



**PLAY**  
INTERNATIONAL

**PLAYDAGOGIE** 

**ÉCOLE ACTIVE**

**PROMOUVOIR UN MODE DE VIE ACTIF  
LUTTER CONTRE LA SÉDENTARITÉ**

# LE SPORT CATALYSEUR DE CHANGEMENT

**PLAY International est née en 1999 de l'idée que le sport pouvait être catalyseur de changement social.** Depuis cette date, l'ONG a développé et géré des projets d'éducation dans **une douzaine de pays pour le bénéfice de plus d'un demi-million d'enfants.** Cette action de terrain, souvent en contexte de crise, a permis à l'ONG de développer une approche du sport qui transforme sa pratique, en réponse concrète à un problème d'éducation, de société ou de santé.

**Depuis 2012, PLAY International déploie en France le programme Playdagogie.**

Cette initiative permet de mettre à disposition de la communauté éducative, de nouveaux outils pédagogiques.

PLAY International et le Ministère de l'Éducation Nationale ont signé une convention-cadre et un agrément comme association complémentaire de l'enseignement public. **L'utilité de la Playdagogie y est reconnue dans la réussite scolaire, le bien-être des enfants et la formation de futurs citoyens.** Cet engagement vise à déployer la méthode Playdagogie, notamment au sein des Réseaux d'Éducation Prioritaire (REP et REP+).



MINISTÈRE  
DE L'ÉDUCATION  
NATIONALE

# ÉCOLE ACTIVE UNE MÉTHODE

Une **méthode de pédagogie active et participative** de sensibilisation à des questions sanitaires et sociales, à travers le jeu, la pratique sportive et le débat :

## LA PLAYDAGOGIE

La Playdagogie utilise le jeu sportif et le débat comme support éducatif. Dans les écoles élémentaires, elle permet de transmettre des messages de sensibilisation tout en facilitant l'acquisition de nouvelles connaissances et d'œuvrer pour des changements de comportements durables.

Cette méthode s'adresse donc en priorité aux enseignants et aux animateurs, qui interviennent auprès d'enfants de 8 à 12 ans.



**PLAY International s'engage dans une démarche de co-construction pour créer les kits de Playdagogie** en appliquant un processus en **3 étapes** : une phase de **co-diagnostic**, une phase de **co-création**, et une phase de **tests des jeux sur le terrain** pour valider les contenus pédagogiques. Tout au long de ce processus, PLAY International s'entoure d'experts thématiques et d'acteurs de terrain.

UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE EST SCIENTIFIQUEMENT RECONNUE COMME  
UN FACTEUR ESSENTIEL À LA SANTÉ (INSERM, 2011, ANSES, 2016)

UNE FAIBLE ACTIVITÉ PHYSIQUE PENDANT L'ENFANCE A DES CONSÉQUENCES  
NÉFASTES SUR LA PRATIQUE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET LA SANTÉ  
DES FUTURS ADULTES (PNAPS, 2008)

## BOUGER, MAIS POURQUOI ?

CHEZ L'ENFANT,  
UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE



Favorise un développement  
et une croissance harmonieuse  
(condition physique, composition  
corporelle et santé osseuse).



Diminue les risques de surpoids  
et d'obésité pendant l'enfance  
et à l'âge adulte.



Améliore le bien-être et la santé  
affective, en développant l'estime  
de soi et en diminuant le stress  
et l'anxiété.



// *La chose qui me semble majeure, c'est d'arriver à impliquer les enfants dans la santé alors qu'à cet âge, la santé ça n'a aucun sens [...] à travers un mot qui fait partie de leur vocabulaire : le jeu ! //*

**Docteur Martine Duclos**  
(Chef du service de Médecine du Sport,  
CHU de Clermont - Ferrand)

Retrouver l'interview de Martine Duclos et d'Haïfa Tlili  
sur le site [ecoleactive.playdagogy.org](http://ecoleactive.playdagogy.org)

# LES RECOMMANDATIONS DE L'ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ POUR **LES ENFANTS DE 5 À 17 ANS**

60 MIN



Au moins **60 minutes** quotidiennes d'activité physique, d'intensité modérée à forte

+60 MIN



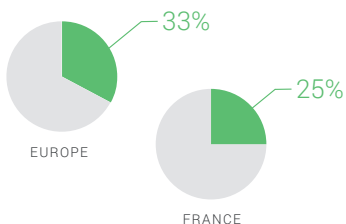
Une activité physique d'une durée **supérieure à 60 minutes** par jour leur apportera des **bienfaits supplémentaires** en matière de santé

3X



Inclure des activités qui **renforcent les muscles et les os** à raison d'au moins trois fois par semaine

## LA FRANCE, MAUVAISE ÉLÈVE ?



Les données épidémiologiques montrent que **les français ont un niveau particulièrement faible d'activité physique en Europe** : la moyenne européenne s'élève à 33%, seulement 25% des français âgés d'au moins 15 ans sont suffisamment actifs.

De plus, les français ont un temps de sédentarité élevé : ils passent trop de temps assis, ou allongés.

Selon l'Agence Nationale de Sécurité Sanitaire de l'Alimentation, de l'Environnement et du Travail (ANSES, 2016), **moins de la moitié des jeunes français, atteignent la recommandation d'une heure d'activité physique par jour** à intensité modérée.

**Seuls 34% des enfants de 3 à 10 ans pratiquent une activité physique quotidienne.**  
Et à l'adolescence, la situation est encore plus alarmante.

**Chez les 11-14 ans, seulement 12% réalisent une activité physique suffisante pour être en bonne santé,** avec une diminution progressive de la pratique au cours de l'adolescence, plus particulièrement chez les filles.

# ÉCOLE ACTIVE POUR PROMOUVOIR UN MODE DE VIE ACTIF

Pour proposer une solution concrète à ce manque d'activité physique chez les jeunes, PLAY International travaille depuis 2016 avec l'Université Paris Descartes, dans le cadre d'une recherche-action, à la co-création d'un outil pédagogique :

## LE KIT ECOLE ACTIVE

**UNE LIGNE DIRECTRICE  
LE PLAISIR DE JOUER, D'EXPÉRIMENTER,  
DE PARTAGER !**



// *La valeur-ajoutée du programme c'est une pédagogie active qui implique les enfants physiquement sur des thématiques de science.* //

**Elodie Leclerc,**  
Directrice de l'école Henri Wallon,  
Valenton (Val-de-Marne)

### 1 ÉTUDE DIAGNOSTIQUE

réalisée en 2016 par  
l'Université Paris Descartes  
« *L'activité physique, la  
sédentarité et l'impact sur la  
santé des jeunes* »,  
Haifa Tlili et Hélène Joncheray  
(Université Paris Descartes,  
Laboratoire TEC)

### 1 GUIDE

pour découvrir la thématique  
et les notions principales  
d'activité physique et ses  
bienfaits physiques, sociaux,  
psychologiques et cognitifs,  
et pour se familiariser avec la  
méthode Playdagogie et ses  
3 étapes

### 6 FICHES DE SÉANCES

de Playdagogie

### 3 FICHES DE SÉANCES

d'Activité physique  
et sportive

### 1 SAC

contenant  
du matériel  
sportif



DEPUIS 2016,  
ÉCOLE ACTIVE C'EST :



111 Professeurs  
des écoles



2170 Enfants

## COMMENT DEVENIR UNE ÉCOLE ACTIVE ?

1

**SE FORMER**  
accueillez ou  
participez à une  
formation (3h en  
milieu scolaire,  
7h en milieu  
périscolaire)  
proposée par  
PLAY International

2

**BÉNÉFICIER**  
d'un kit pédagogique  
contenant du  
matériel sportif,  
des fiches de séance  
et d'un guide  
thématique.

3

**UTILISER**  
**ÉCOLE ACTIVE**  
avec votre classe,  
avec vos collègues  
ou avec l'éducateur  
sportif intervenant  
dans l'école.

4

**ÊTRE**  
**ACCOMPAGNÉ**  
sur la prise en main  
de l'outil pédagogique,  
sur la mise en place  
d'une première séance  
et lors d'un bilan  
d'étape collectif.

*NB : la participation à ce projet ne requiert pas de budget de la part des établissements et des structures.*

# EVALUATION DU KIT PLAYDAGOGIE ECOLE ACTIVE

En 2018, PLAY International a souhaité évaluer le Kit Playdagogie Ecole Active.

Cette évaluation, menée par Haïfi Tlili, a été réalisée dans deux écoles élémentaires publiques de deux communes d'Ile-de-France : à Paris et à Valenton (Val-de-Marne), dans les écoles François Coppée (15ème arrondissement, non-REP) et Henri Wallon (REP+).

La synthèse et l'évaluation sont disponibles sur le site de PLAY International.

## 3 OBJECTIFS



### MESURER

l'impact du kit École Active sur les représentations de la santé des élèves



### QUANTIFIER

l'impact des séances Playdagogie sur les connaissances des élèves



### MIEUX COMPRENDRE

la manière dont les élèves construisent leur santé en rapport avec l'activité physique

## MÉTHODOLOGIE



2

écoles

2

classes dans chaque école, dont une témoin et une expérimentale



40

élèves, soit

10

interviewés dans chaque classe



6

semaines d'évaluation



5

Séances de Playdagogie



DES

questionnaires enseignants et pré post focus groupe enfants

Dans chacune des écoles, les résultats des groupes expérimentaux ont été comparés aux résultats des groupes témoins.



---

## LES ANALYSES PRÉ ET POST-TEST DES QUESTIONNAIRES ONT MONTRÉ, DANS LES GROUPES EXPÉRIMENTAUX :

**une augmentation de la motivation** des enfants à faire des activités physiques  
**une augmentation du niveau de participation** au cours d'EPS

---

## LES SÉANCES DE PLAYDAGOGIE ONT EU UN IMPACT POSITIF SUR :

### Les connaissances des enfants liées à la santé et à l'activité physique :

d'après l'analyse quantitative, le kit a eu un **impact positif sur les élèves** des groupes expérimentaux (NON REP et REP+). Entre le pré test et le post test, les références scientifiques qui expliquent en quoi l'activité physique régulière améliore la santé, ont été multipliées par 4,25 chez les enfants en NON REP et par 15 chez les enfants en REP+, alors que dans les groupes témoins, les données diminuent. **Grâce au kit École Active**, les élèves du groupe expérimental REP+ ont **rattrapé leur retard** et ont développé les mêmes types de connaissances de santé autour de l'activité physique que les élèves NON REP.

### Les représentations que les enfants ont de la santé, leur permettant de

**donner une définition plus positive de la santé**, moins basée sur des injonctions (il faut, il ne faut pas, ...) et de **donner une place à l'activité physique** dans cette définition. Dans le groupe témoin, l'activité physique reste peu liée à la santé et perçue comme une activité qui présente des risques.

---

## CONCLUSION

**L'expérimentation a montré que les élèves ayant vécu les séances de Playdagogie ont pu compléter leurs connaissances et faire évoluer leur définition de la santé**, souvent incomplète et basée sur des références négatives, vers une définition plus positive, illustrée par des explications scientifiques sur le fonctionnement du corps et les effets bénéfiques de l'activité physique.



//

*Les enseignants, qui ont maintenant l'habitude de pratiquer ces séances de Playdagogie, y trouvent énormément d'intérêt parce qu'on arrive à ancrer un savoir et faire en sorte que le jeune s'approprie au maximum ce savoir.*

**Haifa Tlili,**  
*Ingénieure d'études, Université Paris Descartes et évaluatrice du programme Playdagogie Ecole Active - Laboratoire EA 3625, Technique et Enjeux du Corps (TEC)*

//

Retrouver l'interview d'Haifa Tlili et de Martine Duclos sur le site [ecoleactive.playdagogy.org](http://ecoleactive.playdagogy.org)

# ÉCOLE ACTIVE UN PROGRAMME

## CONTENUS THÉMATIQUES

Le programme Ecole Active a pour objectif de promouvoir un mode de vie actif, en sensibilisant dès le plus jeune âge aux bienfaits d'une activité physique régulière et aux risques liés à une vie trop sédentaire. Pour cela, plusieurs aspects de l'activité physique sont abordés dans la séquence de 6 séances de Playdagogie proposées.



// *Par le jeu et par le jeu régulier, le message d'Ecole Active, en lien avec la santé s'imprime et s'imprime rapidement.* //

**Aurore Millot,**  
Professeur des Ecoles, Ecole Colette Magny  
(Paris, 19ème arrondissement)

Comprendre les  
**RISQUES LIÉS À  
LA SÉDENTARITÉ**  
et comment mener  
une vie active



**1 SÉANCE**

Comprendre en quoi  
l'activité physique permet  
d'**ENTREtenir ET D'AMÉLIORER  
SA SANTÉ** (physiologique,  
psychologique, cognitive  
et sociale)



**4 SÉANCES**

Comprendre l'intérêt  
d'**ENTREtenir SA SANTÉ  
AU QUOTIDIEN**  
pour préparer  
sa santé future



**1 SÉANCE**

---

## LIEN AVEC LES PROGRAMMES DE L'ÉDUCATION NATIONALE

**Ecole Active s'inscrit dans le Parcours Educatif de Santé pour le cycle 3, en plaçant l'activité physique comme outil au cœur des apprentissages.** La séquence de 6 séances Playdagogie a pour ambition majeure de **faire évoluer les représentations et d'influencer les comportements des élèves** en matière de santé, avec un focus sur les effets de l'activité physique. Les différents thèmes abordés dans les séances viennent répondre aux grands enjeux du Parcours Educatif de Santé : **éducation à la santé, prévention, autonomie du futur citoyen et bien-être.**

Ecole Active permet également de **travailler le socle commun de connaissances, de compétences et de culture**, de façon interdisciplinaire, croisant l'Education Morale et Citoyenne, l'Education Physique et Sportive ou encore ou les Sciences. Les compétences du Domaine 1 (Les langages pour penser et communiquer) et du Domaine 3 (La formation de la personne et du citoyen) sont particulièrement **mises en valeur grâce à l'étape de débat**, présente dans chacune des séances de Playdagogie. Cette étape encourage et aide les enfants à s'exprimer, argumenter et échanger leurs idées.



// *Le projet École Active associe la pratique physique avec d'autres enseignements, un travail sur l'esprit critique, le débat et la prise de parole.* //

**Valérie Schwob,**  
Chargée de mission Cardie



# ÉCOLE ACTIVE

SAISON 2018-2019

Plus d'informations  
sur la Playdagogie – École Active ou sur les formations

**01 53 27 66 46 / 06 47 62 52 93**  
**contactfrance@pl4y.international**

DÉCOUVREZ ET REJOIGNEZ LA COMMUNAUTÉ PLAYDAGOGIE  
(actualités, événements festifs et sportifs, mise en réseau  
avec d'autres professionnels de l'éducation)



*Communauté Playdagogie*

Accédez à la Plateforme en ligne et à l'ensemble des contenus de PLAY International  
[www.playdagogie.org](http://www.playdagogie.org) | [www.pl4y.international](http://www.pl4y.international)



AVEC LE SOUTIEN DU



MINISTÈRE  
DE L'ÉDUCATION  
NATIONALE