

DOCUMENT D'INFORMATION COMPLÉMENTAIRE

Mesure 15023 – À l'école, on bouge au cube!



Document d'information complémentaire

Mesure 15023 – À l'école, on bouge au cube!

Important :

Dans le document suivant, les éléments en noir sont des extraits des Règles budgétaires de fonctionnement des commissions scolaires pour l'année scolaire 2017-2018. Les éléments en bleu sont des compléments d'information.

PRÉCISIONS SUR LES ÉLÉMENTS DE LA MESURE

En cohérence avec la Politique de l'activité physique, du sport et du loisir¹ et la Politique gouvernementale de prévention en santé, cette mesure vise à soutenir un maximum de 450 établissements d'éducation préscolaire et d'enseignement primaire afin que l'ensemble de leurs élèves soient physiquement actifs tous les jours de classe pendant au moins 60 minutes, incluant les cours d'éducation physique et à la santé prévus à l'horaire des élèves.

En plus d'être une forme de divertissement, les activités physiques et sportives ont des effets salutaires sur les habiletés cognitives, la réussite éducative, la condition physique ainsi que la santé physique et mentale. Elles sont également associées à la persévérance scolaire et à d'importants facteurs liés au bien-être et à la qualité de vie, notamment les compétences sociales et relationnelles.

L'objectif de cette mesure est de soutenir les équipes-écoles pour qu'elles s'engagent dans un changement de pratiques, tant dans l'organisation que dans les interventions, et que l'intégration quotidienne de 60 minutes d'activités physiques soit maintenue au-delà de la durée de cette aide financière. Il s'agit donc d'un levier pour permettre l'instauration de nouvelles façons de faire structurantes.

Des outils et des références seront proposés en début d'année scolaire pour soutenir les milieux scolaires dans la mise en œuvre de leur projet.

¹ Mesure intitulée « Faire bouger les élèves du primaire 60 minutes par jour », page 25 du document (http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/SLS/sport_loisir_act_physique/Politique-FR-v18_sans-bouge3.pdf).

Les établissements désireux de bénéficier de cette mesure s'engagent à :

- Obtenir l'approbation du conseil d'établissement.

Cet engagement s'inscrit dans un objectif de pérennité de la démarche. Ainsi, il est souhaité que les changements apportés à la planification de l'école durent au-delà de la mesure financière. L'intégration de cet aspect dans le projet éducatif est un moyen d'assurer la pérennité et le suivi des actions mises en œuvre;

- Désigner un responsable qui assurera la mise en œuvre du projet et soutiendra l'équipe-école. L'enseignant d'éducation physique et à la santé, par son expertise, pourrait jouer ce rôle et une libération de quatre heures par semaine est souhaitable.

Bien qu'une libération soit souhaitable pour assurer la mise en œuvre du projet, elle n'est pas obligatoire. C'est à la direction d'établissement de convenir des modalités permettant à cette personne d'assurer ce rôle et de déterminer la proportion du montant alloué pour ce volet.

En plus de planifier la mise en œuvre du projet, la personne chargée de le coordonner devrait être en relation avec l'ensemble de l'équipe-école et posséder des compétences en matière de promotion de l'activité physique, de leadership et de communication. Le choix d'un membre du personnel ayant une relation positive avec les élèves et l'équipe-école est à privilégier.

« Comme professionnel de l'activité physique et des saines habitudes de vie, l'enseignant en éducation physique est chargé de permettre aux élèves et aux étudiants d'acquérir une autonomie progressive dans la prise en charge de leur santé. Pour ce faire, il transmet d'abord les connaissances théoriques nécessaires afin que les jeunes comprennent bien comment et pourquoi bouger, mais aussi, dès le secondaire, de quelle façon adapter leur mode de vie pour le rendre plus sain. Il propose des activités qui nécessitent leur engagement pour s'assurer que les notions sont bien intégrées. De plus, il soutient les élèves dans le développement de leurs habiletés motrices et de leurs aptitudes à interagir avec les autres, ce qui leur permettra de pratiquer de façon autonome de l'activité physique au gymnase, mais aussi à l'extérieur de l'école »². C'est pourquoi il est le mieux placé pour remplir cette fonction au sein de l'école. Ce rôle s'inscrit en continuité avec le travail réalisé dans les cours d'éducation physique et à la santé.

- Offrir aux élèves des opportunités variées d'être physiquement actifs à l'école pendant au moins 60 minutes par jour, notamment en maximisant les jeux actifs lors des récréations, au service de garde et en initiant des activités physiques en classe.

On entend par « jeu actif » une activité ludique où l'enfant bouge. C'est par le mouvement qu'il découvre la diversité des actions et les possibilités que lui offre son corps de même que les façons d'interagir avec les autres. Le jeu physiquement actif, d'intensité faible à élevée, peut prendre plusieurs formes et solliciter différentes parties du corps. Non seulement il favorise le développement de ses habiletés motrices, mais il est aussi un pilier de son développement global³.

Des recherches montrent que le temps passé à l'extérieur a des répercussions sur le niveau d'activité physique des enfants^{4, 5, 6}. En effet, plus un jeune est à l'extérieur, plus il est actif

² Source : Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec (FÉÉPEQ), <https://feepeq.com/enseignant-education-physique/> (page consultée le 16 juin 2017).

³ Gouvernement du Québec, *À nous de jouer! Jeu actif et jeu libre pour le développement de l'enfant*, 2017, p. 6.

⁴ Fjortoft, I., & Sageie, J. (2000). The natural environment as a playground for children: Landscape description and analyses of a natural playscape. *Landscape and urban planning*, 48(1), 83-97.

physiquement. Il bénéficie alors généralement d'un grand espace favorisant une liberté de mouvement lui permettant de découvrir et d'expérimenter des activités qui l'amènent à dépenser davantage d'énergie. Laisser l'enfant jouer dehors, c'est lui permettre de développer sa créativité et d'adopter une attitude coopérative dans sa façon de s'amuser et d'agir en général. Cela contribue à réduire en partie les problèmes liés au manque d'attention en classe⁷.

Offrir deux récréations de 15 minutes à l'extérieur quotidiennement est un excellent moyen de permettre à tous les élèves de bouger grâce une variété d'activités répondant à leurs besoins et à leurs intérêts.

Le service de garde contribue à la réussite éducative de l'élève en lui permettant de prendre des pauses entre les périodes d'enseignement pour revenir en classe dans de meilleures dispositions pour l'apprentissage. Le service de garde vise également le développement global de l'élève, notamment ses habiletés motrices et sa socialisation.

La plupart des pédagogues s'entendent pour dire que les élèves apprennent de façon plus efficace lorsqu'ils ont la possibilité d'expérimenter, de vivre et de manipuler⁸. L'intégration de diverses formes d'apprentissage, notamment par l'action motrice, est un excellent moyen de rendre les apprentissages plus signifiants pour eux.

Les pauses actives, quant à elles, permettent de saisir toutes les occasions de bouger avec les élèves et de mettre le plaisir à l'avant-plan. Elles favorisent également la concentration en classe^{9, 10}. De plus, la plupart des enseignants qui expérimentent la pause active remarquent des gains au niveau du comportement de leurs élèves⁹.

- Parmi les activités offertes aux élèves, inclure une sortie vers un lieu de plein air ou une classe nature répondant aux intérêts des filles et des garçons¹¹.

Les parcs nationaux et régionaux, les grands parcs nature de même que les camps de vacances offrent un contact avec la nature et favorisent la découverte d'activités de plein air. Proposer des sorties en plein air permet de diversifier les activités offertes aux jeunes.

Pour ces raisons, il est recommandé d'offrir minimalement à chaque élève une sortie en plein air ou une classe nature par année.

Il existe plusieurs formules de classes nature, adaptées à tous les budgets, besoins et objectifs :

⁵ Ferreira, I., Van Der Horst, K., Wendel-Vos, W., Kremers, S., Van Lenthe, F. J., & Brug, J. (2007). Environmental correlates of physical activity in youth – a review and update. *Obesity reviews*, 8(2), 129-154.

⁶ Sallis, J. F., Prochaska, J. J., & Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and science in sports and exercise*, 32(5), 963-975.

⁷ Réseau École et nature, *Syndrome de manque de nature : Du besoin vital de nature à la prescription de sorties*, juin 2013, p. 12.

⁸ <http://rseggca.com/wp-content/uploads/2016/02/offresPAQ.pdf>

⁹ Mahar, M.T. et coll. (2006). Effects of a Classroom-Based Program on Physical Activity and On-Task Behavior. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 38(12), 2086-94.

¹⁰ Donnelly, J. E. et coll. (2009). Physical Activity Across the Curriculum (PAAC): A randomized controlled trial to promote physical activity and diminish overweight and obesity in elementary school children. *Preventive Medicine*, Oct., 49(4), 336-41.

¹¹ Sans frais supplémentaires pour les parents.

- Classe nature : séjour incluant au moins un coucher au camp;
- Peut se dérouler au printemps (classe verte), à l'automne (classe rouge), ou à l'hiver (classe blanche);
- Journée plein air : sortie d'une journée, sans coucher;
- Journée découverte : sortie sportive et/ou éducative en milieu urbain¹².

Il est souhaité que les établissements offrent des activités physiques variées lors des périodes du service de garde et des activités parascolaires (sportives et de plein air), pour tous les âges et répondant aux intérêts des filles et des garçons.

Le service de garde joue un rôle primordial dans l'offre quotidienne d'activités physiques aux jeunes. En effet, il importe de leur offrir, le plus souvent possible, une multitude d'occasions de bouger, d'explorer, d'interagir et de relever des défis, et ce, à différentes intensités, pour qu'ils puissent connaître des expériences agréables et diversifiées sur le plan moteur. Les moments passés au service de garde sont d'excellentes occasions de jouer activement au quotidien.

Les activités parascolaires, quant à elles, permettent d'augmenter le nombre d'occasions de bouger. En offrant diverses activités physiques et sportives, les écoles peuvent répondre à deux besoins fondamentaux des jeunes : avoir du plaisir et passer du temps avec leurs amis. De plus, la participation aux sports parascolaires favorise, entre autres, le sentiment d'appartenance à l'école¹³, ce qui peut contribuer à la persévérance scolaire.

Tous les élèves de l'école ne fréquentent pas le service de garde ou ne participent pas aux activités parascolaires. L'équipe-école doit donc être consciente que, pendant ces périodes, ce ne sont pas nécessairement tous les élèves qui consacrent le temps prescrit par la mesure à la pratique d'activités physiques.

¹² Source : Association des camps du Québec (ACQ), <http://camps.qc.ca/fr/ecoles/pourquoi-une-classe-nature> (page consultée le 16 juin 2017).

¹³ Eccles JS et autres. (2003), *Extracurricular activities and adolescent development*. J Soc Issues, 59 : 865-89.

Norme d'allocation

- L'enveloppe budgétaire disponible est de 6,7 M\$¹⁴.
Ce montant est pour l'année scolaire 2017-2018.
- L'effectif scolaire considéré correspond au nombre d'élèves du préscolaire et du primaire présents au 30 septembre 2016.
- La commission scolaire déterminera les écoles pouvant bénéficier de cet appui financier en fonction des conditions décrites ci-dessus. Le nombre d'écoles à soutenir par commission scolaire est déterminé par le Ministère, en fonction de l'objectif de soutenir un maximum de 450 établissements (voir l'annexe Q des règles budgétaires de fonctionnement).

C'est à la commission scolaire de déterminer le mode de sélection des écoles. Un montant de base de 2 500 \$ par établissement est prévu. Le solde résiduel de l'enveloppe disponible devrait ensuite être réparti en fonction de l'effectif de chacune des écoles choisies. Le nombre maximal d'écoles pouvant bénéficier de la mesure est indiqué à l'annexe Q des règles budgétaires de fonctionnement.

Sous réserve des crédits alloués à cette mesure dans les années subséquentes, il est souhaité que les mêmes établissements soient soutenus sur une période de trois ans et selon un modèle régressif. Cela signifie qu'en 2018-2019 et en 2019-2020, le montant alloué aux établissements ayant bénéficié de la mesure en 2017-2018 sera réduit progressivement pour permettre à de nouvelles écoles d'y adhérer et ce, dans le but de soutenir l'ensemble des écoles primaires volontaires d'ici dix ans. Ce financement régressif vise à soutenir un changement de pratique à long terme par la mise en œuvre d'actions structurantes.

- Le montant alloué couvre la mise en œuvre du projet, l'achat de matériel sportif et de plein air favorisant directement la pratique d'activités physiques ainsi que la compensation pour le transport vers des lieux de plein air ou des classes nature.

Le montant alloué à chaque établissement pourrait être réparti de la façon suivante :

- Mise en œuvre du projet : 70 % du montant alloué.

Exemples de dépenses liées à la mise en œuvre du projet : libération de la personne responsable; frais liés à de l'accompagnement, à de la formation ou à des activités destinées aux élèves; coûts d'admission; location d'équipement sportif et de plein air.

Il est à noter que ce montant peut être utilisé pour mettre en œuvre de nouvelles actions structurantes ou encore pour bonifier l'offre existante.

- Achat de matériel sportif et de plein air favorisant directement la pratique d'activités physiques : 20 % du montant alloué.

Le matériel acheté doit être accessible à l'ensemble des élèves et du personnel, et ce, à divers moments de la journée, incluant au service de garde.

Exemples de dépenses liées à l'achat de matériel sportif et de plein air : ballons, raquettes à neige, skis de fond, matériel pour l'équilibre sur sangle (*slacklining*), buts de soccer ou de hockey, paniers de basketball, filets, raquettes et balles de tennis, équipement de cirque, vélos, canots, kayaks, équipement de protection.

¹⁴ Y compris les commissions scolaires du Littoral, crie et Kativik.

- Compensation pour le transport vers des lieux de plein air ou des classes nature : 10 % du montant alloué.
- Cette allocation est dédiée aux établissements scolaires. Ces derniers doivent utiliser les sommes pour financer les éléments prévus. Par contre, l'établissement scolaire a le choix des moyens qu'il entend déployer pour répondre aux besoins de ses élèves. Une reddition de comptes sera faite par l'établissement scolaire à la commission scolaire, qui en fera état globalement au Ministère, pour que celui-ci s'assure que les sommes ont été utilisées aux fins spécifiées dans cette mesure. Une utilisation à des fins non prévues pourra faire l'objet d'une récupération par le Ministère.

Pour offrir 60 minutes d'activité physique par jour à tous les élèves, l'école peut notamment :

- Augmenter le temps alloué aux récréations à l'extérieur;
- Augmenter le temps alloué aux cours d'éducation physique et à la santé;
- Intégrer des pauses actives;
- Favoriser les apprentissages par l'action motrice;
- Prévoir un ou plusieurs moments dans la journée où tous les élèves seront actifs en même temps.

Reddition de comptes

Une reddition de comptes en deux temps sera exigée dans le but de connaître :

- les écoles qui bénéficieront de la mesure pour l'année scolaire 2017-2018;
 - le nom, la fonction et les coordonnées de la personne responsable du projet dans l'école (pour pouvoir communiquer avec elle au sujet de différents aspects de la mesure et du programme Force 4);
 - les moyens mis en œuvre pour permettre à tous les élèves de bouger au moins 60 minutes par jour.
- Cette mesure est protégée; les allocations découlant de cette mesure ne sont pas transférables.

Force 4

Les écoles qui adhéreront à cette mesure seront accompagnées par le programme Force 4 du Grand défi Pierre Lavoie, lequel prévoit : un cadeau de lancement (cube géant renfermant des articles de sport), un soutien étroit pour faciliter le lancement, une webtélé pour maintenir l'engouement et une grande récréation à gagner¹⁵.

Le programme Force 4 vise à soutenir les actions menées par les établissements d'éducation préscolaire et d'enseignement primaire qui bénéficieront de la mesure *À l'école, on bouge au cube!*, et ce, gratuitement. Cela se fera par l'entremise d'infolettres, d'une communauté d'échange pédagogique, d'une webtélé tournée directement dans les écoles et par la création d'outils diversifiés. De plus, un cadeau de lancement, soit un cube géant d'une valeur de 2 000 \$, sera offert à chacune des écoles participantes. Ce cube contiendra du matériel favorisant le développement de la motricité et la réalisation d'activités d'apprentissage actif. Il contiendra également un objet « Force 4 » pour chaque élève, un chandail pour le responsable du projet et du matériel informatif pour l'école.

Pour maintenir l'engouement, le Grand défi Pierre Lavoie réalisera une webtélé qui visitera une école par semaine, soit près d'une trentaine d'écoles par année, dans le but de produire des vidéos d'une quinzaine de minutes chacune qui seront diffusées quotidiennement. L'objectif est d'inspirer les élèves et de leur permettre de bouger en leur proposant des activités ludiques qui correspondent à la réalité des écoles. Ces vidéos seront accessibles à l'ensemble des écoles du Québec sur la plateforme Web du programme Force 4, en direct ou après leur diffusion, et permettront de créer une banque d'idées pour que les jeunes bougent au quotidien.

De plus, au printemps 2018, une Grande récré sera organisée dans chacune des régions administratives du Québec. Les écoles inscrites au programme Force 4 seront invitées à prendre part à cet événement d'envergure. La Grande récré s'installera dans une ville pour une ou plusieurs journées.

Les écoles bénéficiant de la mesure *À l'école, on bouge au cube!* et qui souhaitent s'inscrire au programme Force 4 doivent le faire par l'entremise du Grand défi Pierre Lavoie.

¹⁵ Une école par région administrative. Certaines écoles du secteur seront invitées à prendre part à cette fête.



APPRENDRE LIRE SAVOIR
Jouer BOUGER BOUGER
BOUGER LIRE BOUGER
LIRE PARTAGER APPRENDRE
PARTAGER APPRENDRE BOUGER
PERFORMER RÉUSSIR BOUGER
LIRE APPRENDRE MARCHER
RÉUSSIR LIRE BOUGER
SAVOIR RÉUSSIR
PERSÉVÉRER LIRE
APPRENDRE MARCHER
SAVOIR APPRENDRE
SAUTER
SAVOIR SE DÉPASSER
APPRENDRE
PERFORMER
LIRE S'AMUSER

Éducation
et Enseignement
supérieur

Québec

