



**HAL**  
open science

# L'EPS et la santé physique à l'école primaire : le point de vue et les méthodes de sensibilisation des enseignants

Manon Leca

► **To cite this version:**

Manon Leca. L'EPS et la santé physique à l'école primaire : le point de vue et les méthodes de sensibilisation des enseignants. Education. 2013. dumas-00869560

**HAL Id: dumas-00869560**

**<https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-00869560>**

Submitted on 3 Oct 2013

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

**MASTER SMEEF  
SPÉCIALITÉ « PROFESSORAT DES  
ÉCOLES »  
DEUXIÈME ANNÉE (M2)  
ANNÉE 2012/2013**

**L'EPS ET LA SANTÉ PHYSIQUE À L'ÉCOLE PRIMAIRE : LE POINT  
DE VUE ET LES MÉTHODES DE SENSIBILISATION DES  
ENSEIGNANTS**

**NOM ET PRÉNOM DE L'ÉTUDIANT : LECA MANON  
SITE DE FORMATION : ARRAS  
SECTION : Master 2, groupe 4**

**NOM ET PRENOM DU DIRECTEUR DE MEMOIRE : GROENEN HAIMO  
DISCIPLINE DE RECHERCHE : ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE**

**Direction**

365 bis rue Jules Guesde  
BP 50458  
59658 Villeneuve d'Ascq cedex  
Tel : 03 20 79 86 00  
Fax : 03 20 79 86 01  
des Maîtres  
Site web : [www.lille.iufm.fr](http://www.lille.iufm.fr)

Institut Universitaire de Formation  
École interne de l'Université d'Artois

## Table des matières

Introduction .....	3
I- Problématisation du sujet.....	4
I.1 Problématisation des termes au cœur du sujet.....	4
I.2 De la revue de littérature à la problématisation du sujet.....	6
I.3 Problématique et intérêts professionnels.....	11
II- Méthodologie du recueil de données.....	13
II.1 Techniques du recueil de données.....	13
II.1.1 Terrain d'enquête .....	13
II.1.2 Outils du recueil de données.....	13
II.2 Élaboration des outils .....	15
II.2.1. Le questionnaire préalable.....	15
II.2.2 La grille d'entretien .....	17
II.3 Choix des enseignants à interviewer.....	18
III- Analyse des questionnaires et entretiens.....	21
III.1 Analyse individuelle de chaque questionnaire et entretien .....	21
III.1.1 Le cas de Madame A .....	21
III.1.2 Le cas de Monsieur F .....	23
III.1.3 Le cas de Monsieur B .....	26
III.1.4 Le cas de Monsieur X.....	30
III.1.5 Le cas de Monsieur D.....	34
III.2 Tableau comparatif des entretiens des professeurs des écoles sensibilisant leurs élèves à la santé physique en EPS.....	40
IV- Résultats.....	48
Conclusion .....	54
Mots clés.....	59
Bibliographie .....	60
Sites internet consultés :.....	61
Annexe 1 : Questionnaire préalable .....	62
Annexe 2 : Grille d'entretien .....	64

# **L'EPS et la santé physique à l'école primaire : le point de vue et les méthodes de sensibilisation des enseignants**

## **Introduction**

Actuellement, plus de 500 millions de personnes dans le monde souffrent d'obésité ou de sur poids. Comme le souligne une étude publiée le 5 février 2011 dans la revue *The Lancet* menée par les chercheurs de l'Impérial Collège de Londres et de l'Institut de recherche population et santé, dans le monde, les adultes souffrant d'obésité et de sur poids sont deux fois plus nombreux qu'il y a trente ans. Ce constat est alarmant puisque le sur poids et l'obésité constituent un véritable risque de mortalité. De plus, les professeurs des écoles, en tant qu'adultes référents, dignes de confiance et passant quatre jours avec leurs élèves sont de plus en plus confrontés aux problèmes de santé de ces derniers. C'est pourquoi, ayant fait des études scientifiques (un baccalauréat scientifique puis deux années de biologie) et aimant l'EPS, j'ai choisi de me pencher sur la question des liens qui se tissent entre l'EPS et la santé. J'aimerais étudier l'inclusion de l'entretien, du maintien et du développement de la santé en EPS à l'école primaire. Plus précisément, je souhaiterais savoir quels sont les différents liens créés par les professeurs des écoles entre l'EPS et la santé physique afin que la discipline contribue à la sensibilisation, à l'entretien voire au développement de la santé physique des élèves. Et je souhaiterais également connaître la manière dont les enseignants intéressent et sensibilisent leurs élèves à la santé physique.

Ainsi, ce mémoire pourrait aider les futurs professeurs et professeurs en difficulté quand à l'inclusion de la question de la santé physique en EPS à motiver, inciter leurs élèves à faire les bons choix et à entretenir, prendre soin de leur santé en toute connaissance de cause.

Pour cela, dans un premiers temps vous trouverez la problématisation des termes au cœur de ce sujet. Puis dans un second temps vous trouverez les réflexions quand aux ouvrages et articles scientifiques et universitaires en lien avec mon sujet qui m'ont aidés dans la problématisation de celui-ci. C'est pourquoi dans un troisième temps vous trouverez ma problématique. Suite à cela, vous découvrirez les intérêts, les enjeux qui justifient le

choix de ce sujet. Dans un cinquième temps vous pourrez analyser la méthodologie que j'ai utilisée pour recueillir et traiter mes informations ainsi que les résultats qui en découlent. Enfin, une bibliographie des articles et ouvrages lus clôture ce document.

## I- Problématisation du sujet

### *I.1 Problématisation des termes au cœur du sujet*

Selon les générations, la définition de la santé n'est pas identique pour tout le monde. De plus, le concept de santé a évolué au fil des siècles. En effet, au XVIII<sup>ème</sup> siècle, toute personne ne présentant aucune maladie était dite en bonne santé. La santé se caractérisait alors par l'absence de maladie (Perrin, 1993). Il a fallu attendre 1946 pour que, suite à la Seconde Guerre mondiale, l'Organisation Mondiale de la Santé définisse la santé comme un « *état complet de bien être physique, mental et social qui ne consiste pas seulement en l'absence de maladie ou d'infirmité* ». Cette définition de la santé est encore valable aujourd'hui, nous la retrouvons d'ailleurs dans de nombreuses encyclopédies, travaux de chercheurs, scientifiques et universitaires comme Claire Perrin, ou encore Didier Delignières. Cette définition insiste sur le fait que la santé n'est pas seulement physique mais également sociale et psychique. Dans ce sens, comme le souligne Didier Delignières en 1994, l'EPS participe au bien être physique mais aussi au bien être social et psychique en permettant aux élèves de se surpasser en réalisant des performances remarquables, de s'épanouir au sein d'une équipe, d'un groupe lors de sports collectifs par exemple. Les domaines de la santé étant vaste, je ne pourrais pas étudier la manière dont sont traitées ces trois types de santé à l'école. C'est pourquoi, étant donné que le corps occupe une place primordiale en EPS où il est très sollicité, j'ai choisi de centrer ma recherche sur la santé physique. Ainsi, les concepts de prise en charge, de développement, d'amélioration, de maintien et préservation de la santé physique peuvent être liés à l'éducation physique et sportive (EPS). Il convient donc de définir plus précisément l'EPS.

L'EP est définie en 1992 par Jacques Ulmann comme « *un phénomène de culture* » qui « *consiste en une action exercée sur le corps humain de façon à favoriser certains comportements, à permettre des transformations, en un mot à atteindre un résultat que des valeurs admises conduisent à considérer comme souhaitable* ». Cependant, au fil

des années, les conceptions, attentes et définitions de l'EPS à l'école n'ont cessé d'évoluer elles aussi. Si l'on s'en tient à la définition de Jacques Gleyse (1993), l'EPS est « *une pratique scolaire qui s'intitule plutôt gymnastique au début du siècle, Éducation physique jusqu'à la deuxième guerre mondiale et EPS ensuite* ». En effet, dès les débuts de l'EP à l'école, la santé avait une visée médicale : on soumettait les élèves à l'exercice pour les rendre plus résistants aux maladies, plus forts. Avec l'évolution des conceptions de la santé, les liens entre l'EPS et la santé n'ont cessé d'évoluer, de se complexifier. Dans les années 1990, l'EPS doit alors « *offrir à chacun les connaissances concernant l'entretien de ses potentialités et l'organisation de sa vie physique aux différents âges de la vie* » (Claire, 2000). Il s'agit de former des individus autonomes, responsables de la qualité de leur vie physique dans une société qui se sédentarise. On arrive à la responsabilité de l'individu et non plus seulement à une responsabilité collective, chacun est responsable de sa propre santé. Actuellement, d'après les Instructions Officielles de 2008, au cycle II (cycle des apprentissages fondamentaux : CP et CE1), lors des séances d'EPS, « les élèves apprennent à mieux se connaître, à mieux connaître les autres ; ils apprennent aussi à veiller à leur santé. » En ce qui concerne le cycle III (CE2, CM1, CM2) : « L'éducation physique et sportive contribue à l'éducation à la santé en permettant aux élèves de mieux connaître leur corps. » Nous constatons alors que la santé est partie intégrante de l'EPS. Effectivement des liens officiels sont donc bien réels entre l'EPS et la santé. De plus, une évolution, UNE PROGRESSION est installée au fil des années pour aboutir à apprendre aux élèves de cycle 2 à veiller à leur santé et à la contribution à l'éducation à la santé pour les élèves de cycle 3. Ainsi nous pouvons penser que Au fil de ces cycles, les élèves sont de plus en plus impliqués, sensibilisés et responsabilisés quand au développement et au maintien de leur santé physique. Dès lors, le terme de santé au cœur de l'EPS prend tous son sens dans la mesure où cette discipline est un moteur, un levier permettant d'inciter les élèves à pratiquer une activité physique régulière, à échauffer leurs corps, l'aider à récupérer après l'effort. Mais également une transformation des modes de vie, habitudes de vies, d'une part vis-à-vis du corps, d'autre part vis-à-vis de soi même et de ses relations sociales. Robert Mérand et Raymond Dhelemmes vont déjà dans ce sens en 1988 en parlant de la construction d'un habitus-santé. Les élèves pourraient prendre l'habitude de la pratique physique et ressentir l'envie, le besoin de continuer cette pratique plus trad, hors contexte

scolaire. Ceci serait induit par la pratique scolaire et participerai au développement puis à l'entretien de leur santé.

Étant donné que la santé est au cœur des préoccupations de l'école et qu'elle fait partie intégrante des programmes d'EPS de 2008, nous pouvons alors nous demander si à travers leurs cours d'EPS les professeurs visent comme finalité la santé de leurs élèves. Quels liens peuvent être faits entre l'EPS et la santé ? Afin de mieux cerner ce sujet et ainsi le problématiser de la meilleure manière, je me suis intéressée aux travaux antérieurs qui pourraient avoir un lien avec mon sujet.

## *1.2 De la revue de littérature à la problématisation du sujet*

Plusieurs auteurs se sont intéressés aux liens entre l'EPS et la santé physique. Leurs travaux vont m'aider à problématiser mon sujet.

Comme le souligne Claire Perrin en 2000, la pratique de l'EPS à l'école primaire est insuffisante pour permettre aux élèves de développer leurs capacités physiques. En revanche, elle confirme que lors de cette pratique régulière encadrée, les élèves acquièrent un certain nombre de connaissances qui vont leur permettre de s'entraîner par eux même à un effort en apprenant à connaître leur corps, ses besoins, ses limites, ... Les élèves développent des habitudes de santé, prennent connaissance de leur corps. Ainsi, ils reçoivent une éducation à une pratique sécurisée et sûre qui est bénéfique pour leur santé, qu'ils pourraient pratiquer par eux-même. Ceci nous permet d'aboutir aux questions suivantes : Comment, par quels moyens et méthodes permettre aux élèves de cycles 2 et 3 de prendre conscience de leurs capacités et limites physiques, corporelles en matière de santé ? Comment leur donner envie de pratiquer quand ils seront seuls, plus tard dans leur vie future ? Comment leur faire acquérir les connaissances nécessaires à l'entretien de leur santé tout en les rendant acteurs de leurs apprentissages, en les faisant pratiquer ?

Nelly Leselbaum en 1989 puis Denis Brouillet, Giles Domalain, Christian Guimelli et Jean Eisenbeis en 1990 insistent sur le fait que l'école fonde la légitimité des savoirs qu'elle transmet par la science. En d'autres termes, étant donné que les savoirs que transmet l'école aux élèves sont fondés scientifiquement, l'école peut effectuer une critique des modes de vie et des habitudes afin de les faire réfléchir. Ceci dans le but que les élèves

prennent par eux même les bonnes décisions en ayant une bonne connaissance des risques, des inconvénients, des bénéfiques, des avantages de la pratique physique et sportive, ... Selon Raumar Rodriguez Giménez (2009) au fur et à mesure que les élèves mûrissent, l'école les amène à comprendre que leur corps est en réalité une « *série de structures anatomo-physiologiques* » qu'il faut entretenir pour garantir son bon fonctionnement. Or, cet entretien ne dépend que de soi-même, donc des élèves eux mêmes, chacun entretient son propre corps. Cette lecture me conduit à penser que les professeurs des écoles devraient inciter, motiver les élèves à prendre soin de leurs corps par le biais de l'EPS mais peut être également grâce à d'autres matières comme les sciences. En découvrant, connaissant leur corps et son fonctionnement les élèves vont être à même de se rendre compte de ce qui est bénéfique pour leur santé de manière à réfléchir par eux même dans le but de modifier leur comportement, leurs habitudes, leurs conduites. Le lien qui pourrait s'opérer entre l'EPS et la santé pourrait s'articuler autour d'un apprentissage du fonctionnement de l'organisme, et des règles d'hygiène.

Claire Perrin et Brigitte Sandrin-Berthon (2005) nous conseillent néanmoins d'effectuer une nuance entre la prévention de la santé qui consiste en une lutte contre ce qui pourrait être néfaste, négatif pour notre santé et la promotion de la santé qui au contraire est vue comme positive en appuyant sur les bienfaits de la santé et en visant le bien être de chacun. Brigitte Sandrin-Berthon et Claire Perrin sont pour la promotion de la santé. Selon elles, les enfants devraient être acteurs de cette promotion. La santé n'est pas seulement individuelle, elle est aussi sociale, politique. Elles souhaitent alors un partenariat entre instituteurs et membres du secteur de la santé (médecins, infirmières scolaires) pour promouvoir la santé car elles jugent que ce lien est encore trop peu existant. Les enseignants qui proposent des contenus qui s'inscrivent dans une perspective d'éducation à la santé ont de nombreuses connaissances en matière de santé. C'est pourquoi elles insistent sur le fait que pour pouvoir effectuer un lien cohérent et bénéfique pour les élèves entre la santé et l'EPS, et si possible dispenser une éducation à la santé, les enseignants auraient besoin d'avoir une formation spécifique dans ce domaine afin que leurs élèves prennent conscience et fassent des choix en toute connaissance de cause.

Cette lecture m'amène à me demander quels sont les enseignants qui créent un lien entre

l'EPS et la santé. Ces enseignants ont-ils une formation particulière, spécifique ? Ont-ils une pratique sportive hors contexte scolaire ? Comment les enseignants, par le biais des APSA, construisent-ils et mettent-ils en œuvre des contenus d'enseignement qui incitent les élèves à prendre soin de leur santé ? Comment suscitent-ils l'intérêt des élèves ? De quelle manière s'y prennent-ils ? Quels sont les moyens mis en œuvre et les leviers motivationnels utilisés par les enseignants afin de motiver, inciter les élèves à prendre soin de leur santé ?

En ce qui concerne la motivation et la mobilisation des élèves, en 1993, Claire Perrin a mené une expérience avec pour but d'analyser la relation entre les conceptions de la santé et leur rapport aux APS. Cette analyse lui a permis de mettre en évidence que les APSA et leur pratique sont vues de manière très différente en fonction de la manière dont est présenté leur rapport avec la santé. En effet, quand l'état de santé est vu comme quelque chose de positif, bénéfique, les APS sont investies par le jeu, en mode ludique. Ces APS sont alors axées sur la recherche du plaisir et suscitent l'intérêt, la motivation des élèves. En revanche, quand l'état de santé est perçu comme négatif, les APS sont vues comme un moyen de lutte pour être en bonne santé et sont alors investies de manière utilitaire. La pratique sportive est alors vue comme une activité hygiénique. Elle ajoute que les élèves sont poussés par un sentiment de devoir. Ils ont l'impression qu'ils devraient pratiquer une activité physique alors qu'ils n'en pratiquent pas réellement. Les élèves, malgré le fait qu'ils se sentent coupables de ne pas pratiquer d'activité physique qui serait bénéfique pour leur santé ne cherchent pas à pratiquer. Ils ne sont pas motivés, poussés à pratiquer une activité régulière, ils privilégient d'autres activités de loisirs, de jeux, ... Ce qui ressort de cette étude est alors qu'il est nécessaire de chercher à amener les élèves à ressentir du plaisir, de la joie lors de la pratique régulière des activités physiques par les APS afin de leur donner envie de pratiquer régulièrement et de poursuivre cette pratique et non pas de subir ces pratiques. Suite à cette étude, nous pouvons nous questionner sur : Comment les enseignants, par le biais des APSA, construisent-ils et mettent-ils en œuvre des contenus d'enseignement qui incitent les élèves à prendre soin de leur santé ? Quels sont les moyens mis en œuvre et les leviers motivationnels utilisés par les enseignants afin de motiver, inciter les élèves à prendre soin de leur santé ?

En 2007, Sylvain Turcotte, Louise Gaudreau et Joanne Otis se sont intéressés plus précisément à la question de l'éducation pour la santé en EPS. Pour se faire, ils se sont fiés à la définition de Monique Coppé et Colette Schoonbroodt datant de 1992, selon laquelle « *L'éducation pour la santé est un processus d'enseignement-apprentissage visant à développer les capacités d'adaptation des gens à leur environnement et à les orienter dans la transformation de cet environnement quand ses variations dépassent leurs capacités. Éduquer pour la santé consiste à travailler avec d'autres pour trouver ensemble une façon de vivre plus saine. Ce travail ne doit pas se limiter à une simple transmission de connaissances. Il doit développer une vision plus critique de la réalité et stimuler des comportements plus efficaces dans la prévention des problèmes de santé. En d'autres termes, il s'agit d'obtenir que les gens perçoivent plus clairement les risques pour leur santé physique, mentale et sociale existant autour d'eux et qu'ils puissent et veuillent choisir les comportements les plus efficaces et intelligents pour affronter ces risques ou les éviter, tant sur le plan individuel que collectif.* » (citation page 65). Dans leur étude, ces professeurs nous rappellent que le but de la promotion de la santé est de rendre les élèves autonomes quand à la gestion de leur santé et leur bien être. C'est pourquoi ils rejoignent l'idée de Claire Perrin et Brigitte Sandrin-Berthon selon laquelle l'intérêt des élèves doit être suscité, sans oublier qu'ils doivent être acteurs de leurs apprentissages dans ce domaine. Dans leurs travaux, Sylvain Turcotte, Louise Gaudreau et Joanne Otis mettent l'accent sur le fait que pour mener une intervention bénéfique auprès des élèves en matière de santé et de bien être, un enseignant doit connaître les trois catégories de facteurs définies dans le modèle intégrateur de Gaston Godin (2002) qui influencent l'adoption de comportements en matière de santé. Ce premier facteur décisionnel est le « *facteur des attitudes* » prises par les élèves vis à vis du comportement à adopter. Cette attitude peut être cognitive, elle s'effectue quand les élèves pèsent les avantages et les inconvénients d'une telle pratique. Elle peut également être affective et résulte alors des sentiments, des émotions et des regrets futurs concernant l'adoption d'une pratique sportive. La seconde catégorie de facteurs qui joue un rôle dans la prise de décision des élèves est la catégorie des « *normes perçues* ». Ces normes sont les « *normes sociales, comportementales, la croyance dans les rôles sociaux et la norme normale* » qui influencent la motivation des élèves. La dernière catégorie de facteurs correspond au contrôle perçu par l'élève quant à

l'adoption d'un comportement. Ce contrôle correspond aux « *barrières perçues* » par l'élève. Ces barrières peuvent être « *d'ordre psychique ou psychologique* ». Selon eux, en connaissant ces différents facteurs qui influencent les élèves quand à leurs choix, les professeurs pourraient agir en conséquence selon deux méthodes données. A savoir, « en agissant directement sur les facteurs ayant une influence sur l'adoption d'un comportement » ou « en développant des activités et des structures qui ont pour but d'avoir un impact direct sur ces facteurs afin de favoriser, dans un avenir rapproché ou à court terme, l'adoption et le maintien d'un comportement favorable pour sa santé et son bien être » (Turcotte, Gaudreau, Otis, 2007). Selon ces mêmes auteurs, étant donné que le but principal d'un enseignant en EPS est de développer des « activités et des structures permettant d'adopter un mode de vie sain et physiquement actif », les professeurs des écoles voulant aboutir à ce but final doivent connaître ces deux méthodes d'intervention dans le cadre de la promotion de la santé. De plus, ces universitaires nous indiquent qu'une démarche d'intervention alliant l'EPS et l'éducation à la santé à été mise en œuvre dans un milieu scolaire québécois avec des enfants de 10 à 12 ans. Ce projet mêlait « *quatre dimensions d'apprentissages : cognitive, sociale, affective et motrice* » afin de mettre à disposition des élèves tous les outils nécessaires à l'adoption d'une pratique physique et sportive régulière qui favorise leur santé physique et leur bien être. D'une telle manière, en connaissant une multitude de possibilités de pratiques physiques et sportives ainsi que leurs bienfaits, avantages et inconvénients, les élèves peuvent alors choisir de pratiquer régulièrement la discipline sportive qu'ils désirent. Dès lors, ces trois professeurs vont une fois de plus dans le sens de Claire Perrin et Brigitte Sandrin-Berthon en prônant un travail d'équipe entre les différents partenaires de l'école, la famille, et le milieu sportif hors contexte scolaire.

Ce travail de recherche est pertinent pour ce sujet dans la mesure où l'éducation à la santé peut être partie intégrante de l'entretien de la santé. Je vais peut être interroger des professeurs qui pratiquent l'éducation à la santé. Ainsi je pourrais mieux les comprendre. De plus, ce travail me conduit à m'interroger sur la manière de créer, constituer, renforcer le lien EPS Santé à l'école avec les élèves, sur les connaissances préliminaires qu'ont les professeurs dans le domaine de la santé. Ainsi que sur les différents partenariats qui peuvent être créés dans le but d'encadrer au mieux les élèves dans leurs apprentissages

quand à l'entretien de leur santé.

Suite à lecture de ces différents travaux et à l'élaboration de cette revue de littérature j'ai pu formuler ma problématique qui articule plusieurs questions.

### **I.3 Problématique et intérêts professionnels**

Quelle est l'importance accordée à la santé physique par les professeurs des écoles dans les séances d'EPS et comment définissent ils la santé physique ?

Quels sont les objectifs et les contenus choisis par les professeurs des écoles en lien avec la santé physique ?

Sous quel(s) angle(s) les enseignants incitent ils, les élèves à prendre soin de leur santé physique. Quels sont les leviers motivationnels utilisés par les enseignants pour susciter leur intérêt vis à vis de leur santé physique en lien avec les activités physiques ?

Est ce que les choix des enseignants découlent de leurs parcours biographiques, des caractéristiques des élèves, de l'école, du projet d'école, de classe ?

J'ai choisi de me centrer sur cette problématique car elle pourrait m'aider moi ainsi que les enseignants qui se trouvent démunis devant cette question difficile qu'est l'approche de la santé physique à l'école. Ce travail pourrait alors nous aider à concevoir nos enseignements et adapter notre pédagogie dans le but d'aider au mieux nos élèves à prendre soin de leur santé physique. Mon travail a pour but d'aider au mieux les professeurs des écoles et futurs professeurs des écoles à inciter, motiver leurs élèves à prendre soin de leur santé et se soucier de leur bien être. De plus, il pourra m'être utile lorsque je serai moi même enseignante pour la réalisation de séances d'EPS qui sensibiliseront mes élèves à la question de la santé physique et qui entrerons dans le cadre de l'éducation à la santé souhaitée dans les programmes de 2008.

De plus, ce travail de recherche portant sur le premier degré concourt au développement de la compétence C1 « agir en fonctionnaire de l'État de façon éthique et responsable » du point de vue de la diversité des élèves. En effet, le travail sur la santé des élèves en Éducation physique permet de prendre en compte la diversité des élèves et ainsi proposer une éducation physique adaptée à tous les élèves sans oublier les handicapés, les élèves en sur poids ou obèses.

Ce travail vise également à perfectionner la compétence C3 « maîtriser les disciplines » de paire avec la compétence C10 « se former et innover ». Effectivement, dans le but de sensibiliser les élèves à prendre soin de leur santé, les professeurs des écoles doivent maîtriser parfaitement le terme santé mais également ce que l'EPS et les autres disciplines peuvent apporter à la santé de leurs élèves aussi bien à court qu'à long terme. Si de par notre formation ou nos pratiques hors contexte scolaire nous ne connaissons pas beaucoup de choses en ce qui concerne le domaine de la santé, il est alors important de se former afin de maîtriser ce sujet. Ceci est primordial pour pouvoir apporter des contenus corrects et transmettre des savoirs aux élèves tout en participant au développement, au maintien et à l'entretien de la santé physique des élèves. Ce sujet de recherche pourrait alors m'aider ainsi que les professeurs ou futurs professeurs à mieux maîtriser le terme de santé physique, les liens qui peuvent s'opérer entre la santé physique et l'EPS, les contenus en terme de santé qu'il est possible de transmettre aux élèves par l'intermédiaire des séances d'EPS mais aussi quand aux moyens et leviers motivationnels à utiliser pour sensibiliser, motiver les élèves à s'y impliquer. Ce travail est alors l'occasion de nous former sur la question et d'en maîtriser parfaitement le contenu.

Ce mémoire permet également de donner des informations, des indices, des pistes aux enseignants afin qu'ils conçoivent, mettent en œuvre leur enseignement et organisent le travail de la classe de manière à sensibiliser leurs élèves à leur bien être et à l'entretiens de leur santé physique par le biais des séances d'EPS (compétences C4 et C5).

D'autres travaux ont déjà été réalisés en ce qui concerne l'Éducation à la santé à l'école primaire. Mon travail est novateur dans la mesure où je m'intéresse au premier degré mais aussi parce que j'interrogerai les professeurs sur leurs méthodes, leur manière de faire. Ceci dans le but de comprendre ce qui est enseigné en matière de santé physique, par quels moyens et comment les élèves sont incités à prendre soin de leur santé physique. De plus, j'étudie l'EPS en général, je ne me centre pas sur une APSA en particulier, j'opte pour une vision plus globale, plus transversale de l'EPS. L'étude que je souhaite réaliser auprès des professeurs me révélera peut être également des liens didactiques avec d'autres disciplines comme les sciences.

## II- Méthodologie du recueil de données

### II.1 Techniques du recueil de données

#### II.1.1 Terrain d'enquête

Je souhaitais étudier la manière dont les professeurs des écoles incitent les élèves à prendre soin de leur santé physique à travers les séances d'EPS. Pour cela j'ai choisi d'interviewer plusieurs professeurs afin d'avoir plusieurs visions, plusieurs manières de faire. J'ai choisi l'entretiens plutôt que le questionnaire de manière à pouvoir mieux situer ces professeurs. En effet, ils pourraient alors avoir suivi des formations différentes, avoir plus ou moins d'ancienneté, une pratique physique hors contexte professionnel de l'école, exercer dans une école située en milieu rural ou urbain, avoir des relations ou connaissances différentes vis à vis de la question de la santé. Les élèves pourraient avoir des âges et des niveaux de connaissance différents. Ces facteurs peuvent induire et ou avoir une influence sur la sensibilisation de leurs élèves à la santé physique au travers des séances d'EPS. Étant donné que je désirais réaliser une étude qualitative et analyser finement les réponses de chaque professeur interrogé et que le temps accordé au recueil de données est relativement limité, j'ai interviewé 5 professeurs. Ainsi, je souhaitais que ces enseignants aient des genres, des niveaux d'ancienneté et des parcours biographiques différents, mais aussi qu'ils exercent dans différentes écoles et soient face à des élèves de catégories sociales différentes. Je ne me fixais pas de « profil type » de professeur à interviewer mais je voulais au minimum pouvoir interroger des hommes et des femmes ainsi que des professeurs ayant des niveaux d'ancienneté et des formations initiales différents, et sensibilisant avant tout leurs élèves à l'importance de la santé physique, son maintien et ou son développement.

#### II.1.2 Outils du recueil de données

Je privilégiais l'entretien semi directif de quelques professeurs afin d'effectuer une recherche qualitative. De cette manière, j'ai pu analyser plus précisément et plus finement les témoignages des professeurs interrogés dans le but de comprendre ce qui les a poussés,

incités à avoir telle ou telle pratique, à mener tel ou tel apprentissage et dans quel but ainsi que les leviers motivationnels utilisés. L'entretien avec ces professeurs m'a permis par ailleurs de préciser mes questions, les expliciter en cas d'incompréhension mais également de demander de plus amples renseignements, d'explicitier leurs propos. Ainsi j'ai pu mieux comprendre l'importance accordée à la santé physique par ces professeurs des écoles, tout comme la définition qu'ils s'en font. Mais également les objectifs et contenus qu'ils choisissent de faire passer en lien avec la santé physique en EPS et les leviers motivationnels qu'ils utilisent pour susciter l'intérêt de leurs élèves vis à vis de la santé physique au travers les séances d'EPS.

J'ai choisi d'effectuer des entretiens semi-directifs avec les enseignants de manière à leur poser des questions ouvertes sur les domaines qui m'intéressent pour mon travail de recherche. Cela leur permettant de m'exprimer leurs propos, leurs pensées, leurs méthodes, leurs vécus sans les influencer ni les contraindre, ou orienter leurs réponses par des questions trop fermées voire directives.

D'une part, je pensais que les professeurs qui ne sensibilisent pas leurs élèves à la question de la santé physique peuvent avoir des raisons particulières de ne pas le faire, rencontrer des problèmes sur lesquels je les questionnerai, ainsi que ce qui pourrait éventuellement les aider dans cette démarche. Je pourrais alors mieux connaître les soucis qu'ils rencontrent, les freins pour les enseignants à cette sensibilisation par rapport au développement de la santé physique. Mon travail pourrait alors répondre à leurs attentes, les aider à construire des contenus d'enseignement qui incluent la sensibilisation de leurs élèves à la santé physique.

D'autre part, je m'attendais à ce que l'interview des professeurs des écoles qui sensibilisent leurs élèves à l'entretien de leur santé physique me permette de comprendre ce qu'ils visent en matière de santé physique ainsi que la manière dont ils procèdent, dont ils suscitent l'intérêt et l'attention de leurs élèves, les leviers motivationnels qu'ils utilisent pour arriver à la finalité qu'ils se sont fixés en ce qui concerne l'inclusion de la sensibilisation de leurs élèves à la question de la santé physique.

De manière à effectuer cette enquête qualitative et donc interviewer 5 professeurs

sensibilisant leurs élèves à la question de la santé physique et ayant des parcours biographiques différents, j'ai choisi de réaliser une enquête préalable sous forme de questionnaire. En effet, étant donné que je n'ai pas le temps requis pour interviewer tous les professeurs des écoles d'une circonscription ou d'un département, cette enquête m'a permis d'explorer mon domaine d'étude et ainsi de sélectionner 5 professeurs des écoles qu'il était pertinent d'interviewer pour mon travail. Effectivement, sans enquête préalable je pouvais me heurter à la rencontre de 5 professeurs ne sensibilisant pas leurs élèves à la santé physique à travers leurs séances d'EPS, risque que je ne pouvais me permettre de prendre. De plus, si le taux de réponses à ce questionnaire de la part de professeurs des écoles sensibilisant leurs élèves à la question de la santé physique était conséquent, il me permettrait d'effectuer un choix parmi ces professeurs de manière à rencontrer différents « profils » de professeurs que je souhaitais interviewer. En effet je souhaiterais qu'ils aient de sexes et des niveaux d'ancienneté différents, des parcours biologiques variés et que leurs élèves soient issus de divers milieux socioculturels.

## **II.2 Élaboration des outils**

### **II.2.1. Le questionnaire préalable**

J'ai choisi de réaliser une enquête préalable sous forme de questionnaire de manière à rencontrer et interviewer différents professeurs qui sensibilisent leurs élèves à la santé physique. J'espérais avoir de nombreuses réponses à ce questionnaire préalable et ainsi avoir plus de chances de rencontrer des professeurs sensibilisant leurs élèves à la santé physique par le biais de leurs séances d'EPS. C'est pourquoi j'ai décidé de faire parvenir ce questionnaire à de nombreuses écoles, dans les circonscriptions de Béthune-Bruay, Lens-Liévin-Hénin-Beaumont, et Arras, circonscriptions se trouvant à proximité de mon domicile ou de l'IUFM. Je peux me permettre d'envoyer mon questionnaire dans plusieurs circonscriptions et donc d'interviewer des professeurs exerçant dans des circonscriptions différentes car, étant donné que je n'effectue pas un travail de recherche à l'échelle d'une circonscription, la circonscription dont relèvent les professeurs des écoles n'a pas d'importance pour mon étude. De plus, le fait d'appartenir à une circonscription plutôt qu'une autre n'influe pas sur le fait que les professeurs sensibilisent ou non leurs élèves à la

santé physique en EPS. Ceci n'a pas non plus d'impact sur leur pratiques pédagogiques ni leur manière de motiver leurs élèves à cette question de la sensibilisation de la santé physique par le biais des séances d'EPS. En revanche, en me basant sur plusieurs circonscriptions j'ai augmenté le nombre de réponses à mon questionnaire et donc le nombre d'entretiens potentiels avec des professeurs des écoles sensibilisant leurs élèves à la santé physique grâce aux séances d'EPS.

Étant donné que je ne disposais pas du temps nécessaire pour me rendre personnellement dans toutes les écoles de ces circonscriptions, j'ai eu recours à l'informatique et à Internet, moyen qui me semble efficace. En effet, j'ai recherché les adresses mail de ces écoles élémentaires par le biais de l'annuaire du site internet du Ministère de l'Éducation Nationale. J'ai alors pu envoyer ce questionnaire dans les boîtes mail des directeurs des écoles des circonscriptions de Béthune/Bruay, Lens/Liévin/Hénin-Beaumont, et Arras.

Dans les mails que j'ai envoyé aux directeurs de ces écoles, je me présentais et expliquais brièvement mon travail ainsi que l'importance de leurs réponses pour la réalisation de mon mémoire. J'ai également demandé aux directeurs s'ils auraient l'amabilité de faire part de ma requête à leurs collègues et m'envoyer en retour une confirmation de prise en compte de ma demande.

Dans ce questionnaire (annexe 1), j'ai tout d'abord choisi de poser des questions ouvertes sur l'EPS en général de manière à ne pas influencer, guider ni orienter les réponses des professeurs des écoles en fonction de mes attentes. C'est pourquoi lors de mes premières questions je demande « Pour vous, qu'est-ce que l'EPS ? » ainsi que « Quelles sont pour vous les différentes finalités de l'EPS à l'école primaire ? » de manière à laisser les professeurs libres de leurs réponses sur le thème de l'EPS sans les influencer en leur parlant de santé physique. Ainsi j'obtiens des réponses objectives en ce qui concerne leur vision de l'EPS et ses finalités.

Suite à cela j'interroge les professeurs sur l'aspect bénéfique des séances d'EPS sur la santé physique par une question à choix multiples où les différentes possibilités de réponses sont pas du tout, un peu, ou beaucoup. Ainsi, si des professeurs estiment que l'EPS n'est pas bénéfique pour la santé physique je ne choisirais pas de les interviewer. Effectivement si pour eux l'EPS n'est pas bénéfique pour la santé physique, ils ne visent aucun objectif en matière de santé physique et n'incitent pas leurs élèves à prendre soin de leur santé

physique par le biais de leurs séances d'EPS. Il n'est alors pas pertinent pour mon sujet de recherche de les interroger. À l'opposé, s'il pensent que l'EPS est bénéfique pour la santé il est probable qu'ils poursuivent des objectifs en matière de santé physique dans leurs séances d'EPS et/ou sensibilisent leurs élèves à l'entretien de leur santé physique. De même, ils peuvent également trouver que l'EPS est bénéfique pour la santé physique mais éprouver des difficultés à sensibiliser leurs élèves à l'importance de la santé physique. Il serait alors intéressant de les interroger de manière à mieux cerner les problèmes que pose la sensibilisation à la santé physique et ainsi constituer un travail qui pourrait aider les professeurs des écoles à sensibiliser leurs élèves à l'entretien de la santé physique.

Puis, je leur demande s'ils poursuivent en EPS des objectifs liés à la santé physique. Cette question un peu plus ciblée autour de mon sujet me permet de savoir si les professeurs poursuivent ou non des objectifs liés à la santé physique et ainsi de savoir s'il serait intéressant pour mon travail de les interroger plus en détail.

Les trois dernières questions portent sur l'école, le niveau de classe des élèves ainsi que la formation initiale des questionnés. Elles me permettront, si le nombre de réponses à ce questionnaire est important, d'effectuer une sélection de manière à obtenir différents « profils » de professeurs des écoles aussi bien dans leur formation initiale que dans d'autres facteurs tels le contexte social de l'école ou le niveau de classe des élèves.

Dans ce questionnaire, je demande bien évidemment aux professeurs s'ils accepteraient un entretiens qui me permettra d'approfondir mes recherches de manière à ce que mon travail puisse aboutir.

### **II.2.2 La grille d'entretien**

Dans l'attente des réponses au questionnaire préalable, j'ai finalisé la grille d'entretien qui me permettra d'interroger les quatre professeurs que j'interviewerai. Cette grille d'entretien est constituée de quatre parties distinctes, introduites par de petites phrases qui indiquent aux questionnés les différents thèmes que nous abordons. Ainsi, nous nous intéressons tout d'abord aux élèves, puis nous précisons le parcours professionnel des questionnés, ensuite nous abordons vraiment la question de la santé physique ainsi que la motivation des élèves face à cet aspect et, finalement, nous traitons de la place accordée à la santé physique dans les séances d'EPS des professeurs interrogés. La majeure partie de

l'entretien concerne les définitions et objectifs en matière de santé physique et la motivation des élèves face à cette question (sept interrogations) ainsi que la place consacrée à la santé physique dans les séances d'EPS des questionnés (neuf à onze questions en fonction des réponses).

J'ai choisi d'effectuer un entretien semi directif de manière à amener et centrer les enseignants sur les thèmes et les sujets dont j'ai besoin pour mon travail tout en les laissant libre de leurs réponses. L'objectif étant d'engager la discussion et de laisser parler les enseignants, m'expliquer leurs définitions, leurs méthodes en restant ouvert à leurs propos, de manière à ne pas enfermer leurs discours. C'est pourquoi, je pose deux premières questions générales « pour vous, qu'es ce que l'EPS ? » puis « quelles sont les finalités de l'EPS ? ». Ces deux interrogations ont déjà été soulevées dans le questionnaire mais elles ont pour but de laisser les professeurs entrer dans l'entretien, se remémorer et aborder le sujet comme ils l'entendent. À l'oral, lors de l'entretien, ils peuvent également plus développer leur propos et l'explicitier plus en détails.

Ensuite, le cœur de l'entretien est constitué de questions ouvertes qui permettent aux enseignants de savoir ce dont je souhaite qu'ils me parlent sans pour autant être trop précise pour ne pas bloquer ni orienter leurs réponses de manière à ce que l'interview soit le plus objectif et le plus représentatif possible. Des questions de relance sont également prévues pour, si nécessaire, recentrer l'attention des questionnés sur le sujet, expliciter mes demandes, ou demander des précisions sur leurs réponses. Bien entendu, certaines questions nécessitent d'être plus précises, plus fermées comme « depuis combien d'années enseignez vous dans cette école ? » ou encore « faites vous appel à un intervenant extérieur [...] ». Les réponses à ces questions étant importantes pour mon enquête, je ne peux les ignorer. Il est nécessaire pour mon travail de poser ces questions plus ciblées aux enseignants. Dans la mesure où ces questions précises et ciblées sont en infériorité numérique, je peux me permettre de poser quelques questions de ce type lors de l'entretien.

### **II.3 Choix des enseignants à interviewer**

J'ai envoyé tous mes questionnaires préalables aux directeurs des écoles des circonscriptions de Béthune/Bruay, Lens/Liévin/Hénin-Beaumont et Arras ce qui constitue 125 écoles. J'ai reçu plusieurs réponses positives (une douzaine) de la part des professeurs

des écoles. Malheureusement, seulement huit professeurs des écoles ayant répondu à mon questionnaire poursuivent des objectifs liés à la santé physique par le biais de leurs séances d'EPS.

Tout d'abord, je souhaitais interroger quatre professeurs qui sensibilisent leurs élèves à la question de la santé physique. Huit professeurs ayant répondu à mon questionnaire pensent que l'EPS est bénéfique pour la santé physique et sensibilisent leurs élèves à la santé physique au travers leurs séances d'EPS. Ce qui me permettait de les interroger pour répondre à ma problématique de recherche. Cependant, l'un d'entre eux ne disposait pas du temps pour un interview. J'ai alors eu le choix entre sept professeurs sensibilisant leurs élèves à la santé physique à interroger plus précisément lors d'un entretien. Il me fallait alors sélectionner quatre professeurs qu'il était pertinent d'interroger plus en détail.

Ces sept professeurs sont de sexe masculin et professeurs au cycle 3, soit en CM1, CM1-CM2 ou CM2 en milieu urbain. Je ne savais pas encore si ces professeurs ont des loisirs sportifs ou impliquant la santé ni leur niveau d'ancienneté. Par contre, je connaissais leurs parcours professionnels. Je souhaitais alors m'entretenir avec Mr F, Mr B, Mr D et Mr X puisque ces quatre professeurs ont des formations professionnelles différentes et entraient dans les détails lors des réponses au questionnaire. Effectivement, je ne connaissais pas leurs loisirs ni niveaux d'ancienneté mais je savais d'ores et déjà qu'il sont de même sexe et enseignent dans des milieux urbains à des élèves de CM1-CM2 ou CM2, élèves ayant donc le même âge, les mêmes préoccupations, les mêmes envies, les mêmes attentes, ... Je pensais alors qu'interviewer ces quatre professeurs serait intéressant dans le sens où je pourrais comparer les différentes manières pour ces professeurs de sensibiliser et motiver leurs élèves à la question de la santé physique sachant que leurs élèves ont le même âge, les mêmes préoccupations, les mêmes attentes, ... Ces différents professeurs pourraient entrer dans la sensibilisation de la santé physique de plusieurs manières, selon des angles différents. Il pourrait alors être intéressant d'étudier ces différentes méthodes et manières de sensibiliser les élèves à la santé physique, de les impliquer, ainsi que les leviers motivationnels que ces professeurs utilisent pour aboutir à leurs fins. De cette manière je pourrais me rendre compte si ces diverses méthodes se ressemblent et en quels points, de même qu'en quoi elles divergent ou convergent. Par ailleurs ces différentes manières de

sensibiliser, motiver et inciter les élèves à prendre soin de leur santé physique pourront être utilisables de la sorte ou transposables pour d'autres niveaux de classe inférieurs. Mon travail pourrait alors fournir diverses possibilités pour sensibiliser les élèves à la santé physique à travers les séances d'EPS et être en accord parfait avec ma problématique.

Je souhaitais également interroger un(e) professeur(e) des écoles qui ne sensibilise pas ses élèves à l'entretien de la santé physique de manière à situer ses réticences, ses problèmes, les difficultés qu'il rencontre et ainsi construire un travail qui les prendra en compte pour être plus complet et efficace. Dans cette optique une professeure des écoles ayant répondu à ma demande a particulièrement attiré mon attention. Elle pense que l'EPS est très bénéfique pour la santé physique mais ne poursuit pas d'objectif lié à la santé physique à travers ses séances d'EPS. Elle précise « j'essaye de varier les activités pour utiliser différentes parties du corps sans oublier l'esprit ». Dans la mesure où cette enseignante pense que l'EPS est bénéfique pour la santé physique et essaye de varier les activités tout en pensant à veiller à ce que ses élèves soient bien dans leur corps et dans leur tête, il pourrait être intéressant de l'interviewer. En effet, elle met en œuvre des séances d'EPS dans lesquelles elle veille à ce que ses élèves soient « bien dans leur tête et dans leur corps », ce qui relève de la santé physique et morale. De plus, elle pense que l'EPS est bénéfique pour la santé physique. Elle peut alors avoir envisagé et essayé de sensibiliser et motiver ses élèves à l'importance de la santé physique mais ne pas y être parvenue. Elle pourrait éprouver des difficultés à mener des objectifs liés à la santé qu'elle m'exposerait lors de l'entretiens. D'autres facteurs, qu'elle m'expliquerait, pourraient également entrer en jeu et faire qu'elle ne pratique pas la sensibilisation au développement à la santé physique de ses élèves. Avec ses réponses, je pourrais mieux cerner et comprendre les difficultés et obstacles rencontrés par les professeurs des écoles lors de la sensibilisation à la santé physique à travers les séances d'EPS. Ainsi, mon travail aiderait au mieux les professeurs des écoles et futurs professeurs des écoles à sensibiliser leurs élèves au développement à la santé physique par le biais des séances d'EPS.

Après avoir sélectionné ces cinq enseignants, j'ai pu m'entretenir avec eux plus en détails lors des entretiens. Suite à l'explication de la méthodologie que j'ai employée pour

réaliser mes questionnaires et entretiens ainsi que la manière dont j'ai défini les professeurs des écoles que j'ai souhaité interviewer je peux maintenant me centrer sur l'analyse des réponses de ces enseignants.

### III- Analyse des questionnaires et entretiens

Je me centre tout d'abord sur l'analyse approfondie de chaque entretien avant de comparer mes cinq entretiens de manière à dégager une réponse à la problématique que je me suis posée.

#### III.1 Analyse individuelle de chaque questionnaire et entretien

##### III.1.1 Le cas de Madame A

Cette enseignante d'une cinquantaine d'années exerce depuis 17 ans dans une école en milieu urbain à des élèves de CM1 issus de milieux sociaux assez défavorisés. Elle a d'abord suivi un DUT gestion des entreprises et administrations avant d'intégrer l'IUFM et d'exercer le métier d'enseignante depuis maintenant une vingtaine d'années. Elle estime ne pas être scientifique et n'avoir aucune connaissance en matière de santé physique. À la question « quelle est votre définition de la santé physique ? », elle répond « La santé physique ne va pas sans la santé morale. La santé physique c'est quand tout va bien. Je n'ai pas de définition de la santé physique. Ce n'est pas un domaine où je m'y connais. Je ne suis pas une scientifique. » Je ressens cette enseignante comme mal à l'aise avec la question de la santé physique. Elle l'associe au domaine scientifique où elle se juge mauvaise, sans grandes connaissances. C'est un domaine qu'elle pense ne pas maîtriser de ce fait elle se sent gênée, embêtée quand à l'idée de formuler une définition et de traiter ce domaine avec ses élèves.

En ce qui concerne cette enseignante, l'EPS est un moment privilégié de la semaine où les élèves peuvent se dépenser, se défouler. Ils utilisent leur corps, développent des stratégies tout en s'amusant. Ils effectuent l'EPS hors de l'enceinte de l'école, dans la salle des sports. C'est un lieu et un moment qui est plus ludique, où il y a moins de contraintes. Les élèves peuvent voir l'enseignante autrement lors de ces séances moins « scolaires ».

C'est un moment qu'elle préfère particulier, privilégié avec ses élèves.

Elle ne poursuit pas d'objectif lié à la santé physique en EPS. Elle utilise cette matière de manière à varier les activités proposées aux élèves pour qu'ils utilisent les différentes parties de leurs corps sans oublier leur esprit. La manière dont elle utilise les séances d'EPS pour justement travailler les différentes parties du corps de ses élèves ainsi que leur esprit est en lien étroit avec sa définition de la santé physique. En effet, pour elle la santé physique « ne va pas sans la santé morale. C'est quand tout va bien ». Le fait de justement vouloir faire travailler l'esprit de ses élèves ainsi que les différentes parties de leur corps révèle bien sa volonté implicite de travailler et d'entretenir la santé physique de ses élèves. Elle réalise cela sans s'en rendre compte ni l'explicitier aux élèves mais pour moi, elle participe à l'entretien de leur santé physique puisqu'elle veille à ce qu'ils fassent travailler toutes les parties de leur corps sans en léser une et qu'elle relie cela à leur bien être moral.

Elle estime que la santé est un domaine sensible, difficile à aborder avec les élèves. Elle pense que ce n'est pas son rôle de se mêler de la vie ni des habitudes alimentaires des élèves mais plutôt celui du médecin. Si elle s'aperçoit qu'un élève mange et boit des choses trop grasses, trop sucrées elle essaye d'en discuter avec l'élève, la classe mais n'ose pas réellement le faire. Le fait qu'elle manque d'assurance en elle et n'ose pas aborder la question avec ses élèves résulte peut être du fait qu'elle pense ne pas maîtriser ce domaine. Elle m'a même confié qu'un petit stage sur le sujet lui permettrait de se sentir plus à l'aise avec ses élèves en maîtrisant ce qu'elle leur raconte. De plus, elle rapporte la santé physique à l'alimentation où dans le cadre du programme de sciences. Elle pourrait éventuellement faire passer un message à ses élèves en matière de santé physique mais ce n'est pas au programme de ses CM1. Elle me confie « La santé au niveau du sport je ne m'en occupe pas. Au niveau des sciences non plus parce que j'ai le corps humain. Je fais la respiration, je fais les os, je fais les articulations, les muscles et après c'est la reproduction chez les animaux. Heu, mais moi j'ai pas en sciences sur la santé. » Pour elle la santé physique se traiterait essentiellement par le biais des sciences et concernerait principalement l'hygiène alimentaire. Travaillant les os, les articulations et les muscles avec ses élèves elle pourrait alors effectuer un lien avec l'EPS et la santé physique. Elle pourrait travailler l'importance de l'échauffement pour les articulations, les muscles, parler des blessures, de la préparation

physique, des activités physiques et sportives qui sollicitent telle ou telle articulation, tel ou tel muscle, ... Je me demande si elle ne voit pas le lien possible puisque pour elle la santé physique a trait aux sciences et surtout à l'alimentation ou si elle ne veut pas faire ce lien, ne maîtrisant pas le sujet.

Je lui ai alors demandé pourquoi elle ne sensibilise pas ses élèves à la question de la santé physique. C'est tout naturellement qu'elle m'a répondu qu'en EPS qu'elle appelle encore sport, c'est l'occasion de travailler autrement, prendre du plaisir. Elle préfère alors motiver ses élèves, les encourager à se surpasser pour qu'ils soient fiers d'eux. Cette discipline permet aux élèves qui ne sont pas « forts » dans d'autres matières d'être heureux de réussir en EPS. Elle ne souhaite donc pas sensibiliser ses élèves à la santé physique en EPS de peur de rendre la discipline trop scolaire. Elle veut vraiment faire autre chose en EPS, appuyer sur la dimension ludique, le plaisir. Elle a peur d'être trop « maîtresse » en les sensibilisant à la santé physique en EPS et que les élèves perdent leurs moments de détente de la semaine. Pour l'aider à sensibiliser ses élèves à la santé physique, prendre soin, entretenir, voire améliorer leur santé physique il faudrait que cette sensibilisation s'effectue explicitement de manière ludique tout en restant dans l'optique de séances différentes du travail de classe. Ceci devrait permettre aux élèves de s'amuser, se défouler, garder une certaine liberté et au autre rapport au professeur des écoles tout en prenant conscience de l'importance de l'activité physique pour leur corps et ses bienfaits.

### III.1.2 Le cas de Monsieur F

Mr F est un professeur des écoles d'une quarantaine d'années qui enseigne depuis 28 ans. Il a suivi une formation à l'école normale ainsi qu'un DEUG STAPS avant de devenir enseignant. Ce professeur des écoles n'a pas suivi de formation particulière dans le domaine de la santé mais a longtemps pratiqué le football en club. Depuis 15 ans, il enseigne à des élèves de CM1, dans une école située en milieu urbain. Le parcours biographique de cet enseignant me permet de pointer le fait que pour cet enseignant l'EPS est important puisqu'il a choisi d'effectuer un DEUG STAPS pour devenir professeur des écoles. Son ancienneté et sa pratique physique et sportive hors contexte scolaire lui ont peut être permis d'amasser des connaissances dans le domaine de la santé en lien avec l'EPS qu'il peut transmettre à ses élèves.

Cet enseignant ne définit pas vraiment ce qu'est la santé physique mais plutôt ce qu'est le fait d'avoir la santé physique puisqu'il annonce que c'est l'absence de maladie ainsi qu'être en forme physiquement. Ainsi, sa définition de la « santé physique » se rapporte à la définition que s'en faisait la population avant la seconde guerre mondiale. Cette définition influe peut être sur les objectifs et messages qu'il souhaite faire passer à ses élèves en matière de santé physique.

Selon lui, ses élèves ont des connaissances dans le domaine de la santé puisqu'ils ont des cours de sciences se rapportant à la santé comme les dents, l'hygiène ou la bruit. De plus, une infirmière scolaire leur fait également quelques leçons en rapport avec le programme sur la santé. Ceci me permet de mettre en avant que pour cet enseignant les connaissances que ces élèves ont acquis dans le domaine de la santé ont été acquises en sciences.

Pour ce professeur des écoles l'EPS est une matière où les élèves apprennent de manière ludique à se dépasser en produisant des efforts physiques. Nous pouvons nous appuyer sur ses propos « Apprendre à respecter les règles, savoir s'intégrer dans un groupe, améliorer ses capacités physiques » pour en déduire que pour lui, les finalités principales de l'EPS sont l'acquisition de compétences et savoirs être sociales et civiques ainsi que sportives et physiques. Il ajoute qu'il poursuit des objectifs en matière de santé physique avec ses élèves, puisque l'EPS est bénéfique pour la santé mais que l'objectif primordial pour lui est l'acquisition de compétences et savoirs êtres sociales « je mets en avant la sociabilisation de l'élève ».

Selon cet enseignant, les élèves n'ont pas ou plus le goût de l'effort, ils préfèrent passer leur temps libre devant leur télévision ou jeux vidéo. Il souhaite alors les pousser à faire des efforts par le biais des séance d'EPS. Pour cela il privilégie l'APSA endurance. Nous pouvons comprendre ce choix puisque lors de cette APSA les élèves sont amenés à courir longtemps, ils doivent alors prendre un certain nombre d'information sur leur corps et doivent gérer leurs efforts énergétiques pour adapter leur vitesse de manière à tenir la durée, la distance. Avec la pratique de cette APSA les élèves peuvent acquérir des connaissances sur la pratique de cette APSA mais aussi sur leur corps. De même qu'ils

peuvent développer des capacités à courir longtemps.

Cet enseignant rapporte les objectifs et les messages qu'il souhaite faire passer à ses élèves en matière de santé physique à la notion d'alimentation et de pratique physique et sportive indispensable. Pour lui, l'alimentation et le fait de bouger, avoir une activité physique et sportive participent au bon fonctionnement du corps et lui permettent de rester en bonne santé tout en gardant la forme physiquement.

Le lien avec les sciences est fort présent chez ce professeur des écoles. En effet, il sensibilise ses élèves à la question de la santé physique par le biais des séances d'EPS en faisant des petits points d'une dizaine de minutes sur la santé ou en impliquant ses élèves et en les incitant à fournir des efforts physiques auxquels ils ne sont pas habitués et en leur donnant le goût et l'envie de poursuivre ces efforts par eux mêmes. Mais il s'appuie également sur les cours de sciences pour amener la question de la santé physique. Il réalise alors de petites discussions, débats avec les élèves. Il essaye également de rendre les séances vivantes et intéressantes de manière à passionner, impliquer les élèves, les toucher. A tout moment, si l'attention des élèves en sport n'est plus si importante, si les élèves se démotivent, il essaye de les inciter à s'impliquer en leur expliquant que l'EPS est bénéfique est important pour garder et entretenir sa santé physique. Il fait alors de petits points et organise des discussions sur la santé physique quand il en a l'occasion. En ne faisant pas de cour magistral mais en organisant de petits débats collectifs avec ses élèves, je pense que ce professeur essaye d'attirer leur attention, de les inciter et de les motiver à prendre soin de leur santé physique. Le débat étant quelque chose qui donne envie aux élèves de participer d'agir, de s'exprimer, ils vont confronter leurs idées, prendre conscience de ce qu'il est important et bon de faire ou non. Cela a plus de poids qu'un cour magistral où on va dire aux élèves ce qu'il faut faire ou non de but en blanc sans leur expliquer pourquoi, sans leur demander leur avis, sans les faire réfléchir aux propos. Les élèves vont alors écouter mais pas avoir envie de le mettre en pratique ni de le retenir sur du long terme. Or l'une des visées à long terme de l'EPS est de justement donner des habitudes en matière de santé aux élèves en leur permettant de prendre soin de leur santé. Je pense que c'est ce qu'essaye de faire ce professeur par ces petites interventions qui pointent du doigt les lacunes des élèves et leur explique comment les surmonter, et aussi par ses petits débats collectifs.

Il a déjà eu recours aux infirmières scolaires et aux gendarmes pour l'aider dans ses leçons

ou sensibilisations sur la santé physique et morale. Je pense que les partenariats qu'il effectue avec ces intervenants sont bienvenus pour toucher les élèves, les impliquer en leur apportant un autre regard, une autre manière de faire, des connaissances peut être plus poussées, apportées autrement. Ou simplement de part le métier des intervenants les élèves seront peut être plus attentifs, prendront peut être plus conscience de l'importance de la santé physique.

### **III.1.3 Le cas de Monsieur B**

Mr B est âgé d'une quarantaine d'années. Il enseigne depuis six ans aux CM2 d'une école située en milieu urbain. Pour se destiner au métier de professeur des écoles, il a suivi un cursus Baccalauréat E (qui correspondrait à l'actuel baccalauréat Scientifique) puis une licence en sciences de l'éducation. Cet enseignant possède 20 ans d'expérience dans le métier de professeur des écoles. De par sa formation initiale il n'a pas eu un apport important de connaissances sur la santé physique. Il m'a confié « C'est de la formation personnelle, c'est à dire que j'ai cherché moi même à me documenter sur la question ou j'ai mené un certain nombre de projets autour de ça en partenariat avec des associations de quartier sur Lens [...] là j'ai vraiment appris des choses mais je n'ai pas vraiment eu de formation sur le sujet ». Ceci nous apprend que cet enseignant a jugé nécessaire de s'auto former en utilisant des manuels, des livres, des encyclopédies mais également en ayant recours à des partenaires (infirmiers scolaires, infirmiers travaillant en milieu hospitalier, associations de quartier) qui ont pu mettre leur expérience et leur savoir faire au profit des élèves mais aussi de la formation personnelle de cet enseignant. Je pense que cet enseignant s'est rendu compte de la nécessité de se former, se documenter, se renseigner pour pouvoir travailler la santé physique avec ses élèves. Ainsi les expériences de partenariat qu'il a connues par le passé lui ont permises d'acquérir des connaissances et un certain savoir faire qu'il utilise encore maintenant.

Cet enseignant voit l'EPS comme une discipline à part entière qui constitue une source de motivation pour les élèves. L'EPS apporte des apprentissages ou donne du sens à d'autres apprentissages dans d'autres disciplines. Comme le préconisent les programmes officiels, cet enseignant crée des liens entre l'EPS et les autres matières telles les sciences,

l'éducation civique, le français. Pour lui, l'EPS et la santé sont étroitement liés puisque quand je lui demande quelles sont pour lui les finalités de l'EPS il m'indique qu'il vise à ce que ses élèves prennent conscience des bienfaits apportés par la pratique régulière d'une activité physique et sportive ainsi que de ses effets sur la santé. Par le biais de l'EPS cet enseignant cherche alors à développer chez ses élèves des savoirs mais également des savoirs être en matière de santé physique. Pour mieux le comprendre, intéressons nous à sa définition de la santé physique.

Pour cet enseignant, avoir la santé physique c'est avoir la possibilité de pratiquer une activité physique. Cette activité peut aussi bien être de la marche qu'une pratique collective en club, l'important est que le corps soit mis en jeu. Pour lui, il ne faut pas forcément être inscrit dans un club sportif et participer à des rencontres pour avoir une activité physique. Le simple fait de marcher, se promener, courir, faire du vélo seul est aussi une activité physique puisque le corps est mis en jeu. Cette définition de la santé physique va peut être influencer les objectifs qu'il fixe pour ses élèves en matière de santé physique. Nous pouvons penser qu'il axera ses séances autour du plaisir de pratiquer une activité physique mais également de son importance et de ses bienfaits pour le corps, la santé dans l'optique que ses élèves ressentent l'envie de pratiquer seuls. En effet, il poursuit des objectifs de manière détournée dans le domaine de la santé physique par le biais des séances d'EPS. Ainsi, il espère que pratiquer des activités physiques et sportives amènera ses élèves à se sentir bien et créera chez eux des envies sportives en dehors de l'école. Il essaye de sensibiliser ses élèves à la pratique régulière. Il estime alors qu'en faisant pratiquer régulièrement ses élèves il compte un premier jalon de leur sensibilisation à la santé physique. De même, il essaye de détecter si certains élèves sont doués pour certaines activités physiques de manière à les orienter vers des clubs sportifs qui pourraient leur plaire. Dans cette optique d'inciter les élèves à pratiquer hors contexte scolaire il essaye de leur faire découvrir de nombreux sports. Pour cela il n'hésite pas à faire participer des intervenants lors de ces découvertes. Il organise également avec sa classe un projet exceptionnel, une sortie verte de trois jours et deux nuitées où tout les déplacements s'effectueront à vélo de manière à sensibiliser les élèves à la pratique sportive, leur montrer que c'est accessible pour tous et leur donner envie et les motiver à pratiquer par eux mêmes. Cet enseignant, pour qui l'EPS et la santé sont très importantes met un point d'honneur à

faire pratiquer de nombreuses activités physiques et sportives à ses élèves de manière à susciter chez eux l'envie et le besoin d'activité physique régulière hors contexte scolaire. Les objectifs qu'il se fixe pour ses élèves en matière de santé physique à travers l'EPS découlent de sa manière de concevoir l'EPS et les finalités qu'il lui attribue mais aussi de sa définition de la santé. En effet, nous avons pu constater précédemment que pour lui la finalité principale de l'EPS est que les élèves prennent conscience des bienfaits apportés par une pratique régulière d'une APS ainsi que ses effets bénéfiques pour la santé. De plus, comme pour lui avoir la santé physique c'est avoir la possibilité de pratiquer quelque activité physique que ce soit nous ne sommes pas surpris d'apprendre qu'il essaye de sensibiliser ses élèves à l'importance d'une pratique physique régulière tout en leur faisant découvrir de nombreux sports qui pourraient les ravir.

Cet enseignant tient à souligner qu'il effectue une sensibilisation avec ses élèves. Il essaye de montrer à ses élèves l'intérêt et les bienfaits pour le corps et la santé de la pratique d'une activité physique régulière. Il les encourage également à avoir de bonnes habitudes alimentaires. Cependant, il estime que c'est une question délicate et ne souhaite et n'ose pas aller au delà de la sensibilisation et de l'éveil. Il estime que ce serait dépasser le rôle du maître que d'aller plus loin et de dire aux élèves de faire attention parce qu'ils sont ou vont être en sur poids. Il ne veut pas offenser ni stigmatiser les élèves ayant un embonpoint qui se sentent déjà visés dès qu'il s'agit de traiter d'alimentation, ou de se mettre en maillot de bain pour aller en piscine. Pour cela il effectue une prévention qui a ses limites. Le devoir de réserve le pousse à rester « à la limite de ». Je pense que n'ayant pas eu de formation professionnelle mais plus personnelle sur ce sujet il a une certaine crainte d'aller trop loin, de ne pas rester à sa place d'enseignant en touchant à des sujets trop sensibles et en voulant aller au delà de la sensibilisation et de la prévention.

Chez cet enseignant, la sensibilisation à la santé physique s'effectue principalement en EPS par la découverte de nombreuses activités physiques et sportives et la découverte de ses bienfaits pour la santé. Il utilise alors pour point d'appui la course d'endurance et la gymnastique où il juge que les élèves peuvent prendre plus rapidement conscience qu'effectuer plus de sport et une activité physique et sportive plus régulière leur permettrait de mieux parvenir à réaliser ces activités. Je ressens chez cet enseignant le volonté donner

envie à ses élèves d'entretenir leur santé physique par le biais de la pratique physique et sportive régulière dans l'optique qu'ils ressentent le besoin de pratiquer durant leur temps libre. Les autres activités physiques et sportives qu'il fait pratiquer à ses élèves ont pour but de leur faire découvrir des activités physiques et sportives diverses et variées mais également de préciser, conforter les bienfaits pour la santé apportés par la pratique des activités physiques et sportives et les sensations que cela procure aussi bien pour le physique que pour le mental.

Il ressent également le besoin de faire prendre conscience aux enfants de ce qu'ils peuvent réaliser. Je pense qu'il a envie de leur montrer qu'il ne faut pas décourager, que toutes les activités physiques et sportives leur sont accessibles du moment qu'ils en aient envie, qu'ils fassent l'effort et qu'ils se préservent en faisant attention à leur corps (qu'ils le préparent pour l'effort, qu'ils écoutent ses indicateurs durant l'activité).

Cette sensibilisation s'effectue également suite à la pratique physique, de retour en classe, durant le bilan de la séance d'EPS, soit 15% de la durée de la séance d'EPS. Il éveille les discussions autour du thème de la santé, de l'EPS, des performances réalisées, demande comment les améliorer, ce que ressentent les élèves, comment ils perçoivent leur corps, les sensations qu'ils éprouvent et laisse les élèves s'exprimer. Cela donne lieu à de petits échanges, débats où chacun peut s'exprimer. Pour que les élèves puissent étayer leurs propos ou simplement mieux comprendre des choses qu'ils ne maîtrisent pas, se faire un avis sur la question, l'enseignant leur apporte des documents (scientifiques, revues, ...) d'appuis. Il effectue ceci toujours dans l'optique de sensibiliser ses élèves à la pratique régulière d'une activité physique et sportive ainsi qu'à ses bienfaits pour la santé. Lors de ces « débats » il trouve que ses élèves sont tous intéressés, cherchent à participer, s'exprimer, comprendre. Il se demande néanmoins si les élèves sont réellement attentifs au sujet du débat ou s'ils sont plutôt intéressés par l'activité de débattre en elle-même. Pour ma part, je pense que si le débat leur plaît, les élèves se prennent au jeu et cherchent à s'informer, comprendre, se faire un avis pour pouvoir le partager avec leurs camarades. Ainsi ils effectuent une activité de recherche dans les documents, ils comprennent certaines choses grâce aux interventions de leurs camarades et ainsi se construisent des connaissances qu'ils retiennent puisque le débat les a marqué. Il est peut-être souhaitable de revenir plus tard dessus de manière à s'assurer que les connaissances aient bien été

intégrées ou à effectuer une petite révision.

Il m'a précisé que la santé est un objectif interdisciplinaire, transversal. De nombreuses autres matières servent de point d'appui pour traiter de la santé comme sciences, la lecture, le français, l'éducation civique. Il crée systématiquement un lien avec la santé dès que l'occasion se présente, dès qu'une situation fait référence à ce qu'ils ont déjà vu, il fait le lien, permet aux élèves de se rendre compte de ces liens, que les connaissances qu'ils ont acquises peuvent leur servir.

Aussi bien lors des séances d'EPS qu'en classe lors des discussions ou leçons, si cet enseignant ressent une baisse de la motivation chez ses élèves, il n'hésite pas à les pousser, les encourager, leur montrer de l'intérêt. En effet, il estime que les enfants montrent de l'intérêt pour les choses s'ils se sentent soutenus, encouragés, accompagnés. C'est pourquoi il les soutient et leur apporte toute son attention surtout dans les activités physiques et sportives où il faut produire un effort physique. Les élèves se démotivent vite seuls, sans soutiens alors qu'ils sont tellement heureux lorsqu'ils y parviennent. Il met alors un point d'honneur à justement leur montrer les progrès réalisés au fil de la séquence, voire de l'année et à les féliciter. Ainsi il montre aux élèves que ces activités physiques et sportives qu'ils jugeaient difficiles sont réalisables et abordables. Ils sont aussi amenés à prendre conscience qu'elles leur procurent même de nouvelles sensations ainsi que des bienfaits non négligeables pour leur santé. Il essaye également de diminuer au fil de l'année l'impulsion qu'il leur donne de sorte que les enfants puissent pratiquer seuls hors contexte scolaire que ce soit durant l'année scolaire ou dans leur vie future.

#### **III.1.4 Le cas de Monsieur X**

Monsieur X est âgé d'une cinquantaine d'années. Initialement ingénieur il a ensuite repris le chemin de l'IUFM pour devenir enseignant. Il a dix années d'ancienneté dans le métier dont trois en tant que professeur de CM1-CM2 à des élèves issus de milieux sociaux variés dans une école en milieu urbain auxquels il enseigne actuellement.

Il n'a pas eu de formation particulière dans le domaine de la santé. En revanche, au sein de l'école, les élèves ont eu des apports sur la santé grâce à des actions menées dès le CP. Ces actions portaient essentiellement sur l'alimentation et les bienfaits du sommeil. Elles ont

été menées en partenariat avec une infirmière scolaire. Cette année plus précisément, dans le cadre de la semaine du goût, un projet particulier a été mis en place en partenariat avec une infirmière scolaire et un estaminet. Il a notamment permis aux élèves de travailler l'alimentation, l'hygiène et la santé.

Pour cet enseignant, l'EPS est « une activité indispensable au développement et à l'épanouissement des élèves ». L'une des finalités de l'EPS est de développer le goût de l'effort et de réaliser une performance physique. Il pense que l'EPS est bénéfique pour la santé physique des élèves qui, pour lui s'exprime par la capacité à réaliser des activités physiques. En effet, il estime que la santé physique « c'est profiter pleinement de nos aptitudes physiques sans qu'elles soient pénalisées par la maladie, un manque d'exercice, d'entraînement ou de volonté. » Nous constatons que pour cet enseignant la santé physique est très importante, elle nécessite une attention particulière et un entretien qui passe par l'entraînement et qui implique une certaine volonté, motivation.

C'est dans cette optique d'entretenir la santé de ses élèves et de les y impliquer qu'il souhaite que tous ses élèves aient accès au sport via l'école. C'est pour cela qu'il a deux créneaux d'EPS par semaine (cohérence avec les programmes officiels). Durant les séances d'EPS ce ne sont pas les performances des élèves qui l'intéressent mais le fait qu'ils s'impliquent tous, qu'ils coopèrent avec un but commun tout en mettant en action, en mouvement leur corps, en ayant une pratique physique propre au sport. Il met l'accent et insiste sur le fait que tous les élèves participent, s'impliquent et réussissent à atteindre les objectifs qu'ils s'étaient fixés.

Ce professeur poursuit des objectifs bien précis en matière de santé physique par le biais des séances d'EPS. En effet, il souhaite tout d'abord que les élèves comprennent l'importance de l'échauffement avant toute pratique physique. Pour cela, chaque séance débute par 5-10 minutes de préparation du corps à l'effort. Durant ce petit temps, il montre et explique aux élèves la nécessité de préparer son corps à l'effort physique pour le préserver et le protéger, lui permettre d'entrer dans l'effort, l'activité physique sans le blesser. Il souhaite également que ses élèves aillent jusqu'au bout des objectifs qu'ils se fixent. Il vise aussi à ce que ses élèves écoutent leur corps, prennent des indices sur leur corps de manière à adapter leur effort en fonction des réponses, besoins de leur corps durant l'effort. Ainsi, il veille à leur faire comprendre qu'en préparant son corps, en

l'écouter, en y étant attentif, nous pouvons atteindre les objectifs que nous nous fixons. Cela nécessite de la motivation, il ne faut pas se démotiver, ni baisser les bras mais au contraire y croire et se donner les moyens d'atteindre l'objectif fixé.

Par ailleurs, il trouve que les élèves n'ont plus le goût de l'effort, ce qui est dommage. Il souhaite alors, par ces activités et son soutien leur redonner le goût de l'effort.

Pour sensibiliser ses élèves à la question de la santé physique et les inciter à l'entretenir par l'intermédiaire des séances d'EPS, il n'hésite pas à effectuer des liens avec d'autres matières comme les sciences et l'instruction civique et morale. Lors de ces séances particulières il questionne ses élèves sur les points importants qui relèvent de la santé. Il se rend alors compte que ses élèves sont déjà sensibilisés à l'hygiène (dents, toilette, alimentation) mais beaucoup moins sur le sommeil ainsi que le temps passé devant les écrans. La plupart des élèves ne pratiquent pas d'activité physique et sportive. Par ces petites séances il essaye de faire prendre conscience aux élèves que l'entretien de la santé physique nécessite bien évidemment la pratique d'activité physique et sportive mais également une alimentation équilibrée pour apporter les aliments nécessaires au bon fonctionnement du corps et un temps de sommeil approprié pour lui permettre de se reposer. Ces séances pluridisciplinaires qui traitent de la santé sont des séances débats. Elles font participer les élèves et les intéressent. Dans un premier temps, l'enseignant amène les élèves à se questionner sur un sujet donné qui traite de la santé. Il laisse les élèves chercher, noter individuellement leurs idées. Puis, dans un second temps ils confrontent leurs idées en binôme. Enfin, un débat collectif clôt la séance. Si les avis divergent et que les élèves n'arrivent pas à se mettre d'accord, l'enseignant leur fournit des documents scientifiques qui leur permettent de conforter ou réfuter leurs hypothèses et ainsi valider l'essentiel à retenir.

Afin de motiver ses élèves et les garder attentifs lors de la sensibilisation à la santé physique, comme dans toute autre matière cet enseignant essaye de rendre le cours vivant, attrayant et intéressant pour les élèves, même avec une classe aussi hétérogène. Il évite de s'énerver pour une petite brouille mais quand l'agitation ou le manque d'intérêt se font ressentir. Ainsi, la réprimande a plus d'impact. Pour toucher et sensibiliser ses élèves, Mr X a également eu recours à l'utilisation de documents, textes et photos « choc » qui sont

marquants, prégnant pour les élèves. Il trouve que ces documents motivent, poussent les élèves à se questionner et à réfléchir.

Cet enseignant implique ces élèves dans la participation de projets tels le projet « santé, sport et solidarité » auquel ils participent cette année en partenariat avec l'association ELA. Les élèves ont été très réceptifs du fait de l'aboutissement concret de ce projet et des séances d'EPS par le cross. De plus, une dictée préalable au cross à été lue aux élèves par une personne malvoyante champion de triathlon qui a également participé au cross avec eux. Cela a d'autant plus impliqué et motivé les élèves. Ils ont été touchés et sensibilisés par cette personne handicapée qui, avec de la volonté se donne les moyens de pratiquer une activité physique et sportive régulière et même de devenir champion dans cette activité. Cet exemple nous illustre que de part son aboutissement concret et l'intervention de personnes extérieures à l'école, avec des statuts ou fonctions particuliers, le projet suscite l'intérêt, la motivation et l'implication des élèves à l'entretien de leur santé physique. De plus, avec la participation d'athlètes ou de personnes qui se donnent les clés pour atteindre leur objectif, les élèves ne sont que d'autant plus motivés et prennent goût à l'effort, ce qui ne semblait pas gagné pour cet enseignant.

La sensibilisation des élèves à la santé physique est présente à chaque séance d'EPS de cet enseignant, que ce soit explicitement lors de l'échauffement ou au cœur d'une activité bien précise mais également implicitement. En effet, pour lui la sensibilisation de la santé va de soi, paraît tellement normale qu'il ne pense pas à l'explicitation. Il me confie que l'entretien lui a permis de se rendre compte de cela. Il souhaite alors plus l'explicitation, le faire ressentir aux élèves. Ce que m'explique ce professeur des écoles sur la part d'implicite dans la sensibilisation et l'entretien de la santé physique par le biais des séances d'EPS se retrouve peut être chez d'autres professeurs. Ils pensent ne pas sensibiliser leurs élèves à la santé physique, or par le contenu de leurs séances, cette sensibilisation pourrait s'effectuer et les élèves pourraient en prendre conscience s'ils étaient questionnés sur leur ressenti, les sensations que procure l'activité physique et sportive sur le corps, la nécessité de l'échauffement, son but, son déroulement, ...

Cet enseignant privilégie sans s'en rendre compte des activités dans lesquelles il explicite systématiquement l'entretien de la santé physique. Par exemple, lors du cycle gymnastique,

il insiste sur le fait que la gymnastique permet de travailler l'équilibre et les muscles pour préparer le corps au ski qu'ils effectueront en classe de neige. Durant cette activité, il évite les accidents et briefe ses élèves pour que tout se déroule au mieux, que chacun y trouve son compte selon ses capacités. Chez cet enseignant, la santé est présente de manière explicite dans ce cycle comme dans les activités athlétiques et la course de durée où l'explicitation est peut être plus facile, plus naturelle.

De plus, chaque année, dans l'école, une journée du sport est organisée mi septembre. Durant cette journée, un parcours santé et des activités athlétiques en rapport avec la santé sont mises en œuvre de manière à expliciter et sensibiliser les élèves à l'entretien de leur santé physique.

Cet enseignant fait appel à des partenaires tels les associations, les parents d'élèves, les infirmiers, les étudiants STAPS dans la mesure où les rôles de chacun sont bien définis et respectés et que ces partenariats concourent aux apprentissages pour les élèves. Mr X est d'ailleurs un fervent défenseur du partenariat avec les infirmiers scolaires. En effet, il aime les projets réalisés avec eux. Ils motivent les élèves et les sensibilisent fortement. De plus, leur aspect professionnel apporte une autre dimension aux élèves, un autre vocabulaire, avec plus de connaissances et de maîtrise que lui. Il estime que ces partenariats ne peuvent être que bénéfiques pour les élèves et les conseille aux autres professeurs qui ne maîtriseraient pas parfaitement la santé et voudrait toucher les élèves. Même sans formation conséquente, des professeurs peuvent sensibiliser leurs élèves à l'entretien et la préservation de leur santé physique par des projets en partenariat avec des infirmiers scolaires, associations, qui peuvent apporter des connaissances supplémentaires et toucher, impliquer les élèves par ses activités extraordinaires.

### **III.1.5 Le cas de Monsieur D**

Mr D est un enseignant âgé de 28 ans. Il exerce la profession de professeur des écoles depuis trois ans. Pour cela il a suivi des études STAPS jusqu'en master 1 avant d'intégrer l'IUFM. Au cours de sa formation, le volet consacré à la santé était donc important avec des cours de physiologie, d'anatomie, de psychologie et de pathologie. De

plus, sa belle mère est médecin ce qui lui permet d'enrichir ses connaissances dans le domaine de la santé. Nous pouvons alors nous attendre à ce que ce professeur des écoles qui a eu une formation conséquente ainsi que des apports personnels en matière de santé s'implique dans la sensibilisation à la santé physique de ses élèves.

Ce professeur enseigne en milieu urbain à des élèves de CM1-CM2. Ses élèves sont issus de milieux sociaux difficiles, l'école se situant en zone ECLAIR. Cependant, au niveau de sa classe actuelle, les élèves sont issus de milieux un peu plus hétérogènes que le reste de l'école. Il enseigne donc à des élèves issus de milieux sociaux différents avec une prédominance d'élèves issus de milieux défavorisés.

Selon cet enseignant, l'EPS est « une éducation par et pour le corps qui véhicule des valeurs qui ne peuvent être vécues qu'en EPS. » Il ajoute même que « l'activité physique et sportive est un outil à une éducation et des habitudes corporelles ». Cette définition de l'EPS sous entends que l'EPS est une discipline privilégiée pour cette enseignant. Il utilise cette discipline pour effectuer une éducation par et pour le corps de ses élèves, il contribue donc à leur éducation à la santé ou tout du moins à leur entretien de la santé physique. Dans ce sens il s'inscrit dans les préconisations officielles qui stipulent que l'EPS participe à l'éducation à la santé des élèves. De plus, cet enseignant souhaite faire vivre à ses élèves une multitude d'expériences corporelles et donner du sens aux pratiques physiques et sportives de sorte que ses élèves aient envie de pratiquer avec et surtout hors école. Ainsi, il désire faire comprendre à ses élèves que l'on ne pratique pas une activité physique et sportive sans raison, ils pratiquent parce que cela est bénéfique pour leur corps, leur santé. En leur faisant découvrir de multiples activités il espère également déclencher l'envie, le goût des élèves pour une ou plusieurs activités physique et sportive de manière à ce qu'ils aient envie de pratiquer sur leur temps libre maintenant comme dans leur vie future.

Pour cet enseignant, « la santé physique est un équilibre corporel ». Il juge nécessaire de veiller à un bon équilibre alimentaire, d'avoir une activité physique régulière et surtout se sentir bien dans son corps physiquement parlant. En EPS, la santé physique passe par la connaissance de son corps, son ressenti. Il estime important de savoir quand son corps est prêt, apte à pratiquer une activité physique et quand s'arrêter. Ceci passe par la maîtrise de l'échauffement mais aussi par la connaissance de ses capacités et comment

les améliorer. Nous constatons alors que chez cet enseignant la santé physique est très importante. Il la rattache à la pratique d'activité physique et sportive, la connaissance de son corps et l'alimentation. De plus, l'EPS est un point d'appui pour entretenir, préserver voire améliorer sa santé physique.

Il se rend compte que ses élèves n'ont pas l'habitude d'avoir une activité physique régulière. Très peu de ses élèves ont une pratique hors école, la grande majorité ne pratique aucune activité physique hors contexte scolaire, ne marchent pas non plus mais préfèrent jouer aux jeux vidéo. Il se fixe donc pour objectif de leur amener le goût à l'effort ainsi que le besoin d'activité physique. Il essaye de faire comprendre à ses élèves qu'ils sont jeunes et ont besoin de se dépenser, pratiquer une activité physique régulièrement et soigner leur alimentation pour garder la santé. Ce n'est pas en restant à la maison que l'on garde la santé contrairement à ce qu'ils pensent mais en entraînant son corps, en apprenant à le connaître et en le sollicitant. Il vise également à ce que les élèves apprennent à connaître leur corps, « à apprécier les informations externes et internes de ce dernier ». Pour cela il utilise le cœur des séances d'EPS mais également l'échauffement, moment crucial et privilégié pour toute activité physique. Il souhaite alors sensibiliser ses élèves aux bienfaits de l'échauffement. Il veut que ses élèves sachent que l'échauffement est nécessaire à toute activité physique, qu'ils soient capables de s'échauffer seuls, en pratique autonome. Il veille à ce que ses élèves sachent quels muscles et quelles articulations sont sollicités pour chaque activité qu'ils pratiquent et ainsi qu'ils sachent quoi travailler, échauffer dans quel cas, pour quelle activité physique. Les objectifs que ce professeur souhaite atteindre avec ses élèves est en parfait accord avec les définitions qu'il se fait de la santé physique et de l'EPS. En effet il souhaite apprendre aux élèves à entretenir leur santé grâce à l'EPS, en leur donnant tout d'abord le goût et le besoin d'avoir une activité physique et sportive mais aussi en leur apprenant à connaître, écouter et préparer leur corps à l'activité physique choisie de manière à ce qu'elle se déroule dans les meilleures conditions possibles.

Ce professeur sensibilise tous les jours ses élèves à la santé physique. Tout d'abord, suite à la correction des devoirs il leur demande ce qu'ils ont fait après leur devoirs. Seuls

quelques élèves confient avoir fait du sport (du football pour 3-4 garçons). Par de petites discussions, il essaye de leur montrer que ce serait bien pour eux de bouger plus, qu'ils en ont besoin. Le temps extérieur n'est pas forcément un frein pour pratiquer une activité physique. De même pour l'alimentation. Pour attirer l'attention des élèves il organise de petits débats où il demande aux élèves ce qu'ils ont mangé. Il leur demande également s'ils jugent que leur repas était équilibré, s'il ne manquait pas quelque chose ou s'il n'y avait pas quelque chose de trop. Il tente de les éveiller à l'alimentation équilibrée. Il tient néanmoins à préciser qu'il ne dit pas aux élèves qu'ils mangent mal mais il les amène à se questionner, réfléchir sur l'alimentation, sur les différentes possibilités pour « manger mieux ». Il respecte une certaine limite vis à vis des élèves comme des parents. Cet enseignant rapproche la santé physique de l'alimentation puisqu'elle contribue à la santé physique. Pour cela, lors de ces débats réflexifs autour de l'alimentation il effectue un lien avec les sciences. Il aime organiser régulièrement de petits débats où chacun s'exprime, donne son avis, ses impressions. Il choisit alors des thèmes quotidiens qui marquent et touchent les élèves. Des sujets comme la santé en lien avec les sciences et ou l'EPS reviennent chaque semaine. Il privilégie ce type de séances débats où les élèves prennent volontiers part, se questionnent, réfléchissent, s'expriment aux cours magistraux. En effet, les élèves apprennent leurs cours pour les interrogations, sur du court terme et l'oublient ensuite alors que de petits débats les touchent, les motivent, les marquent, ce qui leur permet de ne pas oublier les sujets traités et les notions clés à retenir. Par exemple, il effectue toutes les semaines des joggings écriture pour habituer les élèves à écrire. Il en profite pour varier le sujet et choisit des thèmes qui intéressent les élèves. Le thème de la santé revient régulièrement et donne lieu à d'autres petits débats réflexifs autour de la santé physique, de l'EPS. Dès lors, l'EPS ne sert pas uniquement d'illustration aux sciences ou à l'instruction civique et morale, cela va dans les deux sens. Dès que l'occasion se présente, l'enseignant fait et montre les liens, les parallèles entre ces trois matières, il joue avec la pluridisciplinarité pour donner du sens aux apprentissages des élèves en matière de santé physique.

Cet enseignant consacre 1/4 de ses séances d'EPS à la préservation de la santé physique de ses élèves. Il privilégie l'échauffement et le retour au calme (travail sur la respiration) mais en parle également au cœur des séances. Durant les séances d'EPS, Mr D

souhaite faire vivre à ses élèves une autre dimension de l'éducation à la santé. En effet il souhaite « vivre et faire vivre » l'éducation à la santé en s'échauffant, en pratiquant avec ses élèves, ainsi qu'en les mettant en situation de recherche, de questionnement, de réflexion. Il considère participer à l'éducation à la santé de ses élèves en leur apprenant et en leur donnant le goût, l'envie de préserver et entretenir leur santé physique. Il estime qu'ils sont trop jeunes pour l'améliorer. En revanche, il vise l'amélioration de la santé physique des élèves en sur-poids ou en manque important d'exercice physique. Il veille alors à ce que tous les élèves se sentent bien, que les élèves les moins forts ne se sentent pas lésés mais soutenus, encouragés. Il effectue une différenciation qui les aide à comprendre qu'ils peuvent réussir aussi bien que les autres élèves et parvenir à atteindre les objectifs qu'ils se sont fixés. Ainsi il peut toucher l'ensemble de ses élèves. Cet enseignant met un point d'honneur à responsabiliser ses élèves vis à vis de leur santé physique. En effet, dès les premières séances il leur indique les règles à respecter pour ne pas se blesser soi même ni ses camarades. Il leur montre alors les bons gestes, les mauvais, leur explique bien pourquoi et comment nuiraient à leur santé et les conséquences que cela pourrait avoir pour eux. Il estime que ces préventions touchent les élèves et fonctionnent parfaitement bien puisqu'il entend les élèves discuter entre eux, se reprendre lors des mauvais mouvements, Dans la même optique, lors de chaque séance d'EPS, il amène ses élèves à réfléchir aux muscles et aux articulations sollicités. Ainsi, au moment de l'échauffement il questionne ses élèves sur son déroulement, quelles articulations, quels muscles échauffer pour quelle activité. De cette manière, les élèves sont à même de prendre la tête des échauffements de manière réfléchie. Il leur permet alors de prendre la tête de l'échauffement, ce qui est très apprécié par les élèves. D'un autre côté, je pense qu'étant poussés par l'envie de prendre la tête de l'échauffement, ils s'intéressent, réfléchissent et retiennent ce que leur apporte leur enseignant en matière de santé et d'entraînement. Ceci correspond aux objectifs que se fixe par cet enseignant, en accord avec ses définitions de l'EPS et de la santé.

Cette enseignant propose également à ses élèves de se mettre en projet. Lors de ces séances d'EPS, avant de partir en salle de sport, les élèves cochent sur une grille les échauffements à effectuer pour l'activité qu'ils souhaitent pratiquer. Un débat en classe entière permet aux élèves de faire le point. Une fois l'échauffement effectué, au cœur de la séance d'EPS les élèves apprennent à connaître, écouter, ressentir leur corps de manière à

savoir quand s'arrêter, diminuer ou augmenter l'effort, ses performances. Il apprennent à prendre des informations sur leur ventilation, leur rythme cardiaque, ... Ces séances permettent à cet enseignant d'atteindre un autre de ses objectifs, à savoir apprendre à connaître, écouter son corps lors de l'effort. Dès lors, cet enseignant participe à l'entretien de la santé physique de ses élèves.

Durant les séances d'EPS, dans l'optique d'attirer l'attention de ses élèves, de les toucher il a également recours à des jeux de rôle, des jeux d'acteurs dans lesquels il se met en scène et met en scène ses élèves. Il effectue par exemple des échauffements et des entraînements à la manière de l'entraînement des marins. Les élèves lui confient apprécier ces jeux de rôles. Ils se motivent et se donnent à cœur aussi bien dans l'échauffement qu'au cœur de la séance.

Cet enseignant estime que ses élèves sont intéressés par la préservation et l'entretien de leur santé physique. Il le remarque au niveau de la participation des élèves. Aussi bien à l'échauffement qu'au moment des débats les élèves lèvent la main pour participer. De plus, lors des récréations, il regarde et écoute les élèves jouer dans la cour. Il remarque alors que les élèves sont réceptifs à l'échauffement. En effet, si d'autres camarades leur proposent un match de football, ils préfèrent s'échauffer au préalable avant l'effort du match. Tout ceci nous indique que les élèves apprennent à connaître leur corps, l'écouter lors de l'effort mais aussi à l'échauffement pour l'effort. De ce côté là l'enseignant est certain d'avoir atteint ses objectifs. Il continue de sensibiliser les élèves aux bienfaits d'une activité physique et sportive pour leur santé physique parce qu'il trouve que ses élèves ont encore besoin de beaucoup de soutien et d'encouragement lorsqu'ils sont face à l'effort. Il souhaite encore beaucoup travailler cet aspect avec ses élèves de manière à ce qu'ils aient le besoin, l'envie d'avoir une activité physique et sportive régulière.

### III.2 Tableau comparatif des entretiens des professeurs des écoles sensibilisant leurs élèves à la santé physique en EPS

	Monsieur F	Monsieur B	Monsieur X	Monsieur D
Importance accordée à la santé physique	<p>Très importante</p> <p>10 minutes par séance d'EPS soit 11% des séances et travail plus profond durant l'APSA endurance.</p>	<p>Très importante</p> <p>15% des séances d'EPS : bilan. Mais aussi au cœur de la séance de manière plus ou moins explicite</p>	<p>Très importante, elle nécessite une attention particulière et un entretien qui nécessite de l'entraînement et de la motivation.</p> <p>5-10 minutes : explicitation pendant l'échauffement soit 11% des séances d'EPS.</p> <p>Retour au calme et bilan non compté dans ce temps.</p>	<p>Très importante</p> <p>¼ soit 25% des séances d'EPS est consacré à l'échauffement et au retour au calme, bilan où l'entretien de la santé physique est omniprésent. Explicitation au cœur de la séance.</p>
Définition de la santé physique	<p>L'absence de maladie et être en forme physiquement.</p> <p>Effectue de la sensibilisation à la santé physique avec ses élèves.</p>	<p>Pour cet enseignant, avoir la santé physique c'est avoir la possibilité de pratiquer une activité physique. L'activité physique importe peu, l'essentiel est que le corps soit mis en jeu.</p>	<p>La santé physique s'exprime par la capacité à réaliser des activités physiques. C'est « profiter pleinement de nos aptitudes physiques sans qu'elles soient pénalisées par la maladie, un manque d'exercice, d'entraînement ou de volonté ».</p>	<p>« C'est un équilibre corporel ». Ainsi il juge nécessaire de veiller à un bon équilibre alimentaire, d'avoir une activité physique régulière et de se sentir bien dans son corps physiquement parlant.</p> <p>En EPS la santé physique passe par la connaissance de son corps, son ressenti. Il juge essentiel de connaître son corps, savoir quand il est prêt à réaliser telle activité</p>

				physique mais aussi quand s'arrêter.
Définition de l'EPS	<p>C'est une matière où les élèves apprennent de manière ludique à se dépasser en produisant des efforts physiques.</p> <p>Pour lui, les finalités principales de l'EPS sont l'acquisition de compétences et savoirs êtres sociales. Il poursuit également des objectifs en matière de santé physique grâce à l'EPS.</p>	<p>C'est une discipline à part entière qui constitue une source de motivation pour les élèves. Elle apporte des apprentissages ou donne du sens à d'autres apprentissages dans d'autres disciplines.</p> <p>Pour lui, les finalités de l'EPS sont que les élèves prennent conscience des bienfaits apportés par la pratique régulière d'une activité physique et sportive ainsi que de ses effets sur la santé. L'EPS et la santé physique sont étroitement liés pour chez cet enseignant.</p>	<p>C'est une « activité indispensable au développement et à l'épanouissement des élèves ».</p> <p>L'une des finalités de l'EPS est de développer le goût de l'effort et de réaliser une performance physique.</p>	<p>C'est « une éducation par et pour le corps ». « L'activité physique et sportive est un outil à une éducation et à des habitudes corporelles ».</p> <p>→ Pour cet enseignant l'EPS est une discipline privilégiée à travers laquelle il participe à l'éducation ou tout au moins à l'entretien de la santé physique de ses élèves. L'EPS est un point d'appui pour entretenir, préserver voire améliorer sa santé physique.</p>
Objectifs en matière de santé physique en EPS	<p>Donner le goût de l'effort aux élèves</p> <p>Les inciter à pratiquer une activité physique et sportive régulière.</p> <p>Acquisition de connaissances sur le corps et les sensations internes.</p> <p>Il rapproche ses objectifs en matière de santé physique à la notion d'alimentation et de pratique physique et sportive</p>	<p>Il cherche à développer des savoirs et des savoirs être en matière de santé physique chez ses élèves.</p> <p>Il souhaite qu'ils prennent conscience des bienfaits apportés par la pratique d'une activité physique et sportive sur la santé.</p> <p>Objectifs de manière détournée : il espère que pratiquer des activités physiques et sportives</p>	<p>Il vise l'entretien de la santé physique de ses élèves.</p> <p>Il souhaite que les élèves participent tous à l'activité, s'y impliquent et réussissent à atteindre les objectifs qu'ils se sont fixés.</p> <p>Il désire que les élèves comprennent l'importance de l'échauffement avant toute pratique physique.</p> <p>Il vise à ce que les élèves</p>	<p>Responsabiliser les élèves vis à vis de leur santé physique, son entretien et sa préservation.</p> <p>Donner l'envie et le goût de l'effort aux élèves ainsi que le besoin de pratiquer au moins une activité physique et sportive hors contexte scolaire, durant leur temps libre.</p> <p>Faire comprendre à ses</p>

	<p>indispensable au bon fonctionnement du corps pour lui permettre de garder la forme physique.</p>	<p>amènera les élèves à se sentir bien, leur permettra de découvrir de nombreux sports et créera des envies sportives sur leur temps libre. Il vise la pratique régulière des élèves hors contexte scolaire. Il sensibilise également ses élèves à l'intérêt d'une bonne hygiène alimentaire.</p>	<p>apprennent à écouter leur corps, être attentifs à leurs sensations internes et adaptent ainsi leur effort en fonction des indices que leur donne leur corps.</p>	<p>élèves que la pratique physique et sportive est bénéfique pour le corps, la santé. Que les élèves prennent conscience de l'importance de l'échauffement. Que les élèves connaissent et apprennent à être à l'écoute de leur corps, leurs sensations internes. Que les élèves connaissent leurs corps et les activités physiques qu'ils vont pratiquer de manière à pouvoir s'échauffer de manière réfléchie et autonome. Il vise la préservation et l'entretien de la santé physique de ses élèves. Pour les élèves en sur-poids il vise l'amélioration de leur santé physique.</p>
<p>Contenus d'enseignement en matière de santé physique</p>	<p>Course d'endurance privilégiée Débats, discussions autour de la santé physique pour faire réfléchir les élèves et leur permettre l'acquisition de</p>	<p>Course d'endurance et gymnastique sont privilégiées. Découverte de nombreuses activités physiques et sportives. Découverte des bienfaits apportés par la pratique physique</p>	<p>En EPS, les performances des élèves ne l'intéressent pas, il souhaite qu'ils s'impliquent tous, coopèrent avec un but commun tout en mettant en action, en mouvement leur</p>	<p>Il souhaite vivre et faire vivre l'éducation à la santé. Il fait vivre à ses élèves une multitude d'activités physiques et sportives et donne du sens à ces pratiques</p>

	<p>connaissances en matière de santé physique.</p>	<p>et sportive sur le corps et la santé physique.  Faire prendre conscience aux élèves de ce qu'ils peuvent réaliser, qu'il ne faut pas se décourager, s'ils se fixent un but, ils pourront l'atteindre avec de la motivation.  Participation à un projet exceptionnel : sortie verte de 3 jours, 2 nuitées où les déplacements ne s'effectuent qu'en vélo.  → pour lui, faire pratiquer ses élèves régulièrement, leur proposer de nombreux sports tout en les faisant réfléchir aux bienfaits procurés à la santé physique compte un premier jalon de la sensibilisation à la santé physique.  Bilan de la séance d'EPS : débat où il éveille les discussions sur le thème de la santé physique, des sensations éprouvées lors de l'activité, des performances, de la manière de les améliorer.  Apport de documents scientifiques d'appui qui peuvent aider les élèves à réfléchir, se faire une opinion, la partager,</p>	<p>corps.  Chaque séance débute par 5-10 minutes d'échauffement qui vise à faire comprendre aux élèves la nécessité de préparer son corps à l'activité physique qui va suivre pour le préserver, le protéger, éviter les blessures.  Il met un point d'honneur à ce que durant l'effort les élèves apprennent à écouter, être attentif à leur corps.  Séances débats pluridisciplinaires de retour en classe, suite aux séances d'EPS.</p>	<p>dans l'optique que les élèves ressentent l'envie de pratiquer par eux mêmes.  Il utilise le cœur des séances où les élèves sont amenés à écouter leur corps, ses sensations, être attentif aux muscles et articulations sollicitées.  Il utilise l'échauffement où il sensibilise ses élèves à la nécessité de l'échauffement ainsi qu'à la manière de s'échauffer en fonction des muscles et articulations qui seront sollicités au cours de l'activité physique et sportive.  Quotidiennement, suite à la correction des devoirs ou au rallye écriture, par de petits débats il essaye d'amener ses élèves à se questionner, réfléchir à leur santé et comment l'entretenir.  Il lui arrive de rapprocher la santé physique de l'alimentation lors de ces petits débats.</p>
--	--	---	--	---

		étayer leur propos, en débattre, ...		
Lien avec d'autres disciplines	Lien très fort avec les sciences : débats, discussions en sciences en rapport avec la santé physique dès que l'occasion se présente.	La santé est un objectif interdisciplinaire, transversal. Il crée systématiquement des liens entre l'EPS, les sciences, le français, l'éducation civique.	Lien avec les sciences et l'instruction civique et morale.	Parallèles entre l'EPS, les sciences et l'instruction civique et morale. Il joue avec la pluridisciplinarité pour donner du sens aux apprentissages en matière de santé physique.
Comment incitent ils et motivent ils leurs élèves à la santé physique ?	Il rend ses séances vivantes, intéressantes de manière à passionner, toucher, impliquer ses élèves. Il organise des débats participatifs avec les élèves. Les élèves étant motivés par le débat, ils ont envie de donner leur avis et s'impliquent, réfléchissent, se passionnent pour le sujet du débat ; la santé physique.	Il organise des débats qui motivent les élèves et leur permettent de réfléchir, se poser des questions et retenir l'essentiel de manière ludique et intéressante. Il n'hésite pas à encourager, soutenir les élèves, les motiver et leur montrer les progrès réalisés pour les motiver et garder leur attention.	Cet enseignant rend ses séances vivantes, intéressantes et attrayantes pour les élèves, comme dans toute autre matière. Il a également recours à l'utilisation de documents, textes et photos choc qui sont marquants, touchent les élèves et les poussent à se questionner. Participation à des projets avec un aboutissement concret. Intervention d'athlètes, d'infirmiers qui apportent un autre regard, un autre aspect, motivent et incitent les élèves à s'impliquer dans l'entretien de leur santé physique.	Petites séances de débats, réflexion qui animent les élèves, les poussent à s'investir, se questionner, se documenter, réfléchir. Il sensibilise ses élèves par de petites touches tous les jours ou toutes les semaines car il estime qu'ainsi il touche mieux ses élèves que par un cours magistral qui n'est pas forcément intéressant pour les élèves. Il veille à ce que pendant chaque séance d'EPS tous ses élèves se sentent bien. Il soutient et encourage les élèves de manière à ce qu'ils restent motivés. Il permet aux élèves de prendre la tête des

				<p>échauffements, ce qui les incite à être attentif aux gestes et exercices à effectuer pour préparer convenablement son corps de manière à pratiquer en toute sécurité.</p> <p>Pour intéresser ses élèves a recours à des jeux de rôles, des mises en scènes qui intéressent les élèves et dans lesquels ils s'impliquent volontiers.</p>
Intervention de partenaires ?	Cet enseignant fait appel aux infirmières scolaires et aux gendarmes pour l'aider dans sa sensibilisation à la santé physique.	Il a déjà fait appel à des infirmiers scolaires, hospitaliers et des associations de quartier.	Infirmières scolaires, estaminet et association ELA dans le cadre de la semaine du goût ou du projet « santé, sport et solidarité ».	Il ne fait pas appel aux intervenants extérieurs.
Parcours biographiques	<p>Quarantaine d'années</p> <p>Enseignant depuis 28 ans DEUG STAPS puis IUFM</p> <p>Il estime ne pas avoir de formation particulière dans le domaine de la santé</p> <p>Il a pratiqué le football en club durant une vingtaine d'années → le fait qu'il ait pratiqué le football en club et suivi une formation STAPS nous indiquent que l'EPS est</p>	<p>Quarantaine d'années</p> <p>20 ans d'expérience dans le métier de professeur des écoles Baccalauréat E (équivalent du baccalauréat scientifique actuel) puis une licence en sciences de l'éducation.</p> <p>Il estime ne pas avoir eu un gros apport de connaissances en matière de santé physique de par sa formation principale. Pour combler ses lacunes, il a jugé</p>	<p>Cinquantaine d'années</p> <p>Initialement ingénieur il a ensuite repris les études pour devenir enseignant.</p> <p>10 années d'ancienneté dans le métier.</p> <p>Pas de formation particulière dans le domaine de la santé.</p>	<p>28 ans</p> <p>Trois années d'expérience en tant que professeur des écoles.</p> <p>Études STAPS jusqu'en mater 1 avant d'intégrer l'IUFM. De par sa formation, il a eu un apport de connaissances dans le domaine de la santé important (cours de physiologie, d'anatomie, de</p>

	<p>importante pour lui. Il a également pu amasser des connaissances particulières dans le domaine de la santé physique par sa pratique et sa formation, sans réellement s'en rendre compte.</p>	<p>nécessaire de s'auto-former en utilisant des manuels, des livres, des encyclopédies. Il a également effectué des partenariats avec des infirmiers scolaires et hospitaliers ainsi qu'avec des associations. Ces partenariats lui ont permis d'améliorer ses connaissances et son savoir faire en matière de santé physique avec les élèves. → Cet enseignant a ressenti l'importance de la sensibilisation de ses élèves à la santé physique. Il a jugé primordial de se former et d'effectuer des partenariats pour mieux maîtriser la question et ainsi mieux toucher ses élèves.</p>		<p>psychologie, de pathologie). De plus, sa belle mère étant médecin, elle lui a permis d'enrichir ses connaissances dans le domaine de la santé.</p>
<p>Caractéristiques de l'école, des élèves, ...</p>	<p>Élèves de CM1 d'une école située en milieu urbain (depuis 15 ans). Élèves issus de milieux socioculturels très variés. Les élèves ont des connaissances en matière de santé par le biais des cours de sciences sur les dents, l'hygiène, le bruit. Une infirmière scolaire intervient au sein de sa classe pour de</p>	<p>Élèves de CM2 d'une école située en milieu urbain.</p>	<p>Directeur, il enseigne à des élèves de CM1-CM2 issus de milieux sociaux variés dans une école en milieu urbain (depuis 3 ans). Au sein de l'école un projet santé permet aux élèves d'avoir des apports de connaissances en matière de santé du CP au CM2. Ces actions portent essentiellement sur l'alimentation, le sommeil et</p>	<p>Élèves de CM2-CM2 d'une école située en milieu urbain. Les élèves sont issus de milieux sociaux différents avec une prédominance d'élèves issus de milieux difficiles, l'école se situant en zone ECLAIR.</p>

	<p>petites interventions dans le domaine de la santé.</p>		<p>sont réalisées en partenariat avec une infirmière scolaire.</p> <p>Cette année, dans le cadre de la semaine du goût, un projet à été mis en place avec un estaminet et une infirmière scolaire pour permettre aux élèves de traiter de l'alimentation, l'hygiène et la santé.</p> <p>Chaque année, l'école participe au projet « santé, sport et solidarité » en partenariat avec l'association ELA.</p> <p>→ Au sein de l'école, de nombreuses actions sont menées en relation avec la santé physique des élèves.</p>	
--	---	--	---	--

## IV- Résultats

Parmi les 12 réponses aux questionnaires préalables que j'ai reçu, tous les enseignants m'ont indiqué penser que l'EPS était bénéfique pour la santé physique. Cependant, uniquement 10 d'entre eux m'ont annoncé avoir la volonté de sensibiliser leurs élèves à la santé physique et poursuivre des objectifs en EPS en lien avec la santé physique. La grande majorité des professeurs interrogés sensibilisent donc leurs élèves à la question de la santé physique par le biais des séances d'EPS.

Afin de comprendre pourquoi les enseignants pensant que l'EPS est bénéfique pour la santé physique de leurs élèves ne poursuivent pas d'objectifs en matière de santé physique en EPS j'ai interrogé plus en détail une enseignante ne sensibilisant pas ses élèves à la question de la santé physique en EPS. Cette enseignante m'a confié être mal à l'aise avec la question de la santé physique qu'elle associe au domaine scientifique qu'elle ne maîtrise pas. De plus, pour elle la santé physique passe par l'alimentation. Elle pense alors que la santé physique est un domaine sensible, difficile à traiter avec les élèves. Elle a peur de stigmatiser les élèves en surpoids ou d'aborder un domaine qui ne la concerne pas mais relève plus du domaine médical du volet alimentation important qu'elle associe à la santé physique. Cette professeur des écoles m'a indiqué ne pas poursuivre d'objectif en matière de santé physique en EPS parce qu'elle préfère que l'EPS soit vu par les élèves comme un moment privilégié avec l'enseignante, où les contraintes scolaires s'effacent pour laisser place à des séances ludiques où les élèves peuvent se défouler, se dépenser, s'amuser et prendre du plaisir tout en sollicitant leur corps. Elle ne veut donc pas sensibiliser ses élèves à la question de la santé physique de peur de rendre la matière trop scolaire et d'ôter le plaisir qu'éprouvent ses élèves pour l'EPS. Elle préfère soutenir ses élèves, les encourager à se surpasser pour être fier d'eux et prendre du plaisir. Ainsi elle varie les activités physiques pour leur permettre d'utiliser les différentes parties de leur corps et de leur esprit. En parfait accord avec sa définition de la santé physique, elle participe implicitement à l'entretien de la santé physique de ses élèves en leur permettant de travailler leur corps et leur esprit dans une atmosphère de détente. Elle ne se rend pas compte qu'elle participe à l'entretien de la santé physique de ses élèves et ne souhaite pas tenter de les y sensibiliser à travers ses séances.

Ce qui pourrait l'aider à franchir le pas, puisqu'elle touche du doigt la sensibilisation de ses élèves à la santé physique, se serait de parvenir à toucher et motiver ses élèves par une

approche ludique, qui fait intervenir le plaisir des élèves tout en gardant avec eux un rapport moins scolaire que dans les autres disciplines. Dans la suite de l'exposé, nous pourrons lui donner des pistes pour l'aider grâce aux pratiques des enseignants sensibilisant leurs élèves à la question de la santé physique.

Intéressons nous maintenant aux quatre professeurs que j'ai interrogé qui sensibilisent leurs élèves à la santé physique à travers les séances d'EPS. En ce qui concerne leur définition de la santé physique, ils s'accordent tout quatre en pensant que la santé physique s'exprime par la possibilité de pratiquer une (ou des) activité(s) physique(s) qui met(tent) en jeu le corps. Deux d'entre eux évoquent même l'absence de maladie, témoin de la santé physique d'un individu. Mr X précise que la volonté et le manque d'exercice peuvent influencer sur la santé physique. L'un d'entre eux pousse la réflexion en précisant que la santé physique est un « équilibre corporel » qui est lié à l'équilibre alimentaire, une activité physique régulière et la sensation d'être bien dans son corps physiquement parlant. Pour tous ces enseignants, il paraît évident que la santé physique passe par la pratique d'une activité physique régulière. Dans la définition de la santé physique, uniquement un professeur des écoles explicite le lien avec l'alimentation alors que tous quatre en parlent en rapport avec leurs élèves.

Ces enseignants jugent que l'EPS est bénéfique pour la santé physique et poursuivent des objectifs liés à la santé physique en EPS. Trois d'entre eux consacrent entre 11 et 15% de leur séances d'EPS à l'échauffement et surtout au bilan qui sont les points d'appui à la sensibilisation de la santé physique mais traitent également de cette notion au cœur de leurs séances. Monsieur D, qui a une définition plus poussée que ses collègues sur la santé physique dédie quand à lui 25% de ses séances d'EPS à la santé physique en comptant l'échauffement et le retour au calme mais aborde également la santé physique dès que l'occasion se présente au cœur des séances. Ces enseignants s'imposent donc un créneau plus ou moins large au cours duquel ils insistent sur la notion de santé physique mais ne s'y cantonnent pas. Effectivement ils n'hésitent pas à soulever la notion de santé physique au cœur des séances dès que l'occasion se présente ou qu'ils aménagent la situation pour qu'elle se présente. Ils n'hésitent pas non plus à créer des liens avec d'autres

disciplines comme les sciences ou l'instruction civique et morale pour traiter de la santé physique en amont ou en aval des séances d'EPS.

Trois d'entre eux voient la discipline EPS comme une discipline qui motive les élèves, leur permet des moments privilégiés avec leurs élèves tout en apportant des apprentissages de manière ludique. De ce point de vue, leurs conceptions de l'EPS ne diffèrent pas de celle de l'enseignante qui ne sensibilise pas ses élèves à la santé physique.

Cependant, ces enseignants vont plus loin et voient en l'EPS des finalités bien spécifiques en rapport avec la santé physique. En effet, l'un d'entre eux se limite à penser que l'EPS est une discipline où les élèves apprennent à se dépasser en produisant de manière ludique des efforts. Il vise alors que les élèves développent le goût de l'effort. Un autre enseignant reprend cette idée en ajoutant que l'EPS « est une activité indispensable au développement et à l'épanouissement des élèves ». Dans cette optique, il rejoint Monsieur D qui affirme que l'EPS est « une éducation par et pour le corps », discipline dans laquelle il participe à l'éducation ou tout au moins à l'entretien de la santé physique de ses élèves. Monsieur B, lui insiste sur le fait que les élèves doivent prendre conscience des bienfaits d'une pratique physique et sportive régulière sur la santé physique. Ces professeurs des écoles s'accordent sur leurs conceptions de l'EPS mais y attribuent des finalités différentes en matière de santé physique. Ces finalités influent-elles sur leurs objectifs et la manière de sensibiliser, intéresser et motiver leurs élèves face à cette notion ?

Ces enseignants poursuivent entre 3 et 6 objectifs chacun en ce qui concerne la santé physique en lien avec l'EPS (monsieur B en vise 3, monsieur X : 4, monsieur F : 5 et monsieur D : 6). Nous retrouvons des objectifs principaux qui reviennent chez trois professeurs des écoles :

- développer le goût de l'effort chez les élèves
- faire prendre conscience aux élèves des aspects bénéfiques et indispensables de l'activité physique et sportive régulière pour leur corps, leur santé physique.
- inciter, donner envie et besoin aux élèves de pratiquer une activité physique et sportive régulière pendant leur temps libre aussi bien à court qu'à long terme.
- faire acquérir aux élèves des connaissances sur leur corps mais aussi sur ses sensations

internes et l'importance d'y être à l'écoute de manière à adapter leur effort en fonction des indices que leur fournit leur corps.

→ faire comprendre aux élèves l'importance de l'équilibre alimentaire pour leur santé physique.

Un objectif plus délicat apparaît chez les deux professeurs des écoles enseignant à des élèves de CM1-CM2. Ces deux enseignants visent à ce que les élèves prennent conscience de l'importance de l'échauffement avant toute pratique physique. Pour cela ils insistent sur la nécessité de préparer le corps à l'activité physique qui va suivre dans le but de le préserver, éviter les blessures. Monsieur D va plus loin en apprenant aux élèves à connaître leur corps et les muscles et articulations que sollicitent les activités physiques qu'ils vont pratiquer pour qu'ils puissent s'échauffer en autonomie de manière réfléchie. Ceci leur servira pour leur pratique individuelle, hors contexte scolaire. L'échauffement est donc privilégié pour responsabiliser les élèves quand à la préservation de leur santé physique. Dans l'optique d'amener les élèves à écouter leur corps, les sensations qu'il leur procure, être attentif aux muscles et articulations sollicitées durant l'effort, les enseignants utilisent le cœur des séances d'EPS. Quelle que soit l'activité pratiquée, les enseignants questionnent leurs élèves et les amènent à réfléchir sur ces questions. La course d'endurance est quand à elle l'activité privilégiée par les enseignants pour donner le goût de l'effort et l'envie de se surpasser. Suite à l'activité physique, ces quatre enseignants organisent de petites discussions-débats pluridisciplinaires où ils éveillent le questionnement et la réflexion sur le thème de la santé physique, comment l'entretenir, des sensations éprouvées lors de l'activité physique, des performances réalisées, de la manière de les améliorer. Monsieur n'hésite pas à apporter des documents d'appuis qui peuvent aider les élèves à s'interroger, se forger une opinion, la partager, étayer leur propos lors de ces débats. De plus, les enseignants qui souhaitent donner envie aux élèves de pratiquer une activité physique régulière hors contexte scolaire font vivre une multitude d'activités physiques à leurs élèves de manière à leur faire connaître de nombreux sports et peut être ainsi créer des envies chez leurs élèves.

Pour motiver les élèves à l'entretien et la préservation de leur santé physique, les

enseignants tachent de rendre leurs séances vivantes, attrayantes, intéressantes pour les élèves. Ainsi, comme pour les autres disciplines, ils espèrent toucher, passionner et impliquer leurs élèves. Au cours de la pratique physique, pour garder l'attention, l'intérêt et la motivation des élèves, les enseignants n'hésitent pas à soutenir, encourager leurs élèves. Ils mettent l'accent sur les progrès réalisés, même minimes de manière à garder l'envie et la motivation des élèves pour la pratique physique et sportive. Suite à la pratique physique et sportive, ces enseignants ont tout d'abord recours aux débats qui motivent les élèves. En effet, ils ont envie de participer, donner leur avis, de ce fait ils s'impliquent particulièrement, se questionnent, réfléchissent et se passionnent pour le sujet du débat en relation avec la santé physique et l'EPS. Ainsi, les élèves construisent de manière ludique et attrayante leurs connaissances. Deux professeurs impliquent leurs élèves dans des projets exceptionnels comme un séjour vert en vélo, ou la participation au projet « santé, sport et solidarité » en partenariat avec l'association ELA et l'intervention d'athlètes et d'infirmiers. La participation à ces projets avec un aboutissement concret (sortie vélo, cross), l'intervention d'athlètes et d'infirmiers qui apportent un autre regard, une expérience professionnelle différente motivent et incitent les élèves à s'impliquer dans l'entretien de leur santé physique. Toujours dans l'optique d'intéresser ses élèves, monsieur D utilise des jeux de rôles, des petites mises en scènes qui intéressent les élèves. Ainsi, ils sont d'autant plus impliqués dans l'échauffement ou dans l'activité physique s'ils la voient comme un jeu, une mise en scène qui les passionne. Il autorise également ses élèves à prendre la tête de l'échauffement. De cette manière, ils s'intéressent à son déroulement, son fonctionnement, apprennent et retiennent les mouvements à effectuer selon les parties du corps qui seront mises en jeu lors de la séance. Pour attirer, intéresser leurs élèves, ces enseignants utilisent des activités qui motivent et passionnent les élèves comme les débats. Les projets qui impliquent la classe voir l'école sont aussi choisis par deux professeurs. Leur aboutissement concret donne du sens aux apprentissages et à la pratique physique et sportive, ce qui implique d'autant plus les élèves. L'intervention de partenaires comme les athlètes, les infirmiers scolaires ou hospitaliers apportent une autre dimension à cet entretien de la santé physique, ce qui touche et motive également les élèves. Les aspects ludique, concret, attrayant, intéressant sont mis en avant lors de la sensibilisation à la santé physique. Ce n'est pas parce que ces enseignants poursuivent plusieurs objectifs en matière de santé

physique par le biais des séances d'EPS qu'ils transforment les séances d'EPS en cours magistraux inintéressants. En revanche, ils utilisent cette discipline pour donner du sens, amener le questionnement et faire réfléchir leurs élèves à l'entretien de leur santé physique par le plaisir. Ce qui rend les séances d'autant plus intéressantes et motivantes pour les élèves qui sont animés par l'envie d'apprendre et de participer. Dans ce sens, des professeurs comme madame B pourraient aisément inclure explicitement l'entretien de la santé physique de ses élèves par de petits points ludiques et attrayants pour les élèves au sein de ses séances d'EPS.

Les quatre enseignants interrogés qui sensibilisent leurs élèves à l'entretien de leur santé physique n'ont pas les mêmes âges. De plus, ils ont suivi des formations bien distinctes (baccalauréat scientifique, master 1 STAPS, licence en sciences de l'éducation, formation d'ingénieur) et n'ont pas les mêmes années d'ancienneté dans le métier de professeur des écoles (3, 10, 20 ou 28 ans de métier). Cependant ils sensibilisent tous leurs élèves à l'entretien de leur santé physique et poursuivent des objectifs et contenus d'enseignements pour la plupart identiques ou similaires. De plus, ils utilisent des leviers motivationnels récurrents pour inciter, motiver leurs élèves cet entretien de la santé physique. Leurs élèves se montrent alors réceptifs aux activités et apprentissages proposés.

Nous constatons néanmoins que les deux professeurs des écoles ayant des élèves de CM1-CM2 poursuivent des objectifs liés à l'échauffement et visent la responsabilisation et l'autonomie des élèves vis à vis de cet échauffement. L'âge des élèves et leur développement permet aux enseignants de plus ou moins approfondir cette sensibilisation à l'entretien de la santé physique de leurs élèves.

De plus, certains enseignants ressentant le besoin de se former davantage pour mieux maîtriser ce domaine n'hésitent pas à faire appel à des partenaires tels les infirmiers, les associations de quartiers ou les gendarmes. Ces partenariats leur permettent de mener des projets qui leur permettent à la fois de motiver et toucher les élèves mais également d'entretenir et enrichir leurs connaissances dans le domaine de la santé.

Nous pouvons en déduire que le parcours biographique des enseignants n'influe pas sur le

fait qu'ils sensibilisent ou non leurs élèves à l'entretien de leur santé physique. Néanmoins, l'âge, le niveau des élèves et le degré de connaissance des enseignants leur permet de plus ou moins approfondir cette sensibilisation à l'entretien de la santé physique de leurs élèves.

## Conclusion

J'ai choisi d'étudier les liens créés par les enseignants de primaire entre l'EPS et la santé. Ce domaine étant vaste, j'ai effectué de nombreuses lectures qui m'ont permis de centrer mes recherches sur la manière dont les enseignants sensibilisent leurs élèves à l'entretien de leur santé physique. Après avoir défini ces termes j'ai pu m'interroger et dégager une problématique autour de plusieurs champs de questionnement. A savoir quelle est l'importance accordée à la santé physique par les professeurs des écoles dans les séances d'EPS et comment définissent ils la santé physique ? Quels sont les objectifs et les contenus choisis par les professeurs des écoles en lien avec la santé physique ? Sous quel(s) angle(s) les enseignants incitent ils, les élèves à prendre soin de leur santé physique. Quels sont les leviers motivationnels utilisés par les enseignants pour susciter leur intérêt vis à vis de leur santé physique en lien avec les activités physiques ? Est ce que les choix des enseignants découlent de leurs parcours biographiques, des caractéristiques des élèves, de l'école, du projet d'école, de classe ?

Par souci de répondre au mieux à ces interrogations, j'ai réalisé une enquête de terrain au cours de laquelle j'ai interrogé par entretien cinq professeurs des écoles. De manière à rencontrer et interroger quatre enseignants qui sensibilisent leurs élèves à l'entretiens, la préservation ou l'amélioration de leur santé physique et un enseignant qui ne sensibilise pas ses élèves à l'entretien de leur santé physique, j'ai conçu un questionnaire préalable. Ce questionnaire contenait un petit volet introductif me présentant, présentant ma formation ainsi que ma thématique générale de recherche et précisant l'importance de leurs réponses pour l'aboutissement de mon travail. Pour permettre à un grand nombre d'enseignants de répondre sans pour autant orienter leurs réponses, j'ai privilégié un nombre restreint de questions ouvertes (sept). Ainsi ce questionnaire ne demandais que peu de temps aux enseignants pour y répondre. De plus, les questions ciblaient les points que je souhaitais connaître pour définir les enseignants à interviewer (définition et finalités de l'EPS,

importance accordée à la santé, poursuite ou non d'objectifs liés à la santé physique en EPS, niveau de classe des élèves). J'ai aussi choisi l'outil informatique pour pouvoir envoyer par mail ce questionnaire à un plus grand nombre d'enseignants. Effectivement j'ai pu envoyer ce questionnaire aux directeurs de 125 écoles sur les circonscriptions d'Arras, Béthune/Bruay-la-Buissière et Lens/Liévin/Hénin-Beaumont en leur demandant de relayer ma demande auprès de leurs collègues. Malheureusement, cette méthode ne s'est pas avérée efficace puisque seulement une douzaine d'enseignants au cycle 3 ont pris la peine de me répondre. Parmi ces enseignants, j'ai pu retenir cinq enseignants que je trouvais intéressant d'interviewer en détails. Quatre enseignants sensibilisant leurs élèves à l'entretien de leur santé physique et une enseignante ne sensibilisant pas ses élèves à la santé physique mais estimant néanmoins que la santé physique est importante pour ses élèves. Ces professeurs des écoles enseignent à des élèves de cycle 2 ou 3, dans cinq écoles différentes et ont des parcours biographiques variés. J'ai opté pour des entretiens afin d'effectuer une enquête qualitative, et ainsi être plus précise, recueillir plus de détails. J'ai tâché d'élaborer une grille d'entretiens de questions ouvertes pour laisser plus de liberté aux enseignants interrogés, ne pas les enfermer, les guider dans certaines réponses de par la formulation de mes questions. Cette grille d'entretien se compose de quatre parties. La première concerne l'école, les élèves. La seconde a pour but de préciser le parcours professionnel des enquêtés. La troisième aborde les questions relatives à la santé physique et à la motivation des élèves face à cet aspect. La dernière partie traite de la place de la santé physique dans les séances d'EPS.

J'ai souhaité débiter le traitement des informations recueillies en analysant un à un les questionnaires et les entretiens de chaque enseignant. Ainsi j'ai eu une vision globale pour chaque enseignant avant d'effectuer la comparaison entre ces enseignants. Comme mon travail est centré autour de cinq enseignants je ne pourrais en déduire de généralités. En revanche, il permet de comprendre les choix effectués par ces enseignants pour inclure la sensibilisation de la santé physique de leurs élèves en EPS. De même, il donne aux enseignants et futurs enseignants comme moi même des pistes pour sensibiliser leurs élèves à l'entretien de leur santé physique. Effectivement, mon travail de recherche m'a permis de mettre en évidence que les enseignants sensibilisant leurs élèves à l'entretien de leur santé physique ont une définition de la santé physique assez similaire. Ils se rejoignent

sur le fait qu'avoir la santé physique signifie avoir la possibilité de pratiquer une ou plusieurs activité(s) physique(s) permettant de mettre en jeu le corps. Un enseignant étoffe même cette définition en ajoutant que la santé physique est « un équilibre corporel ». C'est en accord avec leur définition de la santé physique que ces enseignants consacrent au minimum 11 à 15% de leurs séances d'EPS à la sensibilisation de l'entretien de la santé physique de leurs élèves. S'étant rendus compte que les élèves voient la matière EPS comme une matière motivante, ils prennent appui sur celle-ci pour poursuivre des objectifs propres à l'EPS mais aussi relevant de l'entretien de la santé physique en créant des moments privilégiés avec leurs élèves pour leur permettre des apprentissages de manière ludique. Ainsi, ils poursuivent entre 3 et 6 objectifs chacun en matière de santé physique. On retrouve majoritairement les objectifs suivants. Développer le goût de l'effort chez les élèves. Leur faire prendre conscience des aspects bénéfique et indispensable de l'activité physique et sportive régulière pour leur corps, leur santé physique. Inciter, donner envie et besoin aux élèves de pratiquer une activité physique et sportive régulière pendant leur temps libre aussi bien à court qu'à long terme. Faire acquérir aux élèves des connaissances sur leur corps mais aussi sur ses sensations internes et l'importance d'y être à l'écoute de manière à adapter leur effort en fonction des indices que leur fournit leur corps. Faire comprendre aux élèves l'importance de l'équilibre alimentaire pour leur santé physique. Ces objectifs sont visés par trois enseignants sur quatre minimum. Cependant, les enseignants des classes de CM1-CM2 visent tous deux un objectif supplémentaire en rapport avec l'âge et le niveau de développement de leurs élèves. Ils souhaitent que leurs élèves soient conscients de l'importance de l'échauffement avant la pratique physique et insistent sur la nécessité de préparer leur corps pour ne pas se blesser au cours de l'activité physique. L'un d'eux, qui a eu de par sa formation et ses apports personnels et familiaux des connaissances supplémentaires dans le domaine de la santé, pousse la réflexion et la prise de conscience des élèves en les faisant réfléchir aux muscles et articulations sollicités lors des différentes activités et sur les différentes techniques pour les échauffer.

Ce travail de recherche nous apprend également que pour concourir à ses objectifs, les enseignants prennent appui sur les échauffements et les retours au calme, bilans des séances d'EPS. Les échauffements étant privilégiés pour responsabiliser les élèves quand à la préservation de leur santé physique, la connaissance des différentes techniques pour

préparer le corps à l'effort. Les bilans des séances d'EPS s'effectuent généralement sous forme de discussion-débat où les élèves sont amenés à se questionner et réfléchir sur les sensations ressenties lors de l'effort, suite à l'effort, les bienfaits de l'activité physique et sportive sur leur corps, leur santé physique pour prendre conscience de la nécessité de l'activité physique et sportive pour leur santé physique. Des documents scientifiques peuvent être distribués aux élèves pour leur permettre d'étayer leurs propos, argumenter ou réfuter certaines propositions, prises de position. Ces débats peuvent s'effectuer en lien avec d'autres matières comme les sciences ou l'Instruction Civique et Morale, ce qui montre aux élèves le caractère pluridisciplinaire de la santé tout en donnant du sens aux apprentissages. La course de durée, quand à elle, est privilégiée pour travailler le goût de l'effort, de se surpasser, repousser ses limites. De plus, pour donner envie aux élèves de pratiquer hors contexte scolaire et leur permettre de trouver une activité physique et sportive qui leur corresponde, ces enseignants font découvrir par la pratique une multitude d'activités sportives. Ils tâchent également de rendre leurs séances vivantes et intéressantes pour toucher, motiver les élèves, leur donner envie de réfléchir et de s'intéresser à l'entretien de leur santé physique. Ils gardent alors l'attention et l'intérêt des élèves en les encourageant, les soutenant, soulignant les progrès réalisés et les bienfaits qu'ils procurent. Les bilans de séances débats sont, d'après ces enseignants très appréciés des élèves qui s'y impliquent volontiers et participent avec enthousiasme. De même que les projets personnalisés ou réalisés en partenariat avec des infirmiers scolaires et des associations comme ELA donnent envie aux élèves de s'impliquer, s'investir personnellement par l'aboutissement concret (avec la participation au Cross ou à la sortie verte en vélo, la venue des infirmiers, des athlètes, ...). Ces projets particuliers motivent et donnent goût aux élèves pour les activités physiques et sportives tout en les responsabilisant vis à vis de l'entretien et la préservation de leur santé physique (entraînement, échauffement, connaissance de son corps, sensations éprouvées, amélioration des performances sans se blesser, ...). Un enseignant utilise aussi les jeux de rôles qui plaisent particulièrement aux élèves par leur côté ludique, exceptionnel et permettent aux élèves de produire des efforts et entretenir leur santé physique tout en partageant des moments privilégiés avec leur enseignant et leurs camarades. Ces différents objectifs et les moyens mis en œuvre par ces enseignant pour y aboutir peuvent éclairer et aider des enseignants démunis devant

l'entretien de la santé physique de leurs élèves, comme madame B. Bien entendu, ces objectifs, contenus d'enseignement et leviers motivationnels sont à adapter à l'âge et au niveau de développement des élèves puisque les enseignants interrogés n'enseignent qu'à des élèves de cycle trois. Nous avons également souligné que le parcours biographique des enseignants n'a pas de conséquences sur la sensibilisation ou non des élèves à l'entretien de leur santé physique. Cependant, l'âge, le niveau des élèves, leurs connaissances ou le degré de connaissances des enseignants eux même leur permet d'approfondir plus ou moins en détails cette sensibilisation.

Ce travail de recherche, outre le fait qu'il m'aidera à sensibiliser mes élèves à l'entretien de leur santé physique, m'a permis de développer la compétence C1 « Agir en fonctionnaire de manière éthique et responsable ». Effectivement, du point de vue de la diversité des élèves, ce travail m'a permis de cerner comment gérer la diversité des élèves en EPS, notamment en rapport avec la question de la santé physique des élèves. Cette recherche m'a permis de comprendre que les objectifs poursuivis en matière de santé physique au travers les séances d'EPS ne sont pas les mêmes en fonction des élèves. Les enseignants visent l'amélioration de la santé physique pour les élèves en sur-poids alors que les autres élèves sont plus concernés par l'entretien de leur santé physique. De même qu'il est important de privilégier et plus travailler le volet sécurité avec les élèves rapides, actifs qui risqueraient de se blesser eux ou leurs camarades par une pratique trop vive, non sécurisée.

Ce travail est aussi l'occasion de travailler les compétences C3 « Maîtriser les disciplines et avoir une bonne culture générale » et C10 « Se former et innover ». En effet, pour enseigner et sensibiliser les élèves à l'entretien de leur santé physique voire participer à l'éducation à la santé physique des élèves, il est nécessaire de maîtriser les termes de santé et d'EPS. De plus, ce travail de recherche donne des pistes aux enseignants pour sensibiliser leurs élèves à la question de la santé physique qui peuvent être transposées et modifiées pour être appliquées à tout niveau de classe. Il souligne ce que l'EPS et les autres disciplines peuvent apporter à la santé physique à court comme à long terme. Ainsi, ce travail peut aider les enseignants à mettre en œuvre et concevoir des séquences et séances d'EPS qui incluent la sensibilisation de leurs élèves à l'entretien de leur santé physique.

## Mots clés

Entretien de la santé physique

Éducation Physique et sportive

Préservation de la santé physique

Santé

Santé physique

# Bibliographie

BROUILLET, D., DOMALAIN, G., GUIMELLI, C., EISENBEIS, J. 1991, Éducation à la sécurité dans les pratiques physiques et sportives, *Bulletin de Psychologie*, n°400, 207-214.

DELIGNIÈRES D., 1994, *Éducation physique et sportive et santé*, cours d'agrégation externe EPS, Écrit 2, centre de formation à distance, laboratoire de psychologie, INSEP.

GIMÉNEZ RR., 2009, The School and the body : a glance from the scholastic program. L'école et le corps : un regard depuis le programme scolaire, *revue Staps n°85*, éditions de boeck, Bruxelles, 37-45.

LESELBAUM N., 1989 Plaidoyer pour une éducation à la santé à l'école, *Cahiers Pédagogiques*, 273, 39-40.

MÉRAND ET DHELEMMES, 1988, Éducation à la santé, endurance aérobie, contribution de l'EPS, Paris, INRP.

PERRIN C., 1993, Analyse des relations entre le rapport aux APS et les conceptions de la santé, *Staps 31*, éditions de Boeck, Bruxelles, 21-31.

PERRIN C., 2000, La santé en EPS de l'éducation à l'évidence, *Spirale, revue des sciences de l'éducation*, n°25, éditions ERES, 83-88.

PERRIN C., SANDRIN-BERTHON B., 2005, Conférence débat « *EPS et éducation pour la santé* ».

TURCOTTE S., OTIS, J., GAUDREAU L., 2007, Les objets d'enseignement-apprentissage : éléments d'illustration de l'inclusion de l'éducation à la santé en Éducation physique. *Staps n° 75*, éditions de Boeck, Bruxelles, 115-129.

TURCOTTE S., OTIS, J., GAUDREAU L., 2007, Démarche de modélisation de l'intervention en éducation à la santé incluse en éducation physique, *Staps 77*, éditions de Boeck, Bruxelles, 63-78.

**Sites internet consultés :**

[http://www.who.int/topics/child\\_health/fr/](http://www.who.int/topics/child_health/fr/), 20 mai 2012

<http://www.obesite-sante.com/obesite-chiffre-france-monde.php>, 10 mai 2012

<http://www.education.gouv.fr/pid24302/annuaire-resultat-recherche.html?>

[ecole=1&lycee\\_name=&localisation=2&ville\\_name=&dept\\_select\[\]=62&public=1&page=0](http://www.education.gouv.fr/pid24302/annuaire-resultat-recherche.html?ecole=1&lycee_name=&localisation=2&ville_name=&dept_select[]=62&public=1&page=0), 23, 26 et 27 novembre 2012



la ville/du village) ?

.....  
.....

→ Quelle est votre formation initiale ?

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

→ Accepteriez vous un petit interview ? Cet entretien me permettrait d'approfondir mes recherches sur les liens entre la santé physique et les séances d'EPS. Je me permet d'attirer votre attention sur le fait que le taux de réponse à ces entretiens fixe les possibilités de réussite de mon mémoire. Sans l'aimable collaboration des enseignants mon travail ne pourra donc aboutir.

.....  
Dans le cas d'un accord de votre part, pouvez vous me communiquer votre nom, l'école dans laquelle vous enseignez, ainsi qu'un mail professionnel, coordonnées auxquelles je pourrais vous joindre pour un éventuel entretien.

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

Vous pouvez m'envoyer la réponse à ce questionnaire sur mon adresse mail personnelle : [m.poneyhersin@free.fr](mailto:m.poneyhersin@free.fr).

Je vous remercie vivement de l'attention portée à ce questionnaire. En espérant une réponse favorable de votre part. Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur l'expression de ma considération distinguée.

Manon Leca, étudiante en deuxième année de Master SMEEF spécialité Professorat des Écoles à l'IUFM d'Arras.

## Annexe 2 : Grille d'entretien

( → Pour moi : genre.....)

( → Pour moi : tranche d'âge : .....)

→ Pour vous, qu'es ce que l'EPS ?

### **Si vous le permettez nous allons tout d'abord nous intéresser à vos élèves :**

→ 1° Y a t il une mixité sociale au sein de l'école, la classe ? Une uniformité classes aisées, moyennes, défavorisées, ... ?

→ 2° Vos élèves ont-ils des connaissances particulières dans le domaine de la santé ?

(Relance : *Explicitiez*)

→ 3° Depuis combien d'années enseignez vous dans cette école ? Et en général ?

### **Si vous êtes d'accord, nous allons maintenant préciser votre parcours professionnel :**

(*Si pas détaillée dans la réponse du questionnaire ou besoin de précisions → Quelle formation initiale avez vous suivi?*)

→ 4° Avez vous suivi une formation particulière dans le domaine de la santé ou pratiquez vous une activité hors contexte scolaire qui vous permet d'avoir des connaissances supplémentaires en matière de santé physique ?

### **Nous allons aborder la question de la santé physique et de la motivation des élèves à face à cet aspect :**

→ 5° Quelle est votre définition de la santé physique ?

→ 6° Que visez vous en matière de santé physique pour vos élèves ?

→ 7° Souhaitez vous faire passer un message à vos élèves en matière de santé physique ?

*(Si pas précis, explicitez)*

→ 8° Comment sensibilisez vous vos élèves à cette question de la santé physique ?

→ 9° Vos élèves montrent-ils de l'intérêt quand à cette sensibilisation ? Sont-ils réceptifs ?

→ 10° Comment attirez vous l'attention de vos élèves sur leur santé physique ? Comment motivez vous vos élèves à prendre soin de leur santé physique ?

→ 11° Es ce que vous constatez chez certains élèves une baisse dans l'intérêt vis à vis de leur santé ? Comment réagissez vous dans de telles situations ? Comment y remédiez vous ?

**Nous allons nous concentrer sur la place de la santé physique dans vos séances d'EPS :**

→ 12° Effectuez vous cette sensibilisation dans toutes les séances d'EPS ou dans quelques séances en particulier ?

*( → Si c'est le cas pourquoi ? )*

*( → Quelles sont alors ces séances ? )*

→ 13° Privilégiez vous des APSA particulières lors de la sensibilisation au développement à la santé physique ? Si oui lesquelles ?

→ 14° Privilégiez vous un moment particulier de la séance pour la sensibilisation à la santé physique ? (échauffement, retour au calme) ou l'incluez vous dans vos séances ?

→ 15° Effectuez vous un lien avec une autre matière pour aborder la santé physique avec vos élèves ?

→ 16° Faites vous appel à un intervenant extérieur lors de cette sensibilisation ?

→ 17° Aimeriez vous la participation d'un intervenant extérieur ?

→ 18° Si oui quel type d'intervenant souhaiteriez vous solliciter ? Pour quels apprentissages, enseignements ? (Relance Infirmière scolaire ?)