

Activité physique, connaissances en santé et habitudes alimentaires d'élèves belge : effets de la méthodologie Oblomov

Nicolas Franck, Maurine Remacle, Alexandre Mouton, Marc Cloes

Département des Sciences de la Motricité, Université de Liège (Liège, Belgique)

Introduction et objectifs

En Belgique, seuls 2% des enfants âgés de 6 à 9 ans atteignent les recommandations internationales d'activité physique (AP) (De Ridder et al., 2016). Ce constat souligne le besoin d'actions concrètes pour réduire l'inactivité des pré-adolescents, particulièrement au cours d'éducation physique (EP). Développé dans le cadre d'un programme Erasmus +, le projet ObLoMoV (<https://www.oblomovproject.eu>) propose une combinaison originale d'imaginaire (Parker & Lepper, 1992) et de HIIT (Shirayev & Barclay, 2012). L'objectif de cette étude consiste à analyser l'influence de cette approche pédagogique sur l'AP auto-rapportée, les connaissances en santé et les habitudes alimentaires d'élèves de l'enseignement fondamental. Cela s'inscrit dans le cadre du modèle d'analyse du processus d'enseignement-apprentissage (Cloes & Roy, 2010)

Méthodologie

Cinq enseignants en EP ont proposé un cycle de 10 leçons à 176 élèves de 5^{ème} et 6^{ème} années. Chaque leçon proposait des activités de High Intensity Interval Training (HIIT), de théâtralisation et d'éducation à la santé (Remacle et al., 2018). Les élèves ont complété des questionnaires avant (T0) et après l'intervention (T1) permettant de disposer de données relatives à leurs niveaux d'AP (PAQ-C), de connaissances en santé et habitudes alimentaires (Adolescent Food Habits Checklist).

Résultats et discussion

Les résultats montrent une réaction positive des élèves, particulièrement pour les élèves de sexe féminin impliqués dans la recherche. Les comparaisons T0-T1 ont révélé des différences significatives en matière d'AP (3,075 Vs 3,25 ; $p < 0,000$) et des connaissances théoriques en matière de santé (3,22 Vs 4,37 ; $p < 0,000$). Les comparaisons en fonction du sexe ont montré des différences significatives en faveur des filles, notamment en matière d'AP, démontrant un engouement des filles pour la méthode ($p = 0,0048$).

Conclusion et perspectives

L'approche Oblomov représente une alternative pédagogique intéressante dans l'enseignement fondamental. Néanmoins, l'impact réel sur le style de vie doit être interrogé, soulignant le besoin d'approches multisectorielles pour intervenir à ce niveau.

Références bibliographiques

- Cloes, M. & Roy, M. (2010). Le cheminement de l'approche écologique: du paradigme processus-produit au modèle heuristique du processus enseignement-apprentissage. In, M. Musard, M. Loquet & G. Carlier (Eds.) : Sciences de l'intervention en EPS et en sport : résultats de recherches et fondements théoriques (pp. 13-33). Paris: Editions Revue EP.S. Accessible sur Internet : <http://hdl.handle.net/2268/35774>
- De Ridder, K., Bel, S., Brocatus, L., Lebacqz, T., Ost, C. & Teppers, E. (2016). Résumé des résultats 2014-2015. Dans: Tafforeau J (Ed.) Enquête de consommation alimentaire. WIV-ISP, Bruxelles, Belgique.
- Parker, L. & Lepper, M. (1992). Effects of fantasy contexts on children's learning and motivation: making learning for fun. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(4), 625-633. doi : 10.1037/0022-3514.62.4.625.
- Remacle, M., Franck, N., Mouton, A., & Cloes, M. (2018). Presentation of a new pedagogical methodology aiming to tackle the inactivity problem among 11/13 years old children – The Belgian implementation. Communication présentée à l'Eurogym 2018 "Let's dream together". Fédération francophone de Gymnastique, Liège, Belgique.
- Shirayev, T. & Barclay, G. (2012). Evidence based exercise: clinical benefits of high intensity interval training. *Australian Family Physician*, 41(12), 960-962.