

# La santé et les élèves en EPS

1

Séminaire Santé  
Jeudi 31 janvier 2019  
Et vendredi 1<sup>er</sup> février 2019

# Pourquoi ce séminaire ?

- Enjeux disciplinaires, scolaires et sociétaux importants
- Place et rôle de l'EPS au travers de cette finalité
- Actualisation des connaissances professionnelles
- Formation des enseignants sur l'académie de Nantes
- Réflexions sur la définition actuelle des élèves

+ [Ordre du jour](#)



# Enjeux scolaires et disciplinaires

- ✓ A notre échelle, (re-)positionner la discipline sur la thématique de la Santé ?
- ✓ Envisager une véritable cohérence commune sur l'académie
- ✓ Être capable d'être force de proposition pour faire évoluer les pratiques pédagogiques et les activités des élèves

[Formalisation de fiches synthétiques](#)

... sur la rubrique EPS

# Contexte institutionnel actuel / pg lycée

## Préambule

L'éducation physique et sportive (EPS) vise à permettre à tous les élèves d'enrichir leur motricité, de construire les conditions de leur santé, de développer leur citoyenneté et d'accéder à un patrimoine culturel large par la pratique physique, sportive et artistique. Ainsi, l'élève développe des compétences et renforce son pouvoir d'agir. Il éprouve des sensations, vit des émotions et accroît ses capacités de raisonnement et son esprit critique.

L'éducation physique et sportive du lycéen prend appui sur les compétences développées à l'école primaire et au collège. Elle lui permet de les enrichir et d'en acquérir de nouvelles qui favoriseront sa réussite dans l'enseignement supérieur et dans sa vie future d'adulte. Elle est l'occasion d'une meilleure connaissance par l'élève de ses possibilités et d'une véritable éducation à faire des choix. Elle aide ainsi le lycéen à construire son parcours d'orientation et être acteur de son projet personnel.

**Au regard des enjeux de société, l'EPS contribue à développer une culture de l'activité physique régulière et durable, levier indispensable de l'amélioration de la santé publique particulièrement important, compte tenu du niveau de sédentarité des jeunes qui décrochent de toute pratique physique.**

Respectueuse des différences de potentiels, de ressources, luttant contre les stéréotypes sociaux ou sexués et résolument inscrite dans une école inclusive, l'EPS offre à tous l'occasion d'une pratique physique qui fait toute sa place au plaisir d'agir.

Au lycée, l'EPS se décline en deux enseignements : un enseignement commun obligatoire pour tous les élèves de la classe de seconde à la classe terminale, un enseignement optionnel proposé au choix de l'élève.

## Finalité

L'éducation physique et sportive vise à former, par la pratique physique, sportive, artistique, un citoyen épanoui, cultivé, capable de faire des choix éclairés pour s'engager de façon régulière et autonome dans un mode de vie actif et solidaire.

# Constats EPS / mises en tension

## EPS et atouts disciplinaires :

- obligatoire de la maternelle au lycée
- garantie à tous les enfants et adolescents un égal accès à une pratique physique régulière
- qui apprend à toujours mieux prendre en compte l'hétérogénéité des publics
- au cœur du parcours éducatif de santé en s'intéressant prioritairement à la motricité
- seule discipline à accorder une place centrale au corps

5

## Et pourtant ...

- À l'école : bascule opérée ?? De « Lire, Ecrire et Compter » à « Communiquer - Evaluer - Se projeter » (Etienne, Cahiers péda n° 500, 2012)
- Dans la société, l'EPS trop souvent maintenue à la marge dans l'amélioration de la politique publique en matière d'accessibilité à la pratique physique régulière.
- On pratique toujours du sport...



# Constats et études sur les pratiques

- [PISA 2015](#) : rapports réussite scolaire – activité physique
- [Enquête internationale](#) Health behaviour in School-aged children (HBSC/OMS) 2014 étudie la trajectoire en matière de santé de plus de 200 000 jeunes de 43 pays de 11 à 15 ans
- [États des lieux](#) et ressorts des pratiques sportives (INJEP, 2018)



# Définition de la santé et de l'élève

- Santé :

OMS, 1946 : « état complet de bien-être physique, mental et social et, ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité... »

- Élève / EPS : Quels attendus demandés ? Que souhaitons-nous... de mieux ? Dans quels contextes ?

Aujourd'hui ??

# Question majeure ?

**Comment construire un élève  
acteur dans/pour une santé  
« complexe » ?**

quelles sont les  
thématiques/supports/pistes pour  
réfléchir à cette question ?



# Annexes

# Pisa 2015 : « La pratique du sport est aussi liée à davantage de réussite scolaire. »

Par activités physiques modérées (comme la marche ou le cyclisme), on entend les activités faisant augmenter le rythme cardiaque de la personne qui les pratique, tout en la faisant transpirer.

En moyenne, dans les pays de l'OCDE, les élèves déclarant pratiquer une activité physique modérée ou intense sont ainsi moins susceptibles de se sentir très angoissés pour un contrôle (-2.9 points de pourcentage), de se sentir comme des étrangers à l'école (-6.7 points de pourcentage), de sécher des cours régulièrement (-3 points de pourcentage), et de subir des actes de harcèlement fréquents (-2.2 points de pourcentage) que les élèves ne pratiquant aucune forme d'activité physique en dehors de l'école" ».

10

Les experts de PISA concluent par cette remarque qui sonne comme un rappel : « *Pour améliorer le bien-être des élèves, l'école doit également leur enseigner les **bénéfices d'un mode de vie sain et actif à l'aide de l'éducation physique et de l'éducation à la santé.** L'accès à une offre attrayante de cours d'éducation physique à l'école peut permettre de réduire le nombre d'élèves ne pratiquant aucune activité physique en dehors du cadre scolaire* ».

Au sein même des pays, un jour supplémentaire d'activité physique modérée est associé de façon positive – bien que limitée – à la performance en sciences des élèves, après contrôle du sexe et du statut socio-économique ; c'est en revanche l'inverse qui s'observe pour la pratique d'une activité physique intense.



# Enquête internationale, 2014

200 000 jeunes de 43 pays de 11 à 15 ans. La France participe à cette enquête depuis 1994. Quel **engagement physique des jeunes de 11 à 15 ans** ?

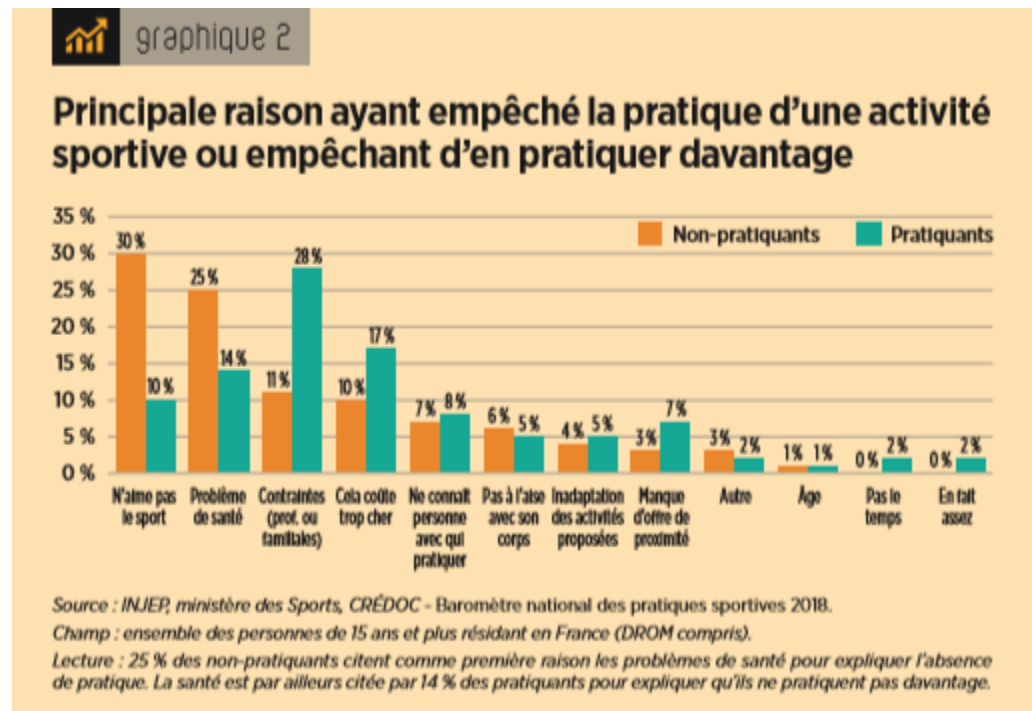
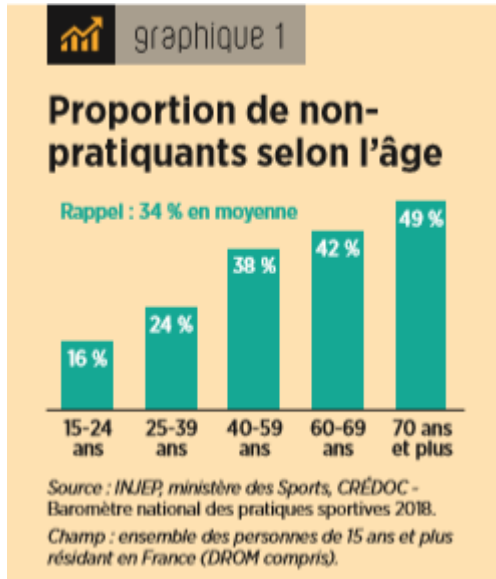
- **Une activité physique insuffisante, en diminution au long du collège, notamment chez les filles**
- **Une augmentation du nb d'heures/jour devant écran au long du collège** sauf jeux vidéos chez les filles, plafonnement de la télé en 3e chez les 2 sexes
- **Seulement 6% des filles de 15 ans en France développent une activité physique modérée à vigoureuse** 60 minutes par jour (dans les 43 pays qui participent à l'enquête HBSC la moyenne est de 11%)
- **Pour les garçons de 15 ans en France ils sont 14% à développer une activité physique modérée à vigoureuse 60 minutes par jour** (dans les 43 pays qui participent à l'enquête HBSC la moyenne est de 21%)
- Les indicateurs de santé sont plus favorables chez les collégiens physiquement actifs
- Globalement chez les collégiens, l'activité physique est protectrice.

# Sommaire du baromètre national des pratiques sportives 2018

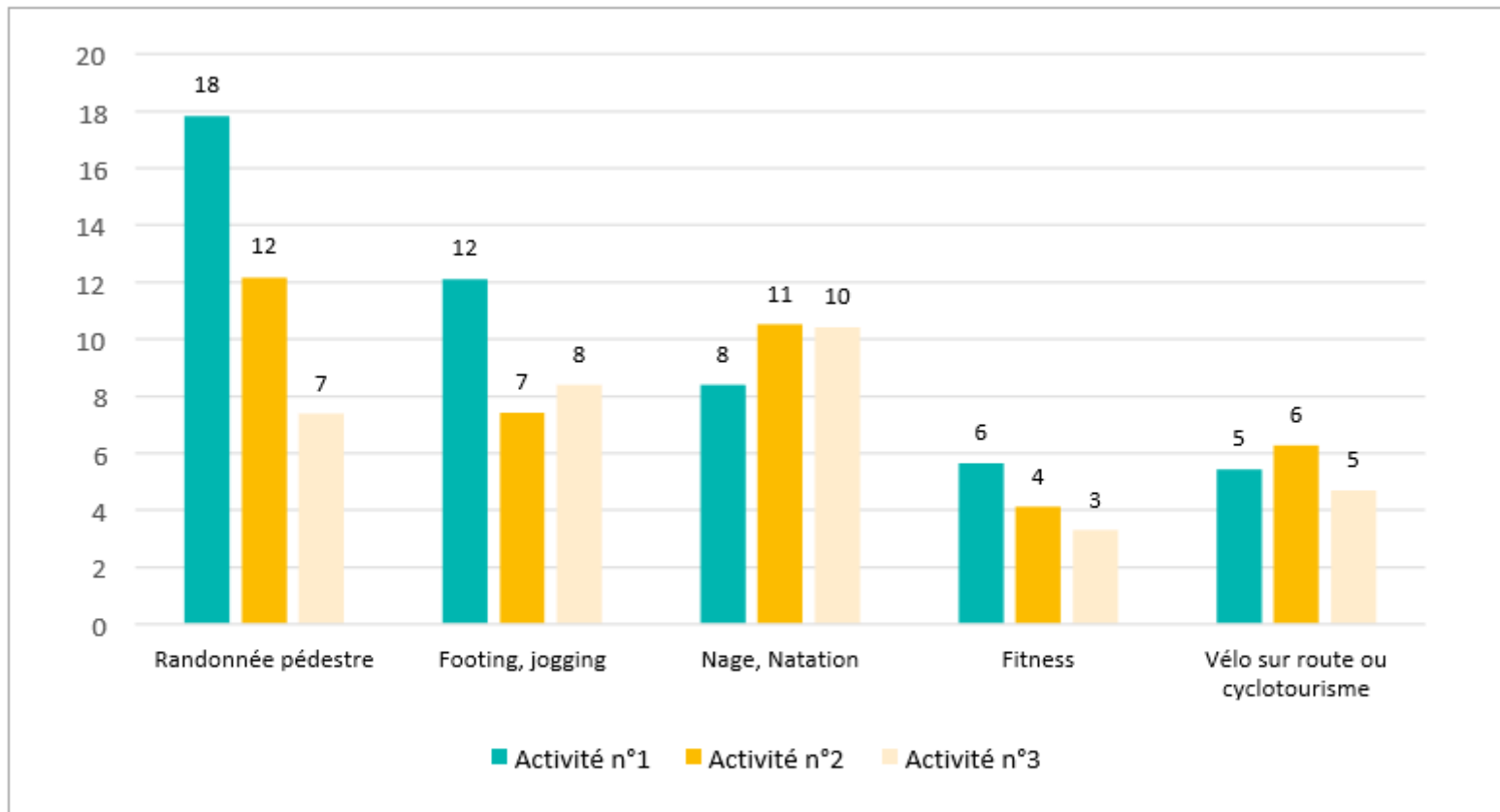
- 1. Deux-tiers des Français ont pratiqué du sport au moins une fois dans l'année.....	7
2. Les activités pratiquées .....	8
3. Quelle façon de pratiquer ?.....	13
- 4. Une pratique assidue et régulière tout au long de l'année, surtout pour l'activité la plus pratiquée .....	14
- 5. La plupart des Français font du sport de préférence en plein air.....	17
- 6. Minimiser les contraintes : le goût des pratiques « en solo », en autonomie et peu encadrées .....	19
- 7. La pratique intensive ne concerne que 12 % des pratiquants réguliers .....	24
- 8. Les pratiquants jugent, dans leur ensemble, leur niveau sportif plutôt moyen.....	27
- 9. Un pratiquant sur quatre est licencié d'une fédération sportive.....	30
- 10. La santé et la détente, premières motivations à faire du sport .....	33
- 11. Des écarts de pratique selon les régions et la taille d'agglomération.....	37
- 12. Les déterminants sociodémographiques prégnants pour la non-pratique.....	38
13. Manque d'intérêt et problèmes de santé expliquent principalement la non-pratique.....	40
- 14. Pour les pratiquants comme les non-pratiquants, l'expression « activité physique et sportive » évoque d'abord la santé.....	42
15. Une personne sur quatre a envie de pratiquer une nouvelle activité .....	44
16. Focus sur les liens entre la santé et la pratique physique et sportive.....	47

# Baromètre national des pratiques sportives 2018

13



## GRAPHIQUE 6. CLASSEMENT DES CINQ ACTIVITÉS LES PLUS PRATIQUÉES AU RANG 1 AU COURS DES DOUZE DERNIERS MOIS



Source : INJEP, Ministère des sports, CRÉDOC : Baromètre national des pratiques sportives, 2018.

Champ : ensemble des pratiquants d'au moins une activité pour l'activité n°1, ensemble des pratiquants d'au moins deux activités pour l'activité n°2, ensemble des pratiquants de trois activités et plus pour l'activité n°3.

Lecture : 18 % des activités les plus pratiquées (celles de rang 1) sont de la randonnée pédestre, 12 % du footing/jogging.