différentes leçons a été traité en totalité, aucun moment de la captation vidéo ne figure pas sur le « tableau des durées » de la leçon à laquelle il correspond.

Quant aux entretiens semi-directifs, ils ont été dans un premier temps retranscrits à l'aide de l'enregistreur qui m'a permis de revenir en arrière et de stopper le contenu. Après ce travail conséquent, ils ont été traités les uns après les autres. Les questions que j'ai posées et qui sont en lien direct avec le guide d'entretien ont été mises en gras. Les numéros des tours de paroles ont été mis en couleur en fonction du thème auquel les propos se rapportent. Les thèmes sont les trois thèmes présents sur le guide d'entretien : la leçon d'EPS (vert), l'implication de l'école dans l'activité physique et sportive (violet), ainsi que la pratique sportive de manière générale (en dehors de l'école) (jaune). Cette façon de traiter les données m'a permis de faire un premier tri indispensable, avant l'interprétation et la présentation des résultats. J'ai fait le choix de procéder ainsi, puisque je souhaitais surtout mettre en évidence les propos recueillis en lien avec les questions du guide d'entretien.

2.3.3 Méthodes et analyse

Pour les données recueillies à travers les observations, j'ai procédé à une analyse statistique. En observant les vidéos, j'ai extrait des informations exclusivement quantitatives à l'aide du tableau appelé « tableau des durées ». C'est ainsi que j'ai pu comptabiliser les durées passées à être en mouvement lors des trois différentes parties d'une leçon. La durée effective

de mouvement de chaque leçon a été mise en évidence, puisque c'est sur ce résultat que je me base lors de l'interprétation des résultats.

Les contenus récoltés lors des entretiens semi-directifs, une fois retranscrits, ont été relus et les éléments qui illustraient le mieux les propos cités par les enseignants ont été introduits dans mon travail. Grâce à cela, je suis parvenue à analyser et comparer les contenus qui m'ont permis de rédiger la deuxième partie du recueil de données que sont les entretiens. J'ai fait référence à Altet, (2003) cité par Dupin de Saint-André, Montésinos-Gélet & Morin (2010) :

Les entretiens utilisés dans les études de cas sont généralement semi-dirigés ou non dirigés. Au cours de l'entretien non dirigé, l'enseignant parle de sa pratique à partir de questions ouvertes dont l'ordre n'est pas déterminé à l'avance. Les entretiens peuvent porter sur toutes les phases de la pratique d'enseignement. De plus, des entretiens peuvent aussi être menés sur d'autres thèmes relatifs à la pratique enseignante puisque celle-ci ne se limite pas à la pratique d'enseignement. (p. 168)

Chapitre 3. Analyse et interprétation des résultats

Suite à l'observation de quatre leçons d'EPS qui couvrent chaque demi-cycle et aux entretiens semi-directifs effectués avec les enseignants, je peux désormais présenter les résultats obtenus, mon analyse et l'interprétation de ces derniers.

J'ai choisi une méthode d'analyse qui consiste à présenter les résultats sous forme de statistiques, en me basant sur les chiffres obtenus lors de l'observation des leçons. Concernant les données recueillies lors des entretiens semi-directifs, j'ai choisi de présenter, analyser et interpréter les réponses des enseignants, qui illustraient au mieux les différents points abordés. Pour terminer, je présente quelques pistes d'action apportées lors des entretiens semi-directifs ou développées lors de ma pratique et de partages avec les collègues.

Avant de commencer l'interprétation des résultats, je souhaite décrire brièvement le contenu principal des quatre leçons.

En 1-2 H, l'enseignante a effectué une leçon avec des cerceaux en pratiquant avec les élèves, différents jeux. Elle a également effectué des moments de danse et donnait les consignes tout en étant en mouvement. Il s'agissait pour les élèves de copier les mouvements que l'enseignante accomplissait.

En 4H, l'enseignante a réalisé une leçon avec des anneaux. En complément à cela, puisqu'il n'y avait pas assez d'anneaux pour tous, elle a installé un poste de jonglage au fond de la halle de manière à occuper les élèves durant leur temps d'attente.

En 6H, l'enseignante a choisi d'effectuer une leçon sous forme de postes à réaliser individuellement. Le poste auquel participer était défini à la suite d'un lancer de dé individuel. Lorsque le poste était effectué, l'élève revenait au centre pour réaliser un nouveau lancer.

En 7H, l'enseignant a élaboré la partie principale de sa leçon sous forme de postes. Il s'agissait pour les élèves qui étaient par groupe de trois de changer de postes au signal de l'enseignant.

3.1 Analyse des leçons

3.1.1 Durée des leçons

En premier lieu, je souhaite débiter mon analyse en présentant les pourcentages des différentes parties de chaque leçon. Toutefois, les résultats sont basés sur le temps d'EPS analysé, qui est dès le début de la leçon en halle jusqu'au moment où les élèves quittent la halle pour se rendre aux vestiaires. Les différents pourcentages ne sont ainsi pas comparables

entre eux, puisque les leçons qui sont censées durer 90 minutes ont des durées effectives très différentes.

- 1-2H : 76 minutes 45 secondes

- 4H : 74 minutes 6 secondes

- 6H : 61 minutes 29 secondes

- 7H : 87 minutes 55 secondes

Ces différentes durées effectives de leçon varient notamment selon le temps passé aux vestiaires dès l'arrivée à la halle de gymnastique et selon les pratiques des enseignants, comme indiqué au point 3.2, qui est la présentation de contenus recueillis lors des entretiens. La présentation des résultats ci-dessous permet de prendre connaissance du pourcentage de temps utilisé pour les différents éléments qui constituent chaque leçon : l'activité, les consignes, l'installation/rangement du matériel ainsi que les moments « autres ». Le temps lié à « autres » est constitué de moment d'interruption d'une activité ou d'inactivité lors de l'installation/rangement du matériel. Les consignes sont toutes les paroles de l'enseignant, liées à l'éducation physique et sportive. Il y a des variations concernant les différents éléments et elles sont notamment dues au choix du contenu des leçons.

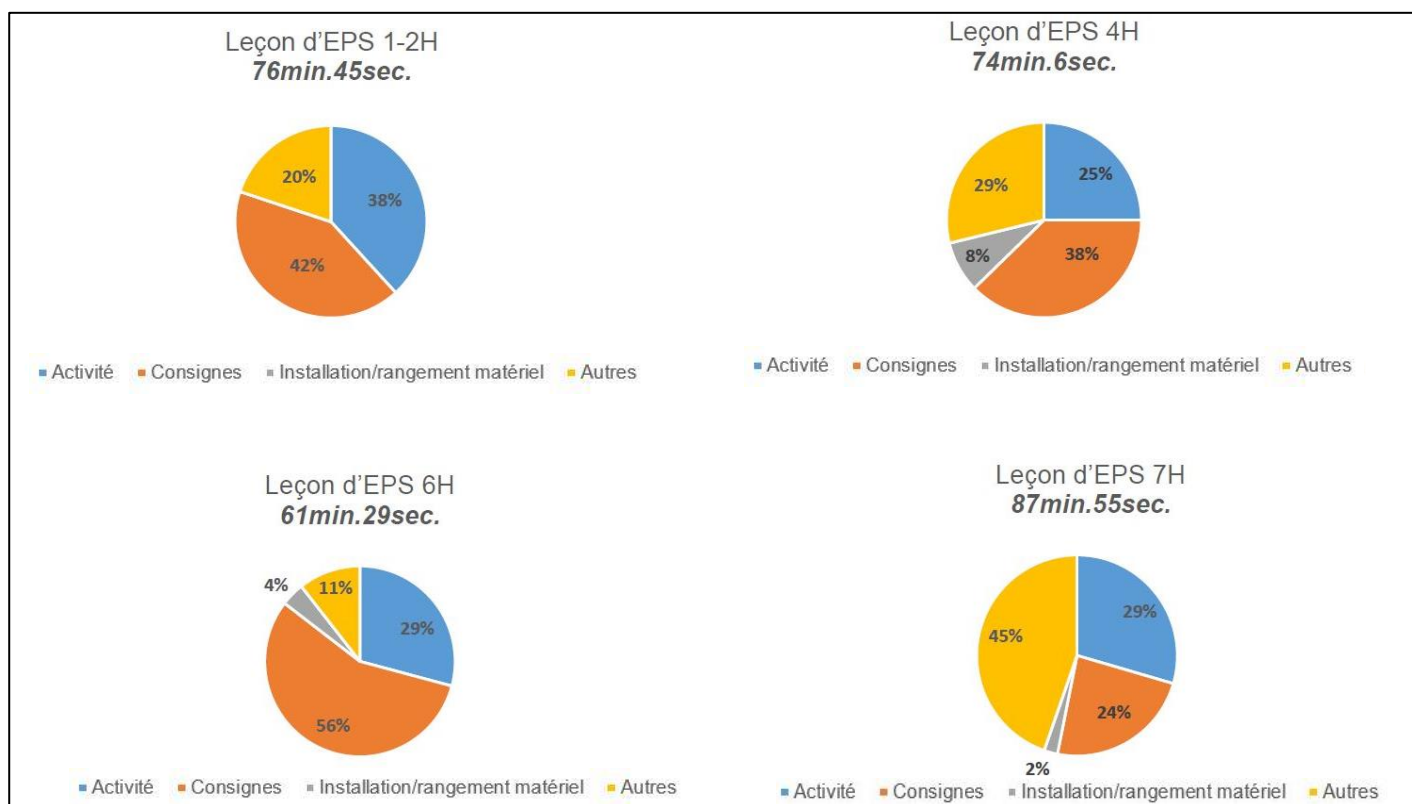


Figure 6 : La durée des différents contenus de leçons (activité, consignes, installation/rangement, autres)

Sur ces diagrammes, les données liées à l'activité ne correspondent pas au temps effectif de mouvement durant la leçon. Le temps effectif de mouvement contient l'activité et l'installation/rangement du matériel, qui sera observable sur la figure suivante.

En observant les diagrammes présentés ci-dessus, je peux en tirer une première conclusion : l'installation/rangement du matériel n'est pas très conséquent, puisque les résultats vont de 0 à 8% du temps analysé. Toutefois, si l'on additionne le pourcentage lié à la diffusion des consignes et celui lié à « autres », on obtient des durées qui varient de 62 à 69% par rapport à la durée propre à chaque leçon. Les enseignants obtiennent ainsi de manière générale peu de grandes variations.

Chez les 1-2H, le temps lié à l'installation/rangement du matériel est nul, car la leçon était basée sur des activités avec des cerceaux. Cela diffère des leçons sous forme de postes comme chez les 6H et les 7H. À la suite de cela, je peux constater que le temps lié à l'installation/rangement du matériel lors de la leçon d'anneaux chez les 4H est le plus conséquent entre toutes les leçons analysées.

Une seconde constatation est que chez tous les enseignants, le plus grand pourcentage du temps de la leçon est lié aux consignes, sauf pour l'enseignant de 7H, pour qui c'est le temps utilisé à « autres ». Ce qui pourrait expliquer cela est que les élèves ont passablement attendu lors des postes, puisque certaines fois, tous les élèves n'avaient pas la possibilité de s'engager dans l'activité. Je pense par exemple au poste où il s'agissait de ramper sous un banc. De plus, les changements de poste prenaient environ 2 minutes, deux pauses de 4 à 5 minutes ont été effectuées et une mise en commun des résultats a été réalisée.

Force est de constater que les différents timings dépendent fortement du contenu des leçons ainsi que leur intensité. Lorsque les élèves sont plus intensément en activité, ils ressentiront d'autant plus le besoin de prendre quelques minutes pour s'hydrater et récupérer.

Un élément qui influence également les résultats est le fait que j'ai dû choisir un élève en particulier qui me servait "d'élève observé", et que je suivais tout au long de mon analyse. Certains élèves se sont ainsi plus ou moins investis et engagés dans les différentes tâches que l'élève observé. Je pense ainsi avoir obtenu une moyenne générale de la situation analysée.

3.1.2 Temps effectif de mouvement

Voici un graphique qui permet de prendre connaissance des temps effectifs de mouvement (activité et installation/rangement du matériel compris). Étant donné qu'une leçon est censée

durer 90 minutes, j'ai souhaité comparer le temps effectif des quatre leçons, sur une leçon standard.

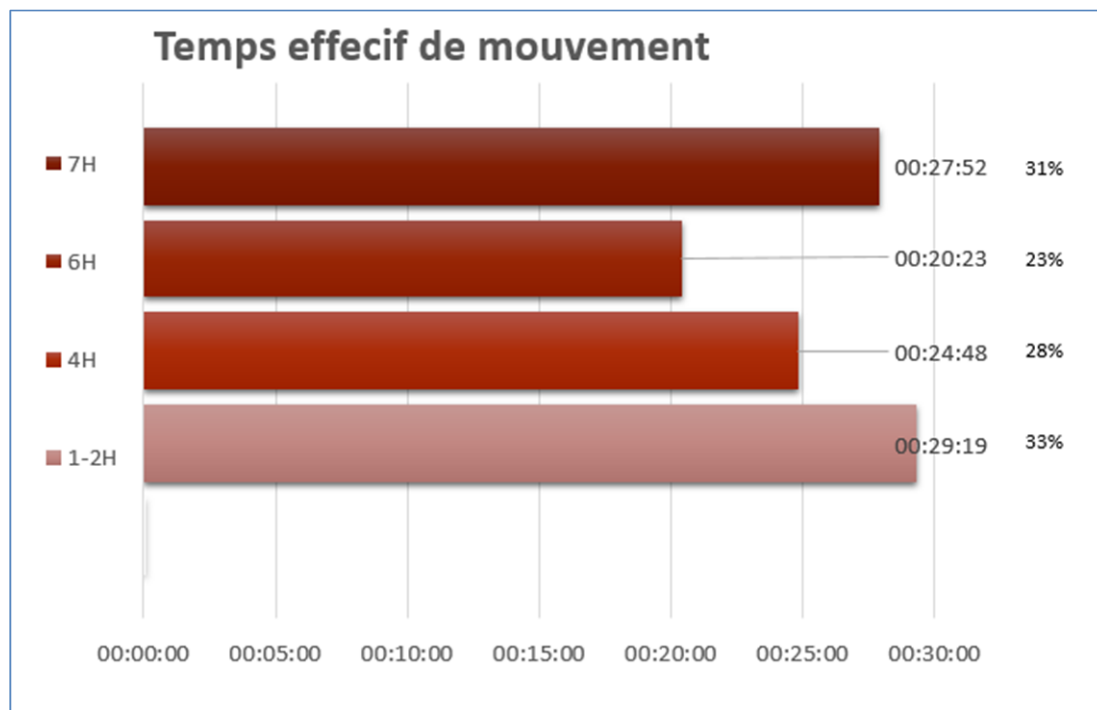


Figure 7 : La durée totale de mouvement lors des leçons

Une première chose remarquée est que la différence de temps effectif de mouvement entre les leçons est de 9 minutes, ce qui correspond à 10%. Aucune leçon n'a été constituée de plus d'un tiers de mouvement. Afin de se représenter un peu mieux la situation, je peux dire que pour une minute de mouvement, il y a au minimum 2 minutes de diffusion de consignes ou autres.

À la suite de mes analyses, je peux ajouter qu'il n'y a pas de différence très marquée entre les deux cycles. La moyenne de temps de mouvement du cycle 1 est de 30,5% et celle du cycle 2 de 27%. Cette légère différence d'un peu plus de 3 minutes peut être surprenante. Nous pourrions partir du principe qu'au cycle 2, les élèves connaissent les différentes règles liées à l'installation/rangement du matériel, par exemple, ce qui devrait entraîner un gain de temps disponible pour l'activité physique et sportive. Toutefois, les enseignants du cycle 2 ont tous les deux effectué une leçon sous forme de postes. Ma constatation est que le temps effectif le plus élevé est celui réalisé par les 1-2H. Les plus petits élèves du cursus scolaire ont fait plusieurs danses en interaction avec l'enseignante, des activités avec des cerceaux et n'ont ainsi pas eu d'installation/rangement de matériel, comme déjà mentionné précédemment.

Si je compare les résultats obtenus avec les recommandations de l'OMS de 2018, je peux affirmer que même lors d'un jour d'EPS à l'école, les élèves doivent effectuer d'autres activités physiques et sportives en complément, afin d'arriver à 60 minutes d'activité physique d'intensité modérée à soutenue. En me basant sur les données récoltées, si l'école souhaite offrir 3x45 minutes effectives d'activités physiques et sportives par semaine, il faudrait prévoir au minimum neuf périodes d'EPS par semaine.

3.2 Entretiens semi-directifs, propos liés au guide d'entretien

J'ai choisi de présenter les propos recueillis lors des entretiens semi-directifs en italique, afin de faciliter la lecture. J'ai effectué une sélection des verbatim qui me semblaient les plus représentatifs des propos abordés lors des entretiens.

3.2.1 Leçon d'EPS

Quant à l'estimation du temps de mouvement durant les 90 minutes de leçon prévues à l'horaire, sur les quatre enseignants interviewés, trois espèrent que les élèves aient été 50 minutes en mouvement. Voici les propos qui illustrent cela :

« C'est une bonne question. Je pense à peu près, en tout cas 45 minutes oui, peut-être 50, 50 minutes. » (Carine, 1-2H)

« J'ai de la peine à dire, mais j'espère que sur les 90 minutes il y ait plus de la moitié. » (Manon, 6H)

« J'aimerais bien que ça soit autour de 60 minutes sur une heure et demie mais ça sera un peu moins. Allez, 50 minutes. » (Robert, 7H)

Ces trois enseignants ont estimé une durée effective de mouvement similaire. Cependant, les deux enseignants du cycle deux utilisent des termes qui retiennent mon attention tels que « j'espère » et « j'aimerais bien ». Ces deux réponses portent à croire qu'ils sont conscients que cette thématique est délicate et ont ainsi probablement été déçus lorsqu'ils ont appris le temps effectif que j'ai obtenu à la suite de mes analyses. Toutefois, l'enseignante de 4H pense que la durée effective est faible et que cela varie beaucoup selon les élèves.

« [...] Alors déjà, étant donné que sur les 2x45 minutes il y a je pense une heure de gym et non pas une heure et demie, je pense que sur cette heure ils sont en mouvement une demi-heure en moyenne. Je pense que certains sont peut-être réellement 10 minutes à fond, même pas, 5-10 minutes et d'autres qui peuvent être plus longtemps en mouvement. » (Sylvie, 4H)

Effectivement, je pense que cela varie fortement selon les élèves. J'ai pu me rendre compte de cela lors de l'analyse vidéo. Je suivais à chaque fois un seul élève pour la leçon et j'ai pu observer que parfois, lorsque l'élève ciblé était en mouvement, certains étaient inactifs et vice versa.

De manière générale, je peux dire que les enseignants sont conscients qu'il y a un temps effectif de mouvement nettement inférieur au temps prévu à l'horaire qui est de 2x45 minutes.

Concernant l'élément qui a pris le plus de temps durant la leçon, seule Manon a estimé cette durée correctement. Pour elle, ce sont les consignes qui ont pris le plus de temps dans le cadre de sa leçon sous forme de postes. Carine et Robert sont optimistes quant au timing de leur leçon et pensent que les élèves ont été majoritairement confrontés à l'activité physique et sportive. Pour Sylvie, le fait d'avoir utilisé les anneaux l'a induite en erreur ; ce n'est pas l'installation/rangement du matériel qui a été la durée la plus longue, mais la diffusion des consignes. Voici les propos en lien avec l'élément pour lequel ils ont pris le plus de temps, récoltés auprès de Sylvie et Robert :

« Alors déjà les consignes, je pense que ça a pris du temps, et là, en l'occurrence avec les anneaux, l'installation du matériel prend également pas mal de temps. Surtout chez les petits, dès qu'on met du matériel en place, c'est une perte de temps. » (Sylvie, 4H)

« Je pense que dans cette leçon-là, ils ont passé plus de temps sur le mouvement que sur les consignes, le matériel ça été assez vite, je dirais le mouvement. » (Robert, 7H)

Avant ma récolte de données, je pensais à une éventuelle durée de consignes plus longue au cycle 1 qu'au cycle 2. Je ne peux ainsi pas établir une correspondance entre la diffusion des consignes et le cycle scolaire quant à leur "niveau d'attention".

Toutefois, Robert cite tout de même un aspect qui nécessite d'être relevé quant à ses stratégies d'enseignement, afin de maximiser le temps de mouvement des élèves :

« Alors, commencer à l'heure, la perte de temps se fait principalement dans les explications je pense surtout quand on introduit un nouveau jeu, il faut vraiment arriver à un moment, dire stop, les élèves pourraient poser des questions pendant une demie heure avec tous les cas de figure possibles [...] On pourrait avoir des questions, des questions, en fait des fois, on se demande si ils ont pas envie de jouer. » (Robert, 7H)

D'après cette remarque, les élèves de 7H, dans ce cas de figure, auraient tendance à profiter des consignes pour en prolonger sa durée en posant des questions parfois "inutiles". Robert cite également un aspect qui lui tient à cœur : commencer à l'heure, qui est une de ses principales stratégies pour maximiser le temps de mouvement des élèves. Cela explique en outre le fait que cet enseignant soit le seul sur les quatre à avoir une leçon de presque 88 minutes, donc très proche du temps prévu à l'horaire. Cela est selon moi une première piste d'action très importante. D'autres pistes d'action sont présentées au point 3.3.

3.2.2 L'implication de l'école dans l'activité physique et sportive

L'implication de l'école dans le cadre des leçons d'EPS

Les enseignants m'ont parlé du rôle de l'école dans le cadre des leçons d'EPS ainsi que l'importance de cette branche, selon eux.

« Alors l'école enfantine, nous avons deux heures toutes les deux semaines, et après ils ont tout de même trois heures par semaine et je trouve que les enfants ne bougent pas assez. [...] Je ne pense pas que ça soit à l'école de les faire bouger. Je pense qu'il y a pas mal de choses à l'extérieur que les parents devraient s'investir pour les amener. Mais c'est vrai que certains s'ils ne vont pas au foot, pas à la gym, pas à autre chose, ils ne font rien d'autre. » (Carine, 1-2H)

« Je pense qu'elle doit permettre aux enfants de pouvoir se défouler, ça leur permet aussi de se changer les idées. Ça permet aussi beaucoup la coopération je trouve,

certes en classe on le voit aussi quand on fait des jeux et autres, mais là les jeux d'équipe et de pouvoir travailler ensemble. » (Sylvie, 4H)

« Pour moi c'est très important, j'accorde une grande importance, parce qu'en plus les élèves qui ne sont peut-être pas bons en maths ou en français peuvent être très bons en éducation physique. » (Manon, 6H)

« Plus que la caricature de leçons à l'école primaire, où on fait que de la balle à deux camps. Donc moi je milite vraiment pour qu'on fasse pas mal d'agrès. [...] J'explique toujours aux élèves, ils sont toujours surpris qu'on peut redoubler avec l'EPS, on peut redoubler avec le dessin. Donc pour moi c'est vraiment une branche au même titre que les autres, alors bien sûr qu'elle est plus ludique, mais nous on sépare vraiment. Le lundi c'est la partie où on a les élèves pendant une heure et demie, et c'est là qu'on va travailler des savoirs spécifiques et on garde la leçon du mercredi plutôt pour du jeu pour mettre en application ce qu'on a pu travailler par exemple dans les leçons du lundi, donc j'essaie vraiment d'avoir ce côté ludique mais aussi apprentissage. Donc elle n'est pas du tout mise en retrait. » (Robert, 7H)

Chaque enseignant parle des bienfaits qu'offre l'école à travers l'EPS. La motricité globale, le défoulement, la coopération, le changement d'idées, l'apprentissage de différents sports et techniques sportives et le mouvement sont cités par les quatre enseignants. Grâce à ces réponses, je peux relever que ces enseignants accordent de l'importance à cette branche scolaire en raison des différents bénéfices qu'apporte cette dernière mais perdent beaucoup de temps avec les consignes. Ils ont également tous mentionné qu'ils ne verraient pas un avenir sans EPS. Robert explique le partage qu'il effectue avec les élèves quant à l'importance qu'il accorde à l'EPS. Je pense qu'il n'y a pas beaucoup d'enseignants qui sensibilisent autant leurs élèves à cette importance et aux enjeux liés à cette branche malgré son côté ludique. Cet enseignant est également beaucoup impliqué dans une association de gymnastique en dehors de sa profession, ce qui explique certainement son dévouement professionnel lors de ses leçons d'EPS.

Toutefois, Carine et Manon ont signalé le fait que plusieurs enfants ne bougent pas assez et qu'il y a donc une nécessité que les parents les impliquent dans des activités physiques et sportives. Carine affirme même que selon elle, ce n'est pas le rôle de l'école de faire bouger les élèves. Un sentiment qui explique peut-être que cette enseignante apporte ce qu'elle peut

durant les leçons mais qu'elle est convaincue que de toute manière son enseignement ne suffit pas pour offrir le temps de mouvement dont auraient besoin les élèves.

L'implication de l'école dans le temps de mouvement des élèves en dehors de l'EPS

« Je pense que dans les petites classes on fait déjà plus de choses, comme déjà à la récréation, on fait des rondes, on fait des courses, on fait des choses pour vraiment les faire bouger. [...] Mais après, moi, ça fait quelques années que je fais aussi l'école bouge, je ne sais pas si vous connaissez ? » (Carine, 1-2H)

« Par rapport au mouvement, mis à part les camps qu'on fait chez les grands, chez les petits je trouve qu'il y a peu de choses d'organisées à côté des leçons. [...] On pourrait mettre plus de choses en place, de les faire bouger comme avec le brin gym et des choses comme ça entre les leçons. » (Sylvie, 4H)

« Quand on faisait le programme de l'école bouge, et bien on les laissait bouger et puis c'était intenable. On avait du matériel, on avait des cordes à sauter, on avait des balles, et ils faisaient ça en classe. » (Manon, 6H)

« Ils se déplacent pour aller dans les différents endroits de l'école. On essaie de faire dans nos camps verts, dans nos camps de ski, dans nos courses d'école. On est deux collègues en 7H, on est plutôt jeunes et sportifs, donc on essaie d'accentuer plutôt sur le mouvement. » (Robert, 7H)

Les éléments que je retire du contenu présenté ci-dessus est que les écoles s'engagent tout de même à assurer des courses d'école et des camps. Ce type d'activités extrascolaires dépend également de la motivation et de l'intérêt des enseignants. Certains profiteront de ces activités pour proposer des activités culturelles aux élèves, et d'autres souhaiteront effectuer des activités physiques et sportives. Toutefois, Manon cite un aspect qui l'interpelle au niveau des activités extrascolaires organisées par l'école :

« Moi je trouve que c'est dommage que certains ne puissent pas y participer ou ne veulent pas y participer, parce que c'est un choix on ne peut pas dire des enfants, mais

les parents qui soutiennent l'enfant qui a pas envie, parce qu'on constate que certains élèves, à chaque fois qu'il y a une sortie, ils ne sont pas là, ils sont malades. » (Manon, 6H)

On peut voir que la part de motivation des enseignants ne suffit parfois pas pour impliquer tous les élèves. Les parents ont également un rôle primordial dans cette thématique qui commence par le simple fait de ne pas excuser leur enfant sans motif réel.

Lors des journées ordinaires à l'école, les pauses peuvent être exploitées pour favoriser le mouvement. Le programme de "l'école bouge" a été cité lors de mes entretiens, mais quelques aspects négatifs en sont ressortis. De plus, plusieurs enseignants, notamment à la suite de partages avec des collègues lors de stages ou remplacements, citent la difficulté à devoir retrouver l'attention des élèves lorsqu'ils effectuent des activités en mouvement lors des pauses de 5 minutes. Ces situations ne sont pas confortables et ont bien souvent été abandonnées par les enseignants, afin de favoriser le bon déroulement des leçons en classe. Cependant, lors de la grande pause, le matériel mis à disposition par "l'école bouge" est totalement adapté et est une source de motivation pour les élèves. Robert partage son scepticisme par rapport aux exercices en classe lors des petites pauses, et explique tout de même les éléments positifs des activités proposées pour les pauses de 10 heures.

« Alors je trouve très bien l'école bouge pour les pauses de 10 heures [...] Je suis beaucoup moins convaincu de l'école bouge en classe pendant les 5 minutes. Cette année, j'ai 24 élèves, la classe est petite, si ils commencent les 24 à jongler, à jouer avec des balles, pour moi c'est juste l'enfer. » (Robert, 7H)

Trois périodes hebdomadaires d'EPS

J'ai souhaité aborder la question du nombre de périodes hebdomadaires qui devraient être réalisées en fonction de la loi fédérale sur l'encouragement du sport et de l'activité physique mentionnée au point 1.2.7. La loi dit que l'école doit prévoir au moins trois périodes hebdomadaires d'éducation physique. Lors de ma pratique de l'enseignement, je me suis rendu compte que parfois, cette loi n'était pas respectée. Le manque de halle de gym en était bien souvent la cause. C'est la raison pour laquelle j'ai souhaité avoir l'avis des enseignants interviewés.

« À l'école primaire et à l'école secondaire, c'est beaucoup plus respecté parce que c'est vraiment dans leur programme, tandis que nous à l'école enfantine on n'a pas forcément trois heures de gym, trois heures de maths, trois heures de français, on prend vraiment ce qu'il reste. C'est pour ça que nous ici, dans notre village, on a mis en place qu'on a nos deux heures toutes les deux semaines, plus la rythmique en tout cas une leçon par semaine. » (Carine, 1-2H)

« Les trois leçons oui, sauf quand on dit trois leçons, on verrait sûrement tous 3x45 minutes et je pense qu'on est rarement à 3x45 minutes. C'est sûr que le mouvement des élèves est encore moins élevé mais je trouve qu'on perd beaucoup de temps, en tout cas ici dans notre école parce qu'on fait rendez-vous devant l'école pour être sûr au niveau de la sécurité pour aller vers les halles. On perd déjà du temps pour y aller, se changer, et à 15h05 on doit déjà être de retour devant l'école. » (Sylvie, 4H)

« Alors, actuellement, j'espère, mais je sais que notamment à ***, ils ont construit la salle de *** en 1987, [...] Donc il y avait pas d'endroit, l'école de *** n'avait pas non plus des heures, donc les jeunes de cette école n'avaient pas non plus de gym. [...] C'est que y a pas d'infrastructure ou pas suffisamment, donc maintenant, à l'heure actuelle, je pense que quand même, j'espère que tout le monde a ces 3 périodes. » (Manon, 6H)

« Je pense qu'elle est très bien respectée en tout cas dans notre village, je sais que c'est pas le cas partout après c'est plutôt des soucis de halles de gym qui font que certaines fois c'est juste pas possible. » (Robert, 7H)

Les quatre enseignants pensent que les trois périodes sont aménagées à l'horaire mais mentionnent le fait que parfois, il y a une leçon à réaliser dehors par manque de halle de gymnastique et d'infrastructures.

De manière générale, je peux dire que les enseignants n'arrivent pas à réellement répondre de manière claire à la question. Les avis et les propos sont partagés, c'est pourquoi je souhaite ici développer les propos de chaque enseignant.

Carine cite le fait que dans sa classe de 1-2H, il n'y ait pas les trois leçons mais qu'elle compense cela d'une autre manière en effectuant diverses activités à côté de l'EPS. Donc à l'horaire, rien d'officiel ne figure si ce n'est les deux périodes une semaine sur deux. Elle confie également que dans les écoles qu'elle connaît, il y a deux leçons par semaine au moins.

Sylvie met le doigt sur une certaine subjectivité de ces trois périodes, puisqu'un grand nombre de facteurs dépendent de cela, notamment les infrastructures, mais également l'organisation liée au déroulement des leçons comme la question des déplacements par exemple. Doit-on donner rendez-vous aux élèves à la halle, y allons-nous tous ensemble ? Des questions qui surgissent fréquemment dans les salles des maîtres, puisque selon les situations, les enseignants sont craintifs quant au fait de laisser les élèves se déplacer seuls.

Manon mentionne un cas concret de manque de halles de gymnastique qu'elle a vécu au début de sa carrière d'enseignante. Toutefois, elle espère qu'aujourd'hui toutes les classes parviennent à respecter la loi citée précédemment.

Pour terminer, Robert pense que cela n'est pas respecté partout mais que les enseignants aménagent d'autres activités pour compenser la ou les leçons qui manquerai(en)t à l'horaire hebdomadaire. Il est cependant reconnaissant que dans le village dans lequel il enseigne, cela puisse être respecté grâce aux deux halles de gymnastique.

On peut donc voir que le respect de cette loi varie en fonction des villages, des infrastructures et des emplacements des écoles. Tous les villages qui ont une école n'ont pas forcément de halle de gymnastique, ce qui implique des déplacements et du temps à aménager au programme de la semaine pour s'y rendre. Je fais une parenthèse sur la thématique des leçons de piscine qui est également problématique. Je cite cela suite à mes différentes expériences, car parfois le nombre de leçons consacré à la piscine est restreint par faute de barrière budgétaire, de temps de déplacement et de disponibilité de la piscine qui accueille des classes de plusieurs communes. Cette difficulté peut être similaire pour certains établissements lorsqu'il s'agit d'aménager trois périodes d'EPS à l'horaire de toutes les classes. Toutefois, dans les cas où les enseignants n'ont pas de halle de gymnastique pour leur troisième heure hebdomadaire ou qu'ils n'ont simplement rien qui figure à l'horaire, comme l'a cité Carine en 1-2H, la motivation de l'enseignant jouera un grand rôle dans l'aménagement ou non d'une période d'EPS hors de la halle de gymnastique.

Robert explique que la troisième leçon est parfois réalisée sous forme de marche par exemple ou n'est simplement pas réalisée. Je trouve important que les établissements aient un petit peu de matériel au sein de l'école. Cela permet d'encourager les enseignants à prévoir des activités sportives en extérieur malgré certaines complications citées ci-dessus. Dans le cas où les trois périodes d'EPS ne sont pas prévues à l'horaire ou ne peuvent pas toutes être réalisées en halle, les directions scolaires ont un rôle primordial à tenir envers les enseignants. Il me paraît ainsi très important qu'en premier lieu, la sensibilisation à la thématique que je développe soit perçue au sein des directions.

3.2.3 La pratique sportive de manière générale (en dehors de l'école)

Je trouvais nécessaire de connaître l'avis des enseignants quant à la pratique d'activités physiques et sportives des élèves en dehors de l'école. Il est évident que les enseignants ne sont pas au courant de toute la vie privée des élèves, mais ils ont tout de même une vision générale de leur implication dans des clubs, associations sportives et autres.

J'ai souhaité connaître ce qu'évoque le terme de mouvement pour les enseignants interviewés, relever l'importance qu'ils y accordent ainsi que la manière dont ils perçoivent la pratique d'activités physiques et sportives hors temps scolaire. Voici quelques réponses :

« Alors je pense que dans ma classe, sur les 17, il y en a un petit tiers, je pense qu'ils font une autre activité sportive à côté, foot, judo, danse, gym et les autres, si on n'allait pas à la gym avec l'école, à part marcher jusqu'à la maison et courir à la récréation, je pense que... » (Carine, 1-2H)

« Il y en a pas mal qui ont des sports à côté ou ils entreprennent pas mal de choses avec les parents, que ça soit des promenades, des choses toutes bêtes et il y en a d'autres, à part rentrer et se poser, on voit qu'il n'y a pas de mouvement qui est fait là derrière. » (Sylvie 4H)

« Je trouve que c'est primordial parce qu'à l'heure actuelle avec la nourriture qu'on a qui est quand même un peu moins saine, peut-être un peu moins saine et je ne veux pas généraliser parce que je veux pas mettre tout le monde dans le même sac. J'entends, c'est quand même important de se bouger, parce que c'est prouvé que à tous âges, c'est pas seulement les enfants, que si on se bouge on a moins de risque

de plein de choses, donc c'est important d'inculquer ça depuis tout petit. Je pense que l'enfant il a plaisir, il se bouge. » (Manon, 6H)

« Alors dans le village, la plupart des élèves font partie d'une société, il y en a quand même beaucoup. Après y a toujours des élèves où en fait on voit qui passent leur temps à la maison derrière les ordinateurs ou derrière les consoles de jeux, ça c'est un petit peu dommage, mais c'est quand même une minorité » (Robert, 7H)

Tous pensent que la pratique est importante et que cela peut varier fortement selon les élèves, car certains pratiquent beaucoup d'activités, et d'autres ne font pas grand-chose en dehors de ce qui se passe à l'école. Les sociétés de village sont mentionnées comme étant de bonnes manières d'offrir des opportunités d'activités physiques et sportives pour les enfants du village.

60 minutes par jour d'activités physiques et sportives

"Les enfants et jeunes gens âgés de 5 à 17 ans devraient accumuler au moins 60 minutes par jour d'activité physique d'intensité modérée à soutenue" (OMS, 2018).

J'ai demandé aux enseignants s'ils pensaient que les recommandations de l'OMS reflétaient la réalité, voici leurs réponses :

« Pas du tout, non. Alors je pense que dans certaines familles, oui car le week-end, ils sortent, ils bougent, mais par jour, 60 minutes, ils ne les font jamais. » (Carine, 1-2H)

« Non, je pense que ça ne reflète pas la réalité, mais je pense que dans certaines familles, oui, parce que c'est vrai, d'après ce qu'ils racontent, leur vécu, on voit que ça peut être réel, mais il y a beaucoup, beaucoup de familles où ce n'est pas le cas. Je pense que les écrans ont fait que ça a bien envahi leur quotidien aussi. » (Sylvie, 4H)

« Alors tout dépend de l'enfant, si il fait un sport enfin, si il fait partie d'une société sportive en dehors de l'école, parce que les trois leçons d'éducation physique ne suffisent pas à garder ce taux. » (Manon, 6H)

« Alors par jour, clairement, il y en a plein qui n'y sont pas. [...] Pour moi, c'est lié à la société qui fait que les parents travaillent de plus en plus, et du coup, il y a peut-être moins de temps dans certaines familles pour justement inscrire son enfant à un club, de l'amener, de le suivre. » (Robert, 7H)

À la suite des extraits de réponses obtenues, je peux mettre en évidence que tous les enseignants pensent que les élèves ne parviennent pas à effectuer 60 minutes d'activité physique et sportive par jour.

Un changement de société est mentionné en raison de l'utilisation des écrans notamment. L'emploi du temps des parents, qui est plus chargé qu'auparavant, peut être la cause du manque d'activité de leurs enfants. Dans une société où les gens de classe moyenne n'ont pas d'autre choix que d'avoir les deux parents qui travaillent, les possibilités d'offrir à leurs enfants des moments d'activités physiques et sportives deviennent rares. Les parents, en raison de ce tournant dans la société, n'ont parfois pas d'autre choix que de les placer à l'école à journée continue ou de les laisser devant les écrans avant leur retour à la maison. De cette manière, les enfants ne parviennent pas à une heure de mouvement quotidiennement. Il est certain que de se rendre à pied à l'école permet aux enfants d'accumuler déjà quelques minutes au compteur quotidien. Pourtant, les enseignants, que ce soit lors de mes entretiens ou partages lors de mes pratiques, manifestent leur inquiétude au sujet de l'augmentation du nombre d'élèves qui se font conduire à l'école par des adultes.

Manon relève positivement le fait que de nombreuses activités sont proposées par les clubs et associations sportives. Mais elle remarque que malgré une implication au sein d'un sport en dehors de l'école, les enfants ne se rendent jamais tous les jours à l'entraînement. Autrement dit, même les enfants qui ont la chance d'avoir une activité sportive durant leur temps libre n'arrivent probablement pas à répondre aux recommandations de l'OMS.

Sylvie a lu les recommandations de l'OMS aux élèves. Ils ont été très surpris et se sont questionnés quant à ces chiffres. Curieux, les élèves ont souhaité calculer toutes leurs durées de mouvement, durant plusieurs jours. Les élèves sont encore relativement petits, il est possible que cette réaction fût spontanée sans grand impact à long terme. Toutefois il y a eu une réaction ce qui est, selon moi, tout de même très positif.

Je trouve que les réponses obtenues sont générales. Il est difficile pour les enseignants d'être précis, puisque cela varie fortement selon les élèves. Je ne peux donc pas en tirer quelque chose d'objectif.

L'évolution de la pratique d'activités sportives chez les élèves

J'ai demandé aux enseignants de donner leur avis sur l'évolution de la pratique d'activités physiques et sportives des élèves et d'indiquer s'ils voyaient un changement depuis le début de leur carrière. Dans ce travail, j'ai choisi de présenter quelques réponses obtenues, les voici :

« Ça a aussi beaucoup évolué question programme, discipline. On fait plus la police maintenant qu'auparavant je trouve. [...] maintenant on fait de l'éducation en plus de l'enseignement, avant on faisait de l'enseignement. [...] Je pense que l'extrême qui est de trop être occupé physiquement est vraiment minime par rapport à je ne fais rien, j'arrive à la maison, je me mets derrière la télévision. » (Carine, 1-2H)

« Ça me fait peur, quand je vois comment évoluent ne serait-ce que l'école et les problèmes qu'on a maintenant, on était loin de penser à ça il y a 40 ans. [...] Je crois que c'est lié au système qui veut que les enfants viennent toujours plus petits, que les parents placent leurs enfants soit à l'école à journée continue, ces choses-là n'existaient pas. » (Manon, 6H)

Les enseignants signalent un changement de pratique des élèves. Ils pensent que de manière générale, les élèves ne sont pas moins occupés sportivement qu'auparavant, mais mettent en évidence une différence toujours plus grande. Cette différence est marquée chez les élèves qui pratiquent des activités physiques et sportives de manière excessive, et ceux qui au contraire, ne font strictement rien. Je comprends ainsi qu'il n'y a plus réellement d'enfants "dans la moyenne". Il y en a toujours plus qui ne font aucune activité physique et sportive et le reste qui est dans l'excès de la pratique. Il y a une réelle contradiction dans cette évolution, il n'y a pas de tendance qui se généralise. Les enseignants mentionnent un changement de société, ce qui pourrait expliquer cette différence toujours plus grande. Robert reporte que certains élèves ne connaissent pas l'enjeu principal du sport qui est de se faire mal pour pouvoir progresser. Lors de l'apprentissage des branches principales comme les maths par exemple, les élèves savent très bien que c'est en s'entraînant et en répétant des formules qu'ils parviendront à acquérir des savoirs. Je pense donc que les élèves n'ont de manière générale malheureusement pas encore ancré les enjeux de cette branche à part entière, comme l'a partagé Robert lors de l'entretien.

Carine qui enseigne chez les petits de 4 à 6 ans trouve que son métier a également changé depuis le début de sa carrière. Aujourd'hui, son rôle, en plus de l'enseignement, est aussi d'éduquer partiellement les jeunes enfants qu'elle a face à elle. Autrefois, la thématique de l'éducation intervenait nettement moins au sein du cercle scolaire.

Face à cela, je suis surprise, car au début de mon travail, je pensais que les enseignants allaient signaler une forte augmentation et généralisation du nombre d'enfants qui ne font aucune activité physique et sportive. Ils mentionnent le fait que les écrans et la technologie sont parfois des moyens faciles pour les parents de faire en sorte que leurs enfants restent tranquilles, mais expliquent aussi que certains enfants sont surmenés au niveau de la quantité d'activités. Dans les deux extrêmes, on peut en déduire que les enfants sont moins sous les yeux de leurs parents, ce qui pourrait expliquer certains changements. Je n'ai donc pas de réponse précise à ma question, de la part des enseignants interviewés.

À la suite de cela, j'ai cherché à trouver une réponse plus précise dans des références publiées et j'ai ainsi consulté les résultats de l'enquête « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC) 2014 et évolution au fil du temps. Cette recherche était orientée vers l'évolution des habitudes alimentaires, de l'activité physique, de l'usage des écrans et le statut pondéral chez les élèves de 11 à 15 ans en Suisse entre 2002 et 2014. Voici un extrait de résultats présentés concernant l'évolution de la part d'élèves de 11, 13 et 15 ans qui sont inactifs selon le sexe.

Si l'on compare les prévalences enregistrées en 2014 avec celles de 2002 cette fois-ci, on constate une augmentation significative parmi les garçons de 13 ans uniquement. Les différences dans les autres sous-groupes ne sont pas significatives¹⁸⁴, y compris la baisse entre 2002 et 2014 parmi les filles de 11 ans. On peut par conséquent conclure que les prévalences pour 2014 se situent à un niveau proche de celui de 2002 dans la plupart des groupes d'âge. (Archimi, Eichenberger, Delgrande Jordan & Kretschmann, 2016, p. 142)

Comme je l'ai déjà cité, je n'ai pas réussi à avoir une réponse précise. Toutefois, cela est dû au fait qu'il y a eu des variations durant ces dernières années, mais si l'on compare les chiffres, il y a cinq ans, les enfants ne bougeaient pas réellement moins qu'il y a une quinzaine d'années.

3.3 Pistes d'action

À la suite de ma recherche, je tenais à effectuer un recueil de pistes d'action à mettre en place lors des leçons d'EPS ou en dehors de ces leçons, afin de maximiser le temps de mouvement des élèves. Les pistes sont présentées de manière synthétique de façon à donner des idées à mes lecteurs. Il est évident que toutes les pistes proposées ne sont pas applicables dans toutes les situations selon l'emplacement et les directives de l'établissement scolaire. Cependant, ce sont toutes des choses qui ont été mises en place auparavant.

Pratiques des enseignants interviewés

- * Effectuer des danses du type "zumba", l'enseignant étant le miroir sur lequel les élèves doivent prendre exemple (Carine 1-2H)
- * Aménager des postes dans lesquels les élèves peuvent être indépendants lorsque l'enseignant doit s'occuper d'une seule partie de la classe, par exemple lors de leçon d'agrès. Le but est d'éviter les colonnes d'élèves qui attendent (Sylvie 4H)
- * Installation du matériel par groupes (Sylvie 4H)
- * Ne pas interrompre les élèves à plusieurs reprises et les rassembler au centre pour donner des consignes. Les donner en début d'activité (Manon 6H)
- * Débuter la leçon à l'heure qui figure sur l'horaire (Robert 7H)
- * Envoyer les élèves aux vestiaires à l'heure de la fin de la leçon et non pas avant (Robert 7H)
- * Stopper les questions inutiles des élèves (Robert 7H)

Pratiques développées suite à mon expérience et aux échanges entre collègues

- * Effectuer les équipes soi-même
- * Demander à chaque élève de se munir d'une gourde, cela évitera les trajets jusqu'aux WC pour aller boire
- * Sensibiliser les élèves à la thématique du mouvement et de son importance en appuyant par exemple les propos avec des recommandations
- * Organiser des petits défis sportifs au sein de la classe

- * Donner des tâches ou défis physiques à réaliser durant la semaine. Cela pourrait faire office de devoir à réaliser et qui serait choisi par chaque élève. Cette piste d'action a surgi lors d'un cours de sciences de l'éducation en traitant la thématique des devoirs à domicile. Le but est de proposer des activités physiques dans le plan des devoirs, et laisser le choix aux élèves quant à la tâche à réaliser au cours de la semaine
- * Travailler en interdisciplinarité, ne pas hésiter à sortir avec les élèves

Pratiques au sein des établissements et du système scolaire

- * Informer les parents que les élèves doivent être prêts à l'heure du début de la leçon
- * Informer que les élèves sont envoyés aux vestiaires à l'heure à laquelle la leçon se termine selon l'horaire. Les élèves ne sont ainsi pas de retour devant l'école pour la fin officielle de la leçon
- * Effectuer des camps de ski ou nature, durant lesquels les élèves pratiquent du sport
- * Lors de courses d'école, veiller à ce que les déplacements se réalisent un maximum sans transport en commun ; favoriser la marche ou le vélo
- * Se procurer du matériel qui permet aux élèves de bouger lors des grandes pauses
- * Négocier des arrangements auprès d'infrastructures sportives pour les écoliers, en dehors du temps scolaire (téléski, patinoire, piscine, etc...)
- * Organiser des matchs de foot ou autres sports lors des pauses de 10 heures, du type "Coupe du Monde de l'école"
- * Proposer des cours d'EPS facultatifs aux élèves en dehors du temps scolaire

Conclusion

Synthèse générale du travail

Grâce à ce travail, j'ai pu me rendre compte que bien moins de la moitié du temps des doubles périodes d'EPS est utilisée pour le mouvement. J'espère partager autour de moi les résultats de ma recherche et ainsi faire évoluer les pratiques au sein des écoles. Il est certain que je ne vais pas réussir à révolutionner le système, mais je trouve important et impératif qu'une prise de conscience au sein des établissements scolaires se fasse.

Les enseignants interviewés ont relevé un changement de société. Ils ont également mentionné la thématique des écrans qui envahissent toujours plus notre quotidien chez les jeunes comme chez les moins jeunes. Il est du ressort des enseignants de sensibiliser les élèves, car certains passent bien plus de temps avec leurs enseignants qu'avec leurs propres parents.

Je peux désormais revenir à ma question de recherche : ***Comment faire pour utiliser à bon escient le temps des leçons d'EPS pour que les élèves bougent un maximum ?***

Selon moi, il est du ressort des enseignants de se montrer bienveillants envers les enfants en leur parlant des thématiques qui posent ou poseront problème à moyen ou à long terme. Il est donc impératif que les enseignants mettent en place des stratégies afin de maximiser le temps de mouvement des élèves lors des leçons d'EPS particulièrement. Plusieurs pistes d'actions sont proposées au point 3.3. Débuter la leçon à l'heure est selon moi la première piste d'action à mettre en place. À la suite des résultats obtenus, je peux dire qu'il est important que les enseignants soient efficaces et concis dans leur diffusion des consignes. Mon hypothèse a été confirmée ; une grande partie du temps de la leçon est utilisé à cette fin, c'est pourquoi il y a réellement un travail à faire dans ce domaine.

La recherche que j'ai menée reflète quelques situations à des moments bien précis ainsi que des points de vue personnels des enseignants. C'est la raison pour laquelle il m'est impossible de généraliser les résultats obtenus et interprétés. Je pense tout de même que le fait que les quatre enseignants aient obtenu des temps effectifs de mouvement proches et qu'ils aient à plusieurs reprises mentionné les mêmes choses reflète convenablement une certaine réalité.

Quant aux entretiens, ils m'ont aussi permis d'enrichir mes observations des leçons d'EPS. Grâce aux propos des enseignants, j'ai pu établir qu'il n'y a pas d'éléments significatifs propres à chaque cycle, puisque les propos se regroupaient de manière générale. L'enseignante de 1-2H a parfois cité des éléments qui n'étaient pas forcément repris par les autres enseignants,

mais je trouve que ces éléments se rapportent aux faits que cette enseignante est face à des enfants qui découvrent le système scolaire et la vie en groupe.

Comme je l'ai cité ci-dessus, je pense qu'il y a un travail à effectuer et des pistes d'action à mettre en place lors des leçons d'EPS, mais je reste persuadée que le problème est plus conséquent que cela. Un travail au niveau de la vie globale au sein des établissements scolaires doit se faire. Dans tous les cas, si les enseignants arrivent à maximiser le temps effectif de mouvement de manière très efficace, il restera une majorité d'élèves qui ne pratiquera pas suffisamment d'activités physiques et sportives afin de répondre aux recommandations liées à la santé. Je trouve très important que les enseignants se concentrent sur les élèves qui pratiquent le moins d'activités, tout en ayant un regard sur les élèves qui seraient dans l'excès de la pratique. Il est évident que les enseignants n'ont aucun jugement à faire quant aux pratiques privées, mais il est préférable de garder une vue d'ensemble afin de se montrer bienveillants avec les élèves.

Au terme de mon travail et après mes nombreuses réflexions sur la thématique du temps effectif d'EPS qui est selon moi réellement trop faible, je pense qu'il est nécessaire que les enseignants sensibilisent les élèves à la thématique en instaurant une organisation plus cadrée lors de ces leçons. Cela ne demande pas un enseignement plus strict mais simplement de mettre en évidence l'importance de cette discipline. Je prétends que cela pourrait être une grande source de motivation et de prise de conscience pour les élèves de l'importance de pratique des activités physiques et sportives quotidiennes. La restructuration de cette branche permettrait de diminuer le temps utilisé à d'autres fins que le mouvement et offrirait un temps maximum d'activités physiques et sportives aux élèves. Néanmoins, la motivation de l'enseignant doit être présente afin de donner sens à ces objectifs de changements. Un enseignant motivé sera également plus efficace dans les propositions d'activités physiques et sportives en dehors des leçons d'EPS, lors du temps scolaire. Un enseignant motivé devrait se questionner, partager ses expériences avec ses collègues et cela serait déjà probablement un début de changement, afin de maximiser les activités physiques et sportives des élèves.

Autoévaluation critique

Concernant mes choix de recherche, je suis très satisfaite d'avoir travaillé avec des classes de chaque demi-cycle d'un même village. Je me suis rapidement rendu compte que ce choix a permis d'avoir une vue d'ensemble du cursus primaire. Toutefois, je m'aperçois que de n'avoir fixé qu'une seule contrainte aux enseignants, liée au matériel, a fait que les contenus de leçon ont été très diversifiés. Les contenus ont été difficiles à comparer, mais cette diversité m'a permis de voir si le contenu des leçons avait un impact direct sur le temps effectif.

Lors de l'élaboration du travail, il est arrivé que je me sois retrouvé dans des situations de doute, notamment au début. J'espérais que les choses puissent se concrétiser assez rapidement, et j'ai ainsi eu la chance que les enseignants que je souhaitais impliquer dans ma récolte de données aient accepté cette demande. Cela m'a permis de rapidement débiter le travail, ce qui fut une grande source de motivation pour moi.

Je suis convaincue que ce travail m'a beaucoup apporté pour ma pratique future. L'intérêt que je porte à cette thématique a fait que je me suis encore plus sensibilisée à celle-ci et que je vais poursuivre mes lectures liées au mouvement chez les jeunes.

Perspectives d'avenir de recherche

Si j'avais l'occasion de poursuivre le travail, je m'intéresserais aux variations de temps effectifs de mouvement selon l'intensité des leçons d'EPS. Je souhaiterais élaborer des leçons "type" de différentes intensités. Il resterait à voir dans ce cas de figure, si je choisirais un échantillonnage ciblé sur un seul cycle ou un seul degré, par exemple. Je trouve très frustrant d'élaborer un travail, sachant qu'il est impossible de tenir compte de tous les facteurs. C'est pourquoi je trouverais intéressant de pouvoir aller plus loin dans les recherches liées à cette thématique. Je souhaiterais réaliser un travail sur un long terme, en suivant quelques classes et en observant plusieurs de leurs leçons.

Bibliographie

- Archimi, A., Eichenberger, Y., Kretschmann, A., & Delgrande Jordan, M. (2016). *Habitudes alimentaires, activité physique, usage des écrans et statut pondéral chez les élèves de 11 à 15 ans en Suisse - Résultats de l'enquête « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC) 2014 et évolution au fil du temps (Rapport de recherche No 78)*. Lausanne : Addiction Suisse
- Baconnais, M., & Sberro, F. (1998). *Une année d'E.P.S. à l'école, Cycle 2, 50 séances préparées et jeux*. Paris : Amphora.
- Baconnais, M., & Sberro, F. (2002). *Une année d'E.P.S. à l'école, Cycle 1, 50 séances préparées et jeux*. Paris : Amphora.
- Bigler, M. (2010). *Mouvement et éducation physique*. Mémoire de Bachelor, La Chaux-de-Fonds, HEP-BEJUNE, 2010.
- Bompa, T. O. (2000). *Total Training for Young Champions*. Windsor : Human Kinetics.
- Bordes, P. (2005). Influence des modalités de regroupement des élèves sur leurs progrès moteurs : Étude quasi expérimentale en situation d'enseignement. *Carrefours de l'éducation*, 20(2), 3-11.
- Dupin de Saint-André, M., Montésinos-Gelet, I. & Morin, M. (2010). Avantages et limites des approches méthodologiques utilisées pour étudier les pratiques enseignantes. *Nouveaux cahiers de la recherche en éducation*, 13 (2), 159–176.
- Klesli, E. (1995). Education physique féminine entre 1900 et 1930. *Société suisse d'histoire économique et sociale*, 13, 195-202
- Lamprecht, M., Fischer, A., Wiegand, D. & Stamm, H.P. (2015) : Sport Suisse 2014 : Rapport sur les enfants et les adolescents. Macolin : Office federal du sport OFSPO.
- Martineau, S. (2005). L'observation en situation : enjeux, possibilités et limites. *Actes du colloque l'instrumentation dans la collecte des données*, UQTR, 26 novembre 2004, ISSN 1715-8702.
- Mengisen, W., Ulrich, W. & Schmidt, M. (2011). *Mise en oeuvre d'un instrument national d'observation de la qualité de l'éducation physique et sportive*. Macolin : Office fédéral du sport OFSPO.
- Piéron, M. (1992). *Pédagogie des activités physiques et du sport*. Paris : Revue E.P.S.
- Rey, A. (2002). *Le Robert Micro*. Paris : Le Robert.
- Rothenfluh, E., Hunziker, A., & Murer, K. (2002). *Mouvement et santé, Manuel pour la 1ère - 4ème année scolaire*. Berne : Ingold.
- Rothenfluh, E., Hunziker, A., & Murer, K. (2002). *Mouvement et santé, Manuel pour la 5ème - 9ème année scolaire*. Berne : Ingold.
- Siedentop, D. (1994). *Apprendre à enseigner l'éducation physique*. Montréal : Gaëtan Morin.
- Veya, F. (2014). *L'installation de matériel en éducation physique et sportive ; Analyse de l'outil minimat*. Mémoire de Master, Fribourg, Université, 2014.

Webographie

Assemblée fédérale de la Confédération suisse. (2011, 17 Juin). *Loi fédérale sur l'encouragement du sport et de l'activité physique*. Consulté le 10 août, 2018 sur admin : <https://www.admin.ch/opc/fr/classified-compilation/20091600/index.html>

Bovet, P., Chiolero, A., & Paccaud, F. (2008, 12 Mars). *Surpoids chez les enfants et les adolescents : épidémiologie et prévention*. Consulté le 8 août, 2018 sur revmed : <https://www.revmed.ch/RMS/2008/RMS-148/Surpoids-chez-les-enfants-et-les-adolescents-epidemiologie-et-prevention>

CDIP. (2005, 28 Octobre). Education au mouvement et promotion de l'activité physique à l'école. Consulté le 13 août, 2018 sur edudoc : https://edudoc.ch/record/30017/files/Erklaerung_bew_f.pdf

CIIP. (2010, 2016). PER (Plan d'Etudes Romand). Consulté le 10 août, 2018 sur plan d'étude : <https://www.plandetudes.ch/>

Groupe scolaire de l'OFSPPO en collaboration avec les partenaires. (2010, 6 Juin). *Encouragement du sport*. Consulté le 9 août, 2018 sur baspo.admin : <https://www.baspo.admin.ch/fr/encouragement-du-sport/sport-a-lecole/bewegte-schule.html>

Office fédérale du sport OFSPPO. (s.d.). *Sport à l'école*. Consulté le 13 août, 2018 sur OFSPPO : <https://www.baspo.admin.ch/fr/encouragement-du-sport/sport-a-lecole.html>

OMS. (2018, 12 Avril). *Activité physique pour les jeunes ; Recommandations pour les jeunes âgés de 5 à 17 ans*. Consulté le 18 juillet, 2018 sur Organisation mondiale de la santé : http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_young_people/fr/

OMS. (s.d.). *Stratégie mondiale pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé ; Quelles sont les causes du surpoids et de l'obésité chez les jeunes ?*. Consulté le 18 juillet, 2018 sur Organisation mondiale de la santé : https://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_why/fr/

Réseau suisse Santé . (2013, Mai). *Recommandation d'activité physique pour les enfants et des adolescents*. Consulté le 14 Août , 2018 sur hepa : <https://www.hepa.ch/fr/bewegungsempfehlungen.html>

Annexes

Annexe 1 – Courriel de contact avec les enseignants

Bonjour Madame, Monsieur,

Je vous contacte dans le cadre de mon travail de mémoire qui porte sur le temps effectif de mouvement des élèves lors de leçons d'EPS. Je suis actuellement à la recherche d'enseignants qui accepteraient de participer à mon travail de recherche.

Celui-ci porte sur des observations lors d'une double leçon d'EPS concernant le temps de mouvement chez les élèves. Dans l'idéal, cela serait bien si je pouvais récolter mes données durant une double période d'EPS qui se déroule entre fin août et les vacances d'automne. Il reste à voir selon mon horaire de la HEP, si je peux venir moi-même assister à la leçon ou si je dois vous fournir une caméra.

Concernant la matière, la seule contrainte serait que cela soit une leçon qui nécessite l'installation de matériel. Quelques semaines après la leçon, nous effectuerions un entretien d'une trentaine de minutes.

Accepteriez-vous de participer à ma recherche ?

Je me porte à votre disposition si vous souhaitez que l'on se rencontre afin que je puisse clarifier mon travail.

En vous remerciant déjà d'avance et en espérant que vous avez passé de très belles vacances d'été, je vous adresse Madame, Monsieur, mes cordiales salutations.

Charlotte Erb

Annexe 2 – Lettre de demande à la direction

Madame, Monsieur,

Par cette lettre, je vous informe que dans le cadre de mon Mémoire professionnel de Bachelor, je souhaite récolter mes données dans quatre classes de votre établissement. Ma recherche porte sur la durée effective du mouvement chez les élèves durant les leçons d'éducation physique et sportive. Les leçons doivent être filmées afin d'améliorer le traitement des données.

J'ai pris contact avec [REDACTED]. Ils ont tous les quatre été d'accord que je récolte mes données durant une de leurs leçons d'EPS de deux périodes, d'ici les vacances d'automne. Je leur ai également fourni une lettre à transmettre aux parents, afin d'avoir l'accord de ces derniers quant à un captage vidéo sur lequel il sera possible de visualiser leur enfant.

Pour cela, je m'engage à respecter *le code d'éthique de la recherche pour les Hautes Ecoles Pédagogiques* que je joins à ce mail. Les vidéos et les notes prises durant les observations seront réalisées dans une perspective uniquement professionnelle et me permettront de recueillir les informations et observations nécessaires à la réalisation de mon travail. Les images et les notes ne sortiront pas du cadre de ma recherche et n'apparaîtront pas sur internet. Je tiens à relever que les images seront détruites lors de la réussite de mon travail.

Par cette lettre, je demande l'accord de la direction afin de pouvoir démarrer mes récoltes de données au sein de votre établissement.

Je suis à votre disposition pour toutes questions ou précisions.

Dans l'attente d'une réponse de votre part et en vous remerciant de toute l'attention que vous aurez porté à ma lettre, je vous adresse mes salutations les plus cordiales.

Charlotte Erb

Annexe 3 – Exemple de la lettre de demande aux parents

Chers parents,

Je suis actuellement en dernière année de formation pour l'enseignement primaire à la HEP-BEJUNE de Delémont et réalise mon Mémoire de Bachelor (travail de fin d'étude).

Mon travail porte sur le temps de mouvement chez les élèves durant les leçons d'éducation physique et sportive (EPS). Pour cela, une caméra sera présente lors de la leçon d'EPS du **lundi 24 septembre 2018**. À la suite de cette leçon, je visionnerai cette vidéo et l'analyserai. Les images seront visionnées par moi-même uniquement et seront détruites lors de la réussite de mon travail. Je m'engage également à respecter l'anonymat et à communiquer les résultats de ma recherche si vous le souhaitez.

Mon travail n'est pas réalisable sans filmer une leçon et pour cela j'ai besoin de votre accord.

Veuillez, s'il vous plaît, cocher ce qui convient ci-dessous.

En vous remerciant pour la lecture de ma lettre, recevez mes cordiales salutations.

Charlotte Erb



- J'ai pris connaissance de votre lettre et **CONSENS** à ce que mon enfant apparaisse sur les images qui seront filmées lors de la leçon du 24 septembre 2018.

- J'ai pris connaissance de votre lettre et **NE CONSENS PAS** à ce que mon enfant apparaisse sur les images qui seront filmées lors de la leçon du 24 septembre 2018.

Prénom de votre enfant : _____

Signature : _____

CONTRAT DE RECHERCHE

Mémoire professionnel de Bachelor concernant l'exploitation des leçons d'éducation physique et sportive, réalisé par Charlotte Erb

Selon le *code d'éthique de la recherche des Hautes Écoles Pédagogiques*, l'enseignant·e impliqué·e dans la récolte de données et l'étudiante s'engagent, en signant ce document, à respecter les conditions suivantes :

- La leçon d'EPS sera filmée même si l'étudiante peut se rendre à la leçon, l'entretien sera enregistré.
- Les données récoltées seront traitées de manière confidentielle.
- Les données récoltées ne seront utilisées que dans le cadre de ce travail de recherche.
- Une fois la réussite du travail de mémoire, les données seront effacées.
- À la fin de l'entretien, il sera convenu s'il est souhaité d'être tenu·e au courant des résultats de la recherche.
- La procédure a été validée par le directeur de mémoire.

Lieu et date : _____

Signature de l'enseignant·e :

Signature de l'étudiante :

Annexe 5 – Guide d’entretien

Date :

GUIDE D’ENTRETIEN

À ne pas manquer :

- Remerciements
- Contrat de recherche
- Informations personnelles de l’enseignant

Début de l’enregistrement

- Diverses questions établies sur le guide d’entretien

Fin de l’enregistrement

- Fin de l’entretien, remerciements, communication des résultats ? Salutations

Informations personnelles de l’enseignant

Nom, prénom :

Âge :

Sexe : Féminin Masculin

Degré scolaire :

Nombre d’élèves lors de la leçon d’EPS :

Nombre d’années d’enseignement :

Nombre d’années de l’enseignement de l’EPS:

Lieu :

Thèmes / questions	Relances
Thème 1 Leçon(s) d'EPS	
Le film a été pris dans le cadre d'une leçon de 2x45 minutes. Durant combien de temps estimez-vous que les élèves ont été en mouvement ?	Pour quel élément pensez-vous avoir pris le plus de temps ? Pouvez-vous estimer le temps utilisé pour l'installation et le rangement du matériel ? Pour la diffusion des consignes ?
Concernant la leçon d'EPS filmée, quelles précisions auriez-vous à faire ?	Avez-vous eu un imprévu ? Avez-vous pu débiter à l'heure prévue ? Un élève était absent ?
Quelles pistes favorisez-vous ou favoriserez-vous pour maximiser le temps de mouvement des élèves ?	Quels exemples/aménagements pour diminuer le temps passé à autre chose que le mouvement ?
Thème 2 L'implication de l'école dans l'activité physique et sportive	
Quel rôle a l'école dans le cadre des leçons d'EPS ?	Que devrait offrir l'école aux élèves, dans le cadre des leçons d'EPS ? Quelle est l'importance de cette branche ?
Comment voyez-vous l'implication de l'école dans le temps de mouvement des élèves en dehors des leçons d'EPS ?	Citez des exemples d'activités aménagées en dehors de ces leçons. Quels limites et bénéfiques y voyez-vous ?
"L'enseignement à l'école obligatoire doit prévoir au moins trois périodes hebdomadaires d'éducation physique" (LESp, 2012) Qu'en pensez-vous ?	Considérez-vous que cette loi est respectée dans la région dans laquelle vous enseignez ? Si non, quelles en sont les raisons ?
Thème 3 La pratique sportive de manière générale (en dehors de l'école)	
Pour vous, qu'évoque le terme de mouvement chez les enfants ?	Quelle importance y voyez-vous ? Comment percevez-vous la pratique sportive en dehors de l'école ?
" Les enfants et jeunes gens âgés de 5 à 17 ans devraient accumuler au moins 60 minutes par jour d'activité physique d'intensité modérée à soutenue " (OMS, 2018). Pensez-vous que cela soit la réalité ?	Est-ce une situation réaliste ? Pourquoi ? (Exemples de moments durant lesquels les enfants sont en mouvement ou inactifs)
Comment jugez-vous l'évolution de la pratique d'activités sportives des élèves ?	Pensez-vous pouvoir dire qu'il y a un changement qui s'est fait depuis le début de votre carrière d'enseignant(e) ? Pensez-vous qu'il y ait eu une évolution, de quel ordre ? Les élèves sont-ils moins occupés sportivement qu'auparavant ?