
Résumés des communications

Congrès 2PASS-4Health

1 et 2 Décembre 2022



2PASS
4HEALTH

Promoting **P**hysical **A**ctivity in
Secondary **S**chool for **H**ealth



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Posters

First step to designing a programme to promote physical activity and healthy behaviours among adolescents

H. BASHOURI¹, S. ASUN¹, B. MURILLO¹, E. IBOR¹

¹University of Zaragoza, Huesca, Espagne

Background: Adolescence is a key stage for the acquisition and consolidation of health-related behaviours (positive or negative) such as physical activity (PA) or sedentary behaviours (SB) which can be maintained throughout people's lives (Simmonds et al., 2016; Telama et al., 2014). However, levels of compliance recommendations in adolescents are far from desired, with 81% not meeting an average of 60 minutes of moderate-vigorous PA per day (Guthold et al., 2020). Models for designing and implementing intervention programmes are numerous (Tabak et al., 2012) and one of the most widely supported frameworks in the literature is the social-ecological model (Sallis et al., 2006). This approach takes into account that an individual's behaviour cannot be isolated, as different social factors converge on it, at different levels, involving all the agents in the subject's environment (Sallis et al., 2018). Based on this model, involving all stakeholders in the educational community (i.e., students, families, teachers, and policy makers) in the design and implementation of intervention programmes seems to be an appropriate strategy for positive outcomes (Kwan et al., 2022). Many of the interventions using this theoretical framework are based on a research methodology that actively involves the actors under investigation: participatory action research (Baum et al., 2006). The design of intervention programmes based on participatory action research must start from the identification of the needs of the people who are going to participate in them (Bartholomew et al., 2001; Czosnek et al., 2022). Therefore, the aim of this study was to explore the existing perceptions and beliefs in the centres about adolescent PA and SB, identifying both the strengths and needs of the environment, as well as the barriers to achieving sustainability.

Method: A qualitative study was conducted in a public secondary school in a Spanish city. This study marks the beginning of the design of an intervention programme aimed at improving PA and reduces SB of the students of this city. Twenty-two people from the educational community and linked to the different spheres of the socio-ecological model (students, families, teachers, and political staff) participated. The participants were grouped into three groups: pupils (n=9), families (n=4) and teachers with politicians (n=9). For the coding of the content and the structuring of themes and sub-themes, NVivo Software was used. A thematic discourse analysis was carried out using a deductive method based on pre-established areas of observation, through a prior review of the theoretical framework.

Preliminary results: After analysing all the focus groups, we detected that the responsibility to surround adolescents with a healthy environment coincides with the proximity of the levels in the socio-ecological model. It is firstly the families who have to educate from childhood, instilling certain healthy habits, then at primary school and at secondary school and finally the policies must accompany them throughout this process. Adolescents underestimate the amount of PA they do, and families believe that one of the biggest problems is SB with screens. For the development of effective and sustainable intervention programmes, they believe that collaboration between all stakeholders and the institutionalisation of these programmes within the functioning of the school is necessary. Taking into account the analysed data, it seems appropriate to adopt a multi-level intervention, which considers the alignment of all stakeholders and multicomponent acting from different areas (interdisciplinarity) fitting a comprehensive approach to the whole school and the community.

Conclusions: A key step in designing an intervention programme that has an impact on improving the behaviour of adolescents and is sustainable is the identification and analysis of the context and the people within it

Mail : hisham@unizar.es

Do students from Health Promoting Schools have lower levels of sedentary screen time than those who are not? A Comparative Study in the city of Huesca

G. BERMEJO¹, A. CORRAL ABOS¹, E. IBOR¹, A. AIBAR¹, J.A. JULIAN¹, J. ZARAGOZA¹

¹University of Zaragoza, Huesca, Espagne

Introduction

Screen time sedentary behaviours (STSB) are on the rise in children and adolescents. STSB have been associated to other unhealthy behaviours such as lack of sleep time or physical inactivity (Guekiere et al. 2019). They have also been associated with anxiety and depression (Mougharbel, 2020) and other diseases like obesity (Tripathi & Mishra, 2020). Health promoting schools (HPS) implement actions to improve students' health and prevent the excessive prevalence of STSB.

Objective

The aim of this study was to analyse whether there were differences in STSB between students belonging to HPS and non-health promoting schools (NHPS).

Method

Design: This is a comparative cross-sectional study carried out with the participation of different HPS in the city of Huesca (3 of the total of 4: 75%) and NHPS (2 of the total of 4: 50%), which implies a participation of 62% of the total number of educational centers in the city. The sampling was non-probabilistic for convenience looking for accessibility and characteristics' diversity of the involved schools.

Participants: A total of 805 students (14.87 ± 1.5 yrs.) participated in the study (391 boys and 411 girls). Of these, 544 were HPS' students and 261 were not.

Instrument: To evaluate the daily minutes of screen time sedentary behaviours, the sum of the daily mean of four behaviours (television, computer, video games and mobile phone) was used, through a self-reported instrument that assessed the mean daily time between weekdays and weekend days (Rey-López et al., 2011).

Data analysis: Descriptive statistics were calculated for both groups (HPS and NHPS). The personal variables gender and age, as well as the type of the students' educational center (public or private school) showed influence on some STSB independently. For this reason, a One Way ANOVA controlling these variables was carried out.

Results

The results of this study show that belonging or not to a HPS could have an influence on some of the STSB studied. Specifically, we found significant differences in the variables of smartphone use on weekdays ($F=27.341$; $p<.001$; $\eta^2p=.223$) and on weekend days ($F=11.040$; $p=.001$; $\eta^2p=.105$). In addition, significant differences were found in the variable of TV watching time on weekdays ($F=8.570$; $p=.004$; $\eta^2p=.084$). HPS' students showed lower levels in the three behaviours mentioned.

Conclusions

Actions taken by HPS could have a positive effect on their students' STSB. However, there may be other variables that affect these behaviours and should be further considered. More studies are needed to evaluate HPS' effectiveness to identify effective strategies in order to reduce STSB in children and adolescents.

Mail : gemmabmar@unizar.es

Promoting active commuting to school: Experience of an interdisciplinary project in the city of Huesca (Aragon, Spain)

A. CORRAL ABOS¹, G. BERMEJO¹, E. IBOR¹, J.A. JULIAN¹, J. ZARAGOZA¹, A. AIBAR¹

¹University of Zaragoza, Huesca, Espagne.

Introduction : Active commuting to school is an opportunity for the promotion of physical activity in the educational context. This behavior has multiple benefits for the physical and mental health of children. In addition, it provides other benefits such as reducing traffic and improving neighborhood social life. However, active commuting patterns have decreased in the last decades, without showing significant changes in Spanish children during the last ten years.

Method : The school intervention presented was implemented in the city of Huesca (Aragon, Spain). In the local context, a Mobility Plan was being developed to promote healthy and sustainable mobility. The school becomes a focus of reference where children acquire knowledge to increase the number of active trips. To achieve this, an assessment of the context of the city and the needs of the schools was carried out. Subsequently, an intervention program was designed. This process was based on the socio-ecological model as a frame of reference for the evaluation of the influencing factors and the determination of intervention strategies, as well as the connection with the curricular learning through an interdisciplinary project. The main strategies of the intervention program were planned both in the curricular and non-curricular pathways.

The fundamental characteristics of the intervention program were the leadership of the teaching staff, the curricular connection adapted to each school, and the connection with the social context. The teacher training conducted in the schools was personalized and included topics such as characteristics of interdisciplinary projects, portfolio as an evaluation tool, cooperative learning techniques and motivational climates. Afterwards, a compilation of all the curricular criteria likely to be worked in the project was conducted and all activities were designed according to each teacher classroom program. All this process was performed with the help of a facilitator. During the project, environmental changes were made in the social context of reference (e.g., pedestrianization of the city center, placement of bike parking), and various community agents (e.g., local police, families) participated in the project activities.

Results : After pilot intervention, there was a significant increase in the frequency of active trips to school. The results of the pilot study were promising, showing a significant increase in ATS (i.e., frequency of ATS), when comparing experimental and control school students. The effect size of the repeated measures ANOVA analysis was analyzed to see how much the change in travel frequency before and after the intervention was affected because of the intervention. Overall effect size range from 0.09 to 0.53 (η^2) in both analysis.

Discussion and conclusions : Three learned lessons can be obtained from this intervention project. In relation to their main characteristics, it is of paramount importance the teacher leadership. Regarding the connection with curricular learning, it is important to highlight the implementation of relevant educative competence situations. Finally, as last learned lesson, working with the social context requires involving students in the life of their community by generating activities which allow to open the school space to the city and to the agents involved in healthy and sustainable mobility.

Mail : acorral@unizar.es

A model-based practice in PE and its transference to students' autonomous extracurricular physical activity: A case in primary school

C. EVANGELLIO-CABALLERO¹, C. PEIRO¹, R. FERRIZ¹, I. MOYA-MATA¹

¹Universitat de València, Valencia, Espagne

Introduction. Physical Education (PE) programmes that seek to promote healthy lifestyles among young people require student-centred methods enhancing autonomous and responsible behaviour to facilitate the transfer of physical activity (PA) involvement beyond lessons. Thus, pedagogical models can be effective student-centred methodologies to achieve this purpose (Haerens et al., 2011). This work aimed to explore the influence of an intervention hybridizing Health-Based PE and Sport Education to promote the autonomous practice of physical activity outside PE lessons.

Method. The intervention was designed by the collaboration of teachers with experience and knowledge in the two models. The hybridization was built considering the transference of autonomy and responsibility from the teacher to the students through methodological considerations fitting within the models (e.g., use of resources or roles). The intervention lasted 11 lessons of 45 and 60 minutes alternatively using rope-skipping as a health-related content. Qualitative data were collected from different participants in the process: 30 students (group interviews at the end of the program); PE teacher (interview at the end of the program); and two researchers (field diary during the intervention). Data were analysed using a multiphase approach combining inductive-deductive content analysis and constant comparison (Smith & Gannon, 2018).

Results. Concerning the transference of PA practice outside PE lessons, students revealed that they increased their time of practice during school timetables, extracurricular time, or outdoors school in the last weeks of the intervention. Most of them met and grouped outdoors to practice rope-skipping choreographies autonomously supported by the resources to practice the activity (e.g., ropes or sheets informing how to perform warm-ups and stretching). In this sense, the transference of autonomy and responsibility through the methodologies employed was well-assimilated to students. However, when trying to organize PA out of school, students had to deal with some conflicts as, for instance, how to manage to reach an agreement among the group members. Finally, the collaboration of the school providing spaces and resources (i.e., ropes and music players) to students emerged as a facilitator to achieve positive outcomes in increasing their practice. Conversely, the length of the intervention was a limiting factor because a longer intervention could have helped to assimilate autonomy and responsibility, contributed to increasing PA practice and helped to consolidate some health-related behaviours in students.

Conclusion. The intervention using models-based practices in PE facilitated students' autonomous practice beyond PE lessons, although students had to deal with some constraints. Notwithstanding, these results must be interpreted with caution because could not ensure the consolidation of these behaviours in the physical activity practice of students.

Mail : carlos.evangelio@ext.uv.es

Les activités préférentielles des jeunes (18-24 ans) : Un regard original sur comment les jeunes de 18 à 24 ans s'engagent dans les activités physiques en Europe. Promotion de l'activité physique et lutte contre la sédentarité à l'université.

L. FERMON¹, C. LLENA¹, F. POTDEVIN¹

¹Université de Lille, faculté des Sciences du Sport et de l'Education Physique, Lille, France

Il ne fait aucun doute des effets positifs de l'Activité Physique (AP) sur la santé et le bien-être sur l'ensemble des populations. Kwan et collaborateurs (2020) expliquent l'importance de la transition entre le lycée et la vie de jeune adulte sur les comportements actifs mais aussi de la manière dont les activités sont pratiquées. Lera-Lopez et Marco (2018) montrent dans une étude récente que les relations qu'entretiennent les populations envers l'AP et le sport diffèrent selon les régions européennes. Cette communication se donne pour objet de montrer l'effet des cultures européennes sur les formats d'AP plébiscités chez les jeunes adultes européens en les associant aux déterminants psychologiques, sociologiques et culturels. Pour ce faire, l'engagement dans les pratiques physiques se traduit comme un phénomène émergent d'un réseau de facteurs en interaction, liés aux caractéristiques de l'individu de ses milieux de vie et de son environnement global (Bronfenbrenner, 1979).

Cette recherche exploratoire prend appui sur une méthodologie mixte. Plus de 4 000 étudiants ont été interrogés par un questionnaire dans dix-huit universités européennes. Le questionnaire est composé de huit parties issues de tests validés scientifiquement, inspirées d'enquêtes nationales ou créées par les chercheurs de l'étude. Chaque questionnaire a été traduit dans les langues nationales des universités partenaire et a été diffusé en avril 2021 par le logiciel Lime Survey. Des analyses en composantes principales associées à une analyse par cluster (regroupement des individus) ont permis de catégoriser trois profils types de pratiquants. Des parangons (individus qui représentent le mieux la typologie) ont été identifiés pour réaliser des entretiens. Douze entretiens semi-directifs ont été menés dans quatre pays différents. Les analyses ont été menés sur R studio avec le package « FactoMineR ». Des analyses statistiques multifactorielles couplées à un traitement thématique par entretien offrent un regard original sur les relations qu'entretiennent les jeunes à l'AP et permet d'identifier les facteurs les plus attractifs (seul vs à plusieurs, encadré vs autonomie, lieux de pratique, type d'activités, etc.) selon les cultures pour les engager durablement dans les pratiques physiques et sportives.

Les résultats montrent qu'il existe deux grandes manières de pratiquer de l'activité physique : soit de manière auto-organisée, soit de manière encadrée, mais qu'elle est aussi régie par le sexe. Ce résultat est en adéquation avec la littérature récente qui montre que les jeunes adultes s'émancipent des pratiques institutionnalisées et ne souhaitent pas faire de l'AP où il y a trop de contraintes (Crouté et Muller, 2018). Les femmes quant à elles, s'adonnent davantage encore, à des pratiques libres. Les entretiens montrent que les jeunes adultes gardent un attrait important pour la sociabilité. Cette étude mixte permet d'enrichir les connaissances actuelles sur l'AP des jeunes adultes dans l'objectif d'optimiser les comportements d'engagement dans l'AP et de lutte contre la sédentarité.

Mail : fermonlouise@gmail.com

What motivational variables predict the (de-)motivating teaching style implemented in Physical Education?

J.GARCIA CAZORLA¹, L. GARCIA-GONZALEZ¹, R. BURGUENO¹, S. DILOY¹, A. ABOS¹

¹University of Zaragoza, Zaragoza, Espagne

Within Physical Education (PE), teaching performance is of great importance and can trigger both positive and negative students' experiences and outcomes (Vasconcellos et al., 2019; White et al., 2021), as well as impact the psychological functioning of the teachers themselves (Abós et al., 2018). Grounded on Self-determination Theory (SDT; Ryan and Deci, 2020), the circumplex model (Aelterman et al., 2019; Escrivá Bouley et al., 2021) explains the different (de-)motivating styles and behaviours that PE teachers can adopt in their classes. Within the circumplex approach, four different (de-)motivating styles are theoretically proposed (i.e., autonomy support structure, control, and chaos) each of which is subdivided into two different motivational behaviours. To expand previous literature, the aim of this study was to analyse how basic psychological needs satisfaction and frustration, as well as teachers' motivation, can predict the four-teaching motivating styles (i.e., autonomy support structure, control, and chaos) in PE.

The sample include 667 PE teachers (Mage = 37.86; SD = 8.1; 63.7% male). The Spanish versions of the Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale (BPNSFS; Chen et al., 2015) and the Motivation for Teaching Scale in Secondary Education (EME-ES; Abós et al., 2018) were used to assess teachers' needs-based experiences and motivation. Also, the Situation in School Questionnaire (SIS; Aelterman et al., 2019) in its Spanish version adapted to PE (SIS-EF; Escrivá Bouley et al., 2021) was used to measure the different (de-)motivating teaching styles.

The linear regression analysis results showed that the autonomy-support was negatively predicted by competence frustration ($\beta = -.181$; $p = .019$) and positively by autonomous motivation ($\beta = .307$; $p < .001$), whereas structured style was only positively explained by autonomous motivation ($\beta = .174$; $p = .031$). Next, controlling style was negatively predicted by competence satisfaction ($\beta = -.128$; $p = .019$), and positively by controlled motivation ($\beta = .284$; $p < .001$) and amotivation ($\beta = .092$; $p = .024$). Finally, chaotic style was negatively explained by autonomous motivation ($\beta = -.090$; $p = .035$), and positively by controlled motivation ($\beta = .089$; $p = .017$) and amotivation ($\beta = .259$; $p < .001$).

These results show how important it is for PE teachers to have their need for competence satisfied and autonomous motivation to implement high need-supportive teaching styles (i.e., autonomy-supportive and structured). These styles might not only yield adaptive outcomes in students (Vasconcellos et al., 2020), but also in teachers themselves (Abós et al., 2018). Instead, it seems that competence frustration, controlled motivation and amotivation may trigger low need-supportive teaching styles (i.e., controlling and chaotic), which may negatively affect students (Vasconcellos et al., 2020), and teachers' psychological functioning (Abós et al., 2018). First, based on SDT, it seems important that training programs provide PE teachers with strategies and resources to increase the quality of their classes (e.g. training in effective pedagogical models, adaptive motivating strategies, etc...).

This communication is part of the project "Factores determinantes de las conductas docentes del profesorado de Educación Física y su influencia en la motivación y el rendimiento profesional" (JIUZ-2021-SOC-02) founded by Fundación Bancaria Ibercaja.

Mail : j.garcia@unizar.es

The relationship of sports practice with adolescents' academic performance

I. MARQUES-ALEIXO¹

¹*Faculty of Psychology, Education and Sports, Lusófona University of Porto, Porto, Portugal*

Background: Evidence shows that physical activity may have an impact on academic performance through a variety of direct and indirect physiological, cognitive, emotional, and learning mechanisms.

Objective: the main purpose of the present study was to determine the association between participation in sports and academic achievement in college students.

Study design: This is a cross-sectional study from a sample of 462 apparently healthy adolescents, 252 girls and 210 boys, with ages ranging 10 to 19 years old (12,78 ±1,68 years old) recruited from the North region of Portugal, according to a non-probabilistic (intentional) sampling process. The data collection was self-reported and included: 1) a set of socio-demographic questions (sex, age, school year, city); 2) body weight and height measurements; 3) school grades; 4) sports practice and its week duration; 4) sedentary outcomes and study time.

Results: The practice of extra-curricular sport participation were related to better academic performance in adolescents, independent of potential confounders including sex, age, weight, height, study time and screen-viewing time. The durations of sports practice, type of sports (individual or collective) and screen-viewing time showed no significant link with academic performance unlike the number of sports practice and study time that showed a significant relation with academic achievement. It was also found that the duration of practice doesn't influence or is influenced by screen time or study time.

Conclusion: Sports participation may be beneficial to improve academic performance in youth adolescents.

Mail : ines.aleixo@ulp.pt

Projet "Mode Actif", de l'expérimentation à la formation

O. MARQUIS¹, D. FLENGHI², O. NOCENT¹

¹Université de Reims, UFR STAPS, Reims, France ; ²Université de Reims, INSPE, Reims, France.

Dans la lignée de la démarche Icaps qui consiste à agir sur l'individu, son entourage et son environnement pour augmenter son temps d'activité physique, notre projet en collège vise à passer « des paroles aux actes » en termes de lutte contre la sédentarité et de promotion de l'activité physique.

Parmi les actions de cette expérimentation multi-leviers, les élèves sont sensibilisés aux effets de l'activité physique sur la santé, passent des tests de condition physique et réalisent des relevés de sédentarité et d'activité physique pour donner sens à la pratique de l'activité physique.

D'autre part, en plus de l'EPS et des heures d'association sportive du collège, des temps de pratique sont proposés pendant les heures de permanence afin d'offrir aux élèves les moyens d'augmenter leur temps d'activité physique. Nous prévoyons également d'aménager l'espace scolaire afin de favoriser l'activité physique pendant les temps de récréation.

Ce projet "Mode actif" au Collège Louis Grignon de Fagnières est l'occasion de tester la véracité des différentes actions proposées pour augmenter l'activité physique des élèves. Conjointement à cette expérimentation, une étude sera également réalisée en contexte universitaire reposant sur les mêmes types d'actions.

Mail : olivier.marquis@univ-reims.fr

EUMOVE Project: an Erasmus+ Project for the promotion of healthy lifestyles among children and adolescents

J. MOTA¹, T. GARCIA², M. SANCHEZ³, J. CASTRO⁴, A. GRAO⁴, J. MARTINS⁵, A. CECILIANI⁶, M.H MURPHY⁷, A., VUILLEMIN⁸, D. SANCHEZ²

¹Porto University, Faculty of Sports, CIAFEL, Porto, Portugal; ²University of Extremadura, Càceres, Espagne;

³University of Castilla la Man, Ciudad Real, Espagne ; ⁴University of Càdiz, Càdiz, Espagne; ⁵University of Lisbon, FHM, Lisbon, Portugal; ⁶University of Bologne, Bologne, Italie; ⁷Ulster University, Belfast, Royaume-Uni; ⁸Université Côte d'Azur, LAHMESS, Nice, France

Physical inactivity is a worldwide public challenge and a leading risk factor for overweight and obesity. Despite the well-recognized benefits of physical activity (PA), only 29% of European youth meet recommended guidelines of at least 60 minutes of daily moderate-to-vigorous PA. The school setting provides an ideal environment to promote healthy lifestyles among young people as initiatives can target all students and the whole school community.

The main goal of the EUMOVE project is to design and implement a comprehensive set of strategies and resources to enable the educational community to promote healthy lifestyles in order to reduce risk factors for non-communicable diseases.

The EUMOVE project (<https://eumoveproject.eu/>) is a 3-year project delivered by a collaboration between academic and non-governmental institutions from Spain, Portugal, France, Italy, and the United Kingdom. The direct beneficiaries of the project will include school leaders, teachers, and parents, and the indirect beneficiaries will be primary and secondary students. The EUMOVE project will develop a set of strategies and resources such as a Physically Active Lessons Toolkit, a Real Time Active Breaks Platform, an Active School Commuting Toolkit, Learning Units about healthy lifestyles promotion, School Leaders and Parents Toolkits for promoting healthy lifestyles, and a Mobile phone APP.

Project dissemination will be implemented across each partner region and includes: Online dissemination through a learning platform, scientific events aimed at teachers and researchers, workshops with teachers including training on how to use the teaching resources, and Workshops with parents providing recommendations for promoting healthy lifestyle in their children.

Thus, the EUMOVE project offers evidence-based and innovative resources to be applied by the educational community in the real-world setting to promote PA levels, appropriate diet and sleep habits, and reduce sedentary time amongst children and adolescents across a number of European countries.

Mail : jmota@fade.up.pt

CEIP L'Almassil: a school physical activity, sport and health promoting experience in the Community of Valencia

I. MOYA-MATA¹, C. EVANGELIO¹, I. PEREZ-HERRAEZ¹, E. PEREZ-GIMENO¹

¹Universitat de València, València, Espagne

Introduction

Schools are considered to be the ideal environment for fostering physical activities, sports and a healthy lifestyle in boys and girls (Sevil-Serrano et al., 2019; WHO, 2021). However, for this a joint project is needed that involves the educational centre itself, mostly in the area of PE as well as all the other agents involved in the pupil's education (Daly-Smith et al., 2020). In the Community of Valencia, the promotion of physical activities, sports and a healthy lifestyle is carried out by the CEPAFE Project ("Centro Promotor de la Actividad Física y la Salud" -Centers Promoting Physical Activity and Health-) in primary and secondary schools.

Project experience

The L'Almassil Public Kindergarten and Primary School teaches kindergarten (3–6 years old) and primary (6–12 years old) schoolchildren in a town in the province of Valencia (Spain). Since 2017 it has been considered a CEPAFE centre and carries out a PEAFS sports, physical activity and health project every academic year. The centre applied for a grant to carry out activities in the 2017-18 school year, also to be used to help children from families with limited resources.

This PEAFS Project in which 529 boys and girls took part included the following activities:

a. Playground break activities implemented by teachers of the school: Active Playground.

b. Afternoons and mid-day:

- Continuous activities (extracurricular activities performed by sports instructors): indoor football, rhythmic gymnastics, yoga, handball, basketball, psychomotricity, motor stories and dancing.

- Intermittent activities (extracurricular activities performed by the physical education teacher): swimming, Valencian pelota and roller hockey.

- Occasional activities: intercenter league of Colpbol (organized by physical education teachers), and exhibitions of rhythmic gymnastics (performed by sports instructor).

The Project also took part in a number of sports activities organised by the different federations, including: "Esport a l'Escola" (5th and 6th year), "Esport a l'Escola +1h EF" (3rd-4th), "Aula Ciclista" (5th-6th), "Pilota a l'Escola" (4th), "Jocs Esportius" and "Campaña de Actividades Náuticas: A la Mar" (3rd-6th).

Conclusions

The PEAFS Project guarantees that all the activities in which children take part at the centre's installations are fundamentally educational, co-educational and inclusive. The activities are also equally accessible to the whole population and, apart from simply inculcating healthy lifestyle habits, in many cases they encourage students to continue with these habits in later life.

Mail : irene.moya@uv.es

What difficulties do pre-service teachers perceive in implementing the Teaching Games for Understanding model during Physical Education lessons? A qualitative analysis

M. SANZ-REMACHA¹, R. BURGUEÑO¹, J. SEVIL-SERRANO², C.MAYO¹, I. NAVASA³

¹Faculty of Education, University of Zaragoza; ²Teaching Training College, Universidad od Extremadura;

³Faculty of Health and Sports Sciences

Despite the positive consequences of implementing TGfU, many PE teachers prefer to implement a technical-traditional model. The study aimed at analyzing the perceived difficulties in implementing the TGfU model in PE lessons by pre-service teachers.

Method

Four PE pre-service teachers participated in this study. A focus group was conducted to data collection and a deductive reflexive thematic was used to analyze data. Two main themes were identified 1) Teaching intervention; and, 2) Adaptations and modifications throughout the teaching unit.

Results and discussion

Teaching intervention

To implement the TGfU model in PE lessons, participants take short breaks to provide questioning feedback to students on the tactic used in the lessons:

“Students got angry when I made any break in the game because they just wanted to play. It was weird because they were not used to stopping the game” (ID_3).

This difficulty seems usually among PE pre-service teachers. Fry et al. (2010) showed that these breaks to reflect could promote amotivation among students. To avoid it, taking fewer breaks could be a good strategy.

Participants also commented that students did not get used to answering many questions during the PE lessons:

“Students were surprised when I asked them something among tasks. Through questions I could guide them to the correct answer” (ID_2).

Using questioning feedback allows reflecting on the internal logic of the games (Pieron, 2005). However, most teachers do not use it, and consequently, the students do not get to use it. Pre-service teachers should be taught from the University to develop questioning feedback in PE lessons.

Adaptations and modifications throughout the teaching unit

Participants claimed that, in contrast to the technical-traditional model, they need more time to design the teaching units:

“I need much more time to prepare lessons. When I use TGfU model I try to look for a progression from tactical games and design exercises oriented to task climate”(ID_3).

Participants also explained that using TGfU model requires to do more adaptations over the teaching unit:

“Although I design the teaching unit before starting, I have even had to modify its design over the PE lessons depending on the group’s level” (ID_4).

Light & Butler (2005) showed that the use of TGfU model requires more time to design lessons and more adaptations. However, knowing the group level could help to decrease the modifications needed.

Some authors have suggested at least 10 lessons to ensure the optimal development of the model (Colomer et al., 2017). Participants commented:

“10 lessons were enough. However, if I had had two more lessons, students would have understood the strategies better” (ID_2).

Given the short duration of the practicum, the needs of the pre-service teachers are difficult to overcome to date.

Conclusions

Firstly, participants stop the task to ask students to encourage their reflections which could promote students’ motivation. So, teachers should decrease break times and increase the quality of their feedback. It seems important to become familiar with questioning feedback to overcome the difficulties. It is also suggested to use questioning feedback to improve students’ cognitive development.

Secondly, pre-service teachers needed more time to design the teaching units and to adapt the lessons to the group's level. It seems recommended to develop TGfU model over at least 10 lessons to ensure students’ learning

Mail: msanzr@unizar.es

Présentations

Orales

Sport initiation in Gipuzkoa: school as main stakeholder.

A. AGUIRRE¹, I. NABASKUES¹, Z. URANGA¹, I. ITURRIOZ¹

¹Gipuzkoa's provincial government

Issue

Schools are considered an appropriate context for the promotion of physical activity and sport (PAS) among children. In this direction, a PAS program outside school hours can be an effective tool.

Description

In Gipuzkoa there is a sports initiation model regulated by law which defines school sport as a sports activity organized out of school hours practiced by schoolchildren during the period of compulsory schooling (6-16 years). It includes three sports itineraries: the participation itinerary, the initiation to sport performance itinerary and the itinerary for the development of talent.

Although the organization, financing and execution of the program requires of the participation and coordination of various agents (city councils, federations, clubs and the provincial council), the central axis through which school sport is organized is the school, in which there is a coordinator of school sports and community of the school is involved.

The local school sports program begins at the stage of 6 to 8 years through the Jolashezi program, a program offered by schools that does not include sports or competition and it is aimed at increasing students' basic motor skills. Between the age of 8 and 12 years old, schools offer the Multikirola program, a program that, according to the law, must include various sports modalities organized throughout the school year. Additionally, students can participate in activities offered by the clubs. These are complementary activities and not substitutes of the Multikirola program and have a regulated limit of weekly sessions.

At the same time, the programme offers the introduction to a catalogue made up of 40 minority sport modalities. Likewise, the program contemplates specific strategies for the inclusion and/or integration of students with disabilities.

Results

In the 2021-2022 academic year, the Multikirola program has been offered in 85% of schools in Gipuzkoa and 57% of enrolled students have participated, among which 93% of them have expressed a positive level of satisfaction¹⁰. More generally, 72% and 58% of students enrolled in Primary and Secondary Education, respectively, have participated in the school sport program of Gipuzkoa, a total of 47.409 students (46% girls).

In the field of sports performance, the territory of Gipuzkoa has clubs that compete in the highest state categories in the most representative modalities. It has also been referenced as the province of the state with the highest rate of generation of professional football players in relation to its population.

Lessons

- The case of Gipuzkoa allows us to conclude that it is possible to implement a sport initiation program with an educational orientation, which mobilizes the community and positions the school at the centre, promotes equity in the access to sports practice, attends to the development of talent and avoids early specialization.
- As described in the literature, also in Gipuzkoa, the policy makers are faced with the complexity of building a universal sports initiation model that guarantees the achievement of various objectives present in society.

Mail: anderagirre@gipuzkoa.eus

Interventions en milieu scolaire pour réduire le temps sédentaire des enfants : quelles sont les actions interventionnelles qui s'avèrent être les plus efficaces?

C. BERNAL¹, L. LHUISSET², F. TRUDEAU³, N. FABRE², J. BOIS²

¹Université de Nîmes, UPR APSY-v, Nîmes France ; ²Université de Pau et des Pays de l'Adour, STAPS, Tarbes, France ; ³Université du Québec à Trois-Rivières, Département des sciences de l'activité physique, Trois-Rivières, Canada

Introduction : Tout au long de l'enfance et de l'adolescence, le temps sédentaire augmente, constituant un problème de santé public majeur. Cependant, il est possible d'intervenir dès le plus jeune âge pour sensibiliser les enfants et leur apprendre à limiter leur temps sédentaire. Ainsi, un nombre de plus en plus important d'écoles primaires mettent en place une intervention visant à sensibiliser les enfants à la réduction du temps sédentaire. Ces interventions comprennent un ou plusieurs leviers interventionnels tels que l'implication de la famille, des aménagements organisationnels et/ou matériels, etc. Cependant, une seule revue de littérature publiée avant 2016 a répertorié les leviers interventionnels utilisés et analysé leur efficacité, sur un nombre très limité d'études disponibles. Parmi les études analysées, peu d'entre elles ont effectué des mesures à plus long terme suite aux interventions.

Objectifs : Ainsi, cette nouvelle revue de littérature a pour objectif d'analyser les interventions scolaires parues depuis 2016, afin de : 1. Répertorier les leviers interventionnels utilisés ; 2. Evaluer l'efficacité de chaque levier interventionnel ; 3. Evaluer l'efficacité des études utilisant soit un, soit plusieurs leviers interventionnels.

Méthodologie : Les études interventionnelles scolaires publiées entre août 2016 et juin 2022 ont été analysées. Le temps sédentaire devait être mesuré à minima avant et après l'intervention et de manière objective (accélérométrie, inclinométrie).

Résultats : Sur les 18 études identifiées, 11 (61, 1%) ont indiqué une diminution significative du temps sédentaire. Les interventions scolaires comportant plusieurs leviers interventionnels se sont révélés être plus efficaces que celles utilisant un seul levier (63,7% contre 57,1%). Dans les interventions utilisant plusieurs leviers, plusieurs leviers se sont avérés être efficaces : 1. la mise en place des bureaux assis-debout dans les classes (100%) ; 2. la mise en place d'actions pour les enseignants tels que des formations à propos de l'utilisation des bureaux assis-debout ainsi que pour apprendre à organiser des pauses actives en classe (77,8%) ; 3. l'implication des amis et de la famille (66,7%). Peu d'études ont effectué des mesures à plus long terme suite aux interventions : ainsi, les effets des interventions sur le long terme restent indéterminés.

Discussion : Les interventions qui ont combiné la mise en place de bureaux assis-debout et d'actions pour les enseignants ont été les plus efficaces. Ainsi, ces leviers semblent être les plus prometteurs pour réduire le temps sédentaire des enfants. Il est nécessaire, pour les futures études interventionnelles, de proposer aux enseignants une démarche participative et adaptée à chaque contexte scolaire, et d'inclure des mesures post-interventionnelles à plus long terme.

Mail : bernalcaroline@gmail.com

Etude de la relation entre le niveau d'activité physique et de sédentarité sur la santé cardiovasculaire et les fonctions exécutives des enfants pré-pubères (8 à 11 ans)

G. BOUCARD¹, L. LECHEVALLIER¹, M. DELAS¹, N. MATHE¹, C. ENEA¹

¹Université de Poitiers, Faculté des Sciences du Sport, Poitiers, France

Introduction : Dès le plus jeune âge, l'adoption d'un mode de vie physiquement actif a des effets bénéfiques sur la santé et le fonctionnement du cerveau (Chaddock-Heyman et al., 2016), avec des conséquences favorables sur les fonctions exécutives et les résultats scolaires (Yangüez et al., 2021). A l'inverse, l'inactivité physique (temps d'activité physique à intensité modérée à vigoureuse < à 60 minutes/jour) est associée à des désordres cardiométaboliques (Stavnsbo et al., 2019), susceptibles d'avoir des conséquences délétères sur la réussite académique (Correa-Burrows et al., 2019). L'objectif de cette étude est de vérifier si les indicateurs de santé cardiométabolique sont des médiateurs de la relation entre le niveau d'activité physique d'intensité modérée à vigoureuse (APMV) et les performances cognitives chez des enfants prépubères (8-11 ans).

Méthode : 34 filles et 43 garçons ont participé à cette expérimentation. Les niveaux d'activité physique et de sédentarité ont été mesurés objectivement à l'aide d'un accéléromètre ActiGraph® (GT3X), porté au minimum 10 heures par jour, pendant 7 jours consécutifs (5 jours d'école et 2 jours de week-end). Les indices de santé cardiovasculaire, à savoir l'indice de masse corporelle, le pourcentage de masse grasse et la pression artérielle systolique de repos (PAS), ont été mesurés à l'aide d'outils adaptés (toise, balance impédancemètre Tanita et tensiomètre Omron, respectivement). La capacité aérobie a été évaluée de façon indirecte à l'aide du test Navette (évaluation de la Vitesse Maximale Aérobie - VMA et extrapolation de VO2 max). L'évaluation des fonctions exécutives (FE), telles que l'inhibition, la mise à jour de la mémoire de travail, la flexibilité cognitive et la planification, a été effectuée à l'aide de tests neuropsychologiques (respectivement tâche de Stroop, Children Trail Making Test, Tour de Londres et N-2Back).

Résultats : Nos résultats mettent en évidence une relation positive entre le le niveau d'APMV et le VO2 max estimé ($r = .36$; $p < .01$), une relation négative entre le niveau de sédentarité et le VO2 max estimé ($r = -.30$, $p < .01$), ainsi qu'une relation négative entre le niveau d'APMV et la PAS ($r = -.22$, $p < .05$). Par ailleurs, un faible niveau de sédentarité et un haut niveau d'APMV sont associés à un faible coût d'interférence dans la tâche Stroop ($r = .23$ et $r = -.24$, $p < .05$), ce qui indique une meilleure capacité d'inhibition. Contrairement à notre hypothèse de départ, aucun des indices de santé cardiométabolique évalués dans cette étude ne semble être un médiateur de la corrélation positive entre le niveau d'APMV et les fonctions exécutives (FE).

Discussion : Les résultats de cette étude soulignent l'importance du temps passé à APMV pour le maintien de la santé cardiovasculaire de l'enfant, y compris chez les enfants qui ont un IMC considéré comme normal pour leur âge. Cette étude suggère également que les comportements inactifs et sédentaires ont un effet délétère sur la capacité d'inhibition des élèves, ce qui peut impacter négativement leur comportement en classe et leur capacité d'apprentissage. D'autres études sont nécessaires pour déterminer les modalités d'exercices les plus profitables pour les enfants au niveau cognitif.

Mail : geoffroy.boucard@univ-poitiers.fr

Les effets de l'utilisation de vélo-bureaux à l'école sur les fonctions exécutives, les capacités physiques, la composition corporelle et le bien-être chez les enfants de primaire : une étude pilote intra-sujet (BICLASS)

C. CHAMBONNIERE¹, C. METZ¹, L. PELISSIER¹, A. BOSCARO¹, M. BAILLY¹, P. GENIN², L. PARIS¹, B. PEREIRA³, D. THIVEL¹, M. DUCLOS³

¹Université de Clermont Auvergne, AME2P, Aubière, France ; ²ONAPS, Clermont-Ferrand, France ; ³CHU de Clermont-Ferrand, Clermont-Ferrand, France.

Contexte : Les bienfaits pour la santé de la pratique d'une activité physique (AP) régulière ont été largement démontrés : diminution de l'adiposité, amélioration de la santé cardio-métabolique et des performances scolaires et cognitive. Pour autant, seulement 20.9% des filles et 27.7% des garçons âgés de 7-10 ans respectent les recommandations d'AP, alors que le temps passé à des activités sédentaires augmente considérablement pendant l'enfance atteignant 75 % de la journée à 15 ans. L'environnement scolaire favorise la sédentarité puisque 70% de la journée scolaire se passe assise, c'est pourquoi des stratégies innovantes telles que l'utilisation de bureaux actifs ont vu le jour ces dernières années. Leurs effets chez les enfants du secondaire ont été démontrés, mais peu renseignés chez les enfants d'école primaire.

L'objectif de cette étude était d'étudier les effets d'un programme d'utilisation de vélo-bureaux pendant le temps scolaire chez des élèves de primaire sur la composition corporelle (CC), la condition physique (CP), les fonctions exécutives (FE) et le bien-être des enfants et des enseignants.

Méthode : L'étude a été menée dans 4 classes d'une école de Vichy (Allier) auprès d'élèves de CM1 / CM2. Les élèves ont été répartis en deux groupes selon leur niveau socio-économique (SES) : SES haut (SES⁺) et SES bas (SES⁻). 4 vélo-bureaux ont été installés par classe (dont 1 pour l'enseignant) et un planning d'utilisation a été mis en place permettant aux élèves de pédaler 1h45/sem en moyenne. Des évaluations ont été réalisées avant utilisation (T0) et après 9 semaines d'utilisation des vélo-bureaux (T1) durant le temps scolaire. Plusieurs composantes ont été évaluées: la CC, la CP, les FE et le bien-être des enfants et des enseignants. Une analyse statistique a été réalisée avec le logiciel Stata par mesure de la taille d'effet (g de Hedge), des analyses de la Variance (ANOVA) et des analyses multivariées.

Résultats : Au total 75 enfants ont participé à l'ensemble des tests et ont été inclus dans l'étude. L'indice de masse corporelle (IMC) a significativement augmenté alors que concernant la CC la masse grasse a diminué après l'utilisation de vélo-bureaux. Plus précisément, la masse maigre a augmenté dans le groupe SES⁺ alors qu'elle a diminué dans le groupe SES⁻. Les performances aux tests de CP (capacités cardiorespiratoires, d'habiletés motrices et force) et de FE ont significativement augmenté après les 9 semaines d'utilisation des vélo-bureaux. Plus spécifiquement, le groupe SES⁻ a eu une plus grande amélioration des CP entre T0 et T1, en comparaison au groupe SES⁺. Concernant les performances cognitives, le groupe SES⁺ a eu une plus grande amélioration des performances à T1 en comparaison au groupe SES⁻. L'étude a montré une bonne acceptabilité du dispositif de la part des enfants et des enseignants, ainsi que des répercussions positives sur le climat scolaire.

Conclusion: La promotion de l'AP de faible intensité, comme réalisée ici avec la mise en place de vélo-bureaux à l'école, semble être une stratégie intéressante dans la lutte contre la sédentarité chez les enfants. En effet elle permet : (1) une diminution de la masse grasse, (2) une amélioration des capacités physiques et des fonctions exécutives et (3) l'utilisation de vélo-bureaux a été bien acceptée et n'a pas eu d'effets négatifs sur le climat de la classe ou sur les enfants et enseignants. Enfin, il semblerait que ce type de dispositif soit d'autant plus bénéfique chez des enfants de niveau socio-économique faible.

Mail : camille.CHAMBONNIERE@uca.fr

Promouvoir l'activité physique en classe à travers les pauses actives : un outil intéressant pour l'autorégulation des élèves ?

N. CHESNAIS¹, G. CABAGNO², C. VERRET³

¹Université de Franche-Comté, UFR STAPS, Besançon, France ; ²Université Rennes 2, UFR STAPS, Rennes, France ; ³UQAM, Département des sciences de l'activité physique, Montréal, Canada

Les pauses actives (PA) sont un outil pédagogique particulièrement plébiscité dans les études portant sur les programmes d'activité physique (AP) à l'école primaire au regard de leur rapport coûts / bénéfices avantageux. De plus, la littérature rapporte de multiples bénéfices de cet outil sur la santé, la réussite scolaire et les comportements des élèves en classe (e.g. Daly-Smith et al., 2018). A ce jour, très peu d'études ont porté sur la mobilisation de cet outil en France, malgré la campagne actuelle de promotion d'AP à l'école. Par ailleurs, bien que leurs bénéfices comportementaux fassent consensus, aucune étude n'a porté sur les effets plus spécifiques des PA sur l'autorégulation des élèves. Or, les capacités des élèves à s'autoréguler, c'est-à-dire à contrôler leurs comportements et leurs émotions, à résister aux distractions ou encore à maintenir leurs ressources orientées vers un but, sont déterminantes dans le fonctionnement humain (Bandura ; 1986) et plus spécifiquement pour la réussite scolaire des élèves (Robson et al., 2020). L'objectif de cette étude est de documenter et de décrire les perceptions des enseignants quant aux effets des PA sur l'autorégulation de leurs élèves.

Cette étude issue d'un travail doctoral s'appuie sur un devis qualitatif descriptif et compréhensif. Elle porte sur six professeures des écoles (Mâge = 39 ans ± 6.3) issues de cinq écoles primaires et leurs élèves âgés de 7 à 11 ans. Les enseignantes interrogées avaient participé à un projet « pauses actives » entre novembre 2019 et mars 2020 visant à implémenter ce dispositif au sein de leur classe. Durant celui-ci, elles ont complété chaque semaine un journal de bord afin de renseigner les modalités de mise en place des PA au sein de leur classe. Six entretiens individuels semi-dirigés ont par ailleurs été réalisés entre avril et juin 2020 en visio-conférence, à l'issue de la mise en place du dispositif. Ils ont duré entre 45 et 75 minutes et ont été enregistrés puis retranscrits. Une analyse qualitative de contenu thématique par catégories conceptualisantes a été effectuée en croisant des cycles de codages inductifs et déductifs.

Quatre des six enseignantes ont mis en place les PA de manière hebdomadaire durant 8 à 11 semaines au sein de leur classe, avec une fréquence de mise en place moyenne de deux PA par semaine et une durée moyenne d'une dizaine de minutes. Par ailleurs, leurs propos révèlent des effets bénéfiques des PA sur l'autorégulation des élèves, à travers ses dimensions comportementale (*i.e.* favoriser l'engagement dans la tâche, répondre au besoin de bouger, moduler le niveau d'énergie), émotionnelle (*i.e.* expression et modulation des émotions) et cognitive (*i.e.* persévérer dans la tâche, solliciter des processus métacognitifs liés aux comportements et aux apprentissages). Quelques effets néfastes ont également été évoqués, notamment un retour au travail parfois difficile et un effet amplificateur des émotions négatives pour certains élèves. D'autres effets bénéfiques se rapportant à des leviers potentiels à l'autorégulation ont été constatés sur les relations sociales et l'ambiance de la classe, ainsi que sur le bien-être des élèves. Enfin, les enseignantes ont décrit des réactions comportementales et émotionnelles globalement positives des élèves à travers leur participation active et le plaisir qu'ils ont pris durant les PA.

Cette étude montre que les PA peuvent constituer un outil intéressant pour intégrer l'AP en classe en France et pour améliorer l'autorégulation des élèves. Toutefois, certains effets plus néfastes ont également

été identifiés, c'est pourquoi d'autres études devront être réalisées pour préciser les conditions d'apparition des différents effets des PA.

Mail : nolwenn.chesnais@univ-fcomte.fr

Construire et structurer une offre d'activité physique et sportive pour des publics socialement vulnérables : enquêtes et interventions auprès d'enfants en école primaire pour réduire des inégalités territoriales de santé.

E. DECORTE, N. JELEN, W. NUYTENS

Université d'Artois, Unité de Recherche Pluridisciplinaire Sport Santé Société (URePSSS), Laboratoire SHERPAS, Liévin, France

Intention de recherche :

Notre recherche porte sur la construction d'une offre d'APS adaptée à des enfants issus des quartiers prioritaires de la politique de la ville en Hauts-de-France afin de répondre à un ensemble de préoccupations sanitaires et sociales. L'objectif est de développer la pratique des APS chez des enfants âgés entre 7 à 11 ans qui attestent a priori d'un rapport « éloigné » à la pratique (Gasparini, W., & Vieille Marchiset G., 2008). Cette communication porte sur la détermination précise de cet éloignement et sur la caractérisation sociologique d'un échantillon de 1700 sujets.

Démarche :

Cette phase de recherche constitue le temps inaugural d'une démarche pluridisciplinaire. Effectivement, les recherches en santé publique abordent souvent les problématiques de sédentarité avec une approche épidémiologique et biologique dans la mise en place de protocoles d'intervention (CATCH, SPARK, etc.) pour obtenir des résultats rapides et directement observables. Or, pour réduire les inégalités sociales de santé et obtenir des changements durables, nous chercherons à agir à plusieurs niveaux du comportement, allant des facteurs les plus proximaux du comportement aux plus distaux (De Leeuw, 2009). Nous utilisons la sociologie afin de comprendre les différents processus sociaux à l'œuvre dans les pratiques d'APS et préciser les leviers et freins permettant d'accéder à une vie moins sédentaire (rôle des parents, des enseignants, des éducateurs, de l'environnement). De plus, notre approche considère que la notion d'habitus ne peut pas à elle seule expliquer les comportements individuels. La psychologie sociale sera également mobilisée afin d'observer les variations interindividuelles et intra-individuelles qui peuvent expliquer le comportement des enfants, de leurs parents et de leurs enseignants par rapport à l'activité physique et sportive (sentiment de compétence, d'auto efficacité, représentation à propos de la pratique sportive etc.). Enfin, la physiologie de l'exercice nous servira pour effectuer un état des lieux du niveau de forme physique des enfants (test issu de la batterie « EuroFit »). Il s'agit de prendre en compte l'ensemble du milieu de vie des enfants, d'identifier les différents facteurs et leurs influences sur la pratique d'APS, de dresser un portrait détaillé du contexte, des caractéristiques des élèves et relation avec l'activité physique. C'est seulement à la suite de ces enquêtes de terrains que nous pourrons mettre en place nos expérimentations dans 2 ou 3 écoles choisies en raison de niveaux d'APS faibles. La conception d'un protocole d'intervention s'appuiera sur différents facteurs conditionnant la pratique d'APS (INSERM 2014) mais qualifiés par rapports à plusieurs coordonnées sociologiques des sujets.

Méthode et résultats :

Cette communication reviendra sur les différentes étapes méthodologiques de cette recherche. Nous nous focaliserons sur le questionnaire utilisé dans une vingtaine d'écoles primaire lors de la phase exploratoire et auprès de plus de 1500 enfants. Nous présenterons la façon dont cet outil a été construit et administré. Nous reviendrons sur les hypothèses et orientations qui ont permis sa construction (influence des variables classiques socio-démographique, du contexte scolaire, extra-scolaire, du sentiment d'auto-efficacité en EPS et de la motivation à pratiquer, sur la pratique sportive de ces enfants). Enfin plusieurs résultats suite à l'analyse des résultats des questionnaires seront présentés

Mail : elise.05124@gmail.com

Does the number of Physical Education hours desired by students differ in terms of perceived (de-) motivating teaching style? A circumplex approach perspective

S. DILOY-PEÑA¹, A. ABOS¹, J. SEVIL-SERRANO, J. GARCIA¹, L. GARCIA-GONZALES¹

¹University of Zaragoza, Huesca, Espagne

Currently, there is a broad consensus among Physical Education (PE) teachers on the need to increase the number of PE hours. However, to date, there are no studies that have explored the number of PE hours desired among students and whether these could vary according to teachers' motivating style. Recently, in line with SDT tenets (Ryan & Deci, 2017), a more integrative and fine-grained perspective (i.e., circumplex model) based on teachers' autonomy-support, structure, control, and chaos styles within one circular structure, has been proposed in the educational context (Aelterman et al., 2019), although the evidence in Physical Education (PE) is still limited (Escriva-Boulley et al., 2021). Therefore, grounded on the circumplex model, the present study aimed to examine differences in students' perceptions of different (de-) motivating teaching behaviors in terms of the number of PE hours desired by students.

A sample of 669 secondary students ($M_{age}=14.65$; $SD=1.47$; 52% girls), aged 12-17 years, participated in this cross-sectional study. Students from 39 different classes responses regarding (de-) motivating teaching styles were based on 10 different PE teachers ($M_{age}=38.56$, $SD=7.18$; 20% women) with previous teaching experience ($M=10.77$, $SD=7.01$). Each teacher taught approximately 70 students (Class sizes ranged from 20 to 25 students per group).

The Spanish translation of the Situations in School (SIS) Questionnaire (Aelterman et al., 2019), a vignette-based instrument adapted to PE (SIS-PE; Escriba-Boulley et al., 2021) was used to assess the students' perception of PE teachers' (de-) motivating teaching behaviors. Also, the Students' perception of the number of desired hours in PE was assessed using the question: "How many hours of PE would you like to have per week?"

The multivariate effects of (de-) motivating teaching behaviors on the number of desired PE hours were significant (Wilks' Lambda=0.942, $F(16, 132)=2.51$, $p<.001$, $\eta^2=.030$). Students who revealed more and the same desired PE hours reported significantly higher values in autonomy support (i.e., participative and attuning), structure (i.e., guiding and clarifying), and control (i.e., demanding) styles compared to those who reported fewer desired PE hours. On the other hand, students who revealed fewer desired PE hours had significantly higher values of chaos (i.e., abandoning) style than those who reported more and the same desired PE hours.

Consistent with our results, previous research has also found that students' perceptions of PE teachers' autonomy support and structure styles were positively related to a wide range of positive affective, cognitive, and behavioral outcomes, while chaos style was negatively related to a range of maladaptive outcomes (Vasconcellos et al., 2020). These results highlighted that students who perceive that their PE teacher encourages choice and involvement in their learning (i.e., participative), explains the usefulness of the tasks (i.e., attuning), structure the tasks in different steps and provide constructive, clear, and valuable feedback (i.e., guiding), and communicate learning objectives and goals (i.e., clarifying) are more likely to report a high number of desired hours in PE. Results revealed that PE teachers should develop autonomy support and structure teaching behaviors (i.e., participative, attuning, guiding, and clarifying) and avoid chaotic teaching behaviors (i.e., abandoning) to improve the number of PE hours desired by students.

Mail : sdiloy@unizar.es

Les apprentissages fondamentaux « en mouvement » à l'école primaire : partage d'expérience et résultats préliminaires

C. ENEA¹, G. BOUCARD¹

¹Université de Poitiers, Faculté des Sciences du Sport, Poitiers, France

Face à l'augmentation croissante de l'inactivité physique chez les enfants d'âge scolaire et de ses conséquences délétères sur leur santé ainsi que sur celle des adultes en devenir, le Ministère de l'Éducation Nationale s'est récemment engagé à ce que chaque élève du primaire bénéficie d'au moins 30 minutes d'activité physique quotidienne (APQ). En effet, selon une étude européenne, moins de 10% des filles et seulement 25% des garçons respectent les recommandations de l'OMS pour cette tranche d'âge (Konstabel et al., 2014), à savoir 60 minutes d'activité physique d'intensité modérée à vigoureuse (APMV) par jour. Pour atteindre cet objectif, les actions au sein des établissements scolaires peuvent prendre différentes formes (récréations animées, pauses actives en classe, déplacements actifs...), sans toutefois se substituer au 3 heures hebdomadaires d'Éducation Physique et Sportive, dont les finalités sont différentes. Parmi les nombreuses possibilités d'actions, la conception et la mise en œuvre de séances d'apprentissage « en mouvement », essentiellement centrées sur les apprentissages fondamentaux, semble compatible avec les contraintes de terrain inhérentes à chaque école (espace réduit et partagé, matériel limité, respect obligatoire des volumes horaires disciplinaires...). Une recherche bibliographique approfondie a été effectuée pour connaître les modalités d'exercice physique qui semblent les plus profitables aux élèves de cet âge, aussi bien d'un point de vue physiologique que cognitif. Les éléments recueillis ont permis de construire le cadrage suivant :

- Activités en classe, à réaliser tous les jours :

Conformément aux recommandations internationales, le temps de sédentarité doit être rompu toutes les 30 minutes (Saunders et al., 2022), par des temps d'apprentissage où les élèves sont physiquement actifs (exemple : grammaire-gym, QCM acrobatique, poésie mimées...). Une durée minimum de 5 minutes est requise pour ces « break sédentaires ».

- Activités en dehors de la classe (sur la cour ou dans un gymnase), à réaliser tous les jours sans EPS :

. Tous les élèves devront être physiquement actifs durant la séance d'apprentissage en mouvement. Les exercices individuels ou en petits groupes seront donc privilégiés ;

. L'intensité-cible sera modérée à vigoureuse et la durée de la séance d'au minimum 30 minutes ;

. La séance devra permettre aux élèves de travailler la mémoire de travail, et/ou la mémoire épisodique, et/ou les fonctions exécutives (planification, flexibilité mentale, l'inhibition comportementale).

Les objectifs de cette étude sont d'évaluer :

1) les effets des séances d'apprentissages « en mouvement » sur l'engagement des élèves dans les apprentissages, leur bien-être à l'école, ainsi que sur le climat de classe ;

2) son effet sur le niveau d'APMV et le temps de sédentarité des élèves durant le temps scolaire (mesuré par accélérométrie).

Les premiers résultats de cette expérimentation sont encourageants en termes de faisabilité et prometteurs quant aux résultats. Les « breaks sédentaires » en classe sont perçus comme des activités ludiques, tout comme les séances d'apprentissage en mouvement, où les élèves ont l'impression de « jouer ». L'engagement des élèves en difficulté est plus important que sur les mêmes activités proposées en classe (comparaison des traces écrites). Les évaluations objectives réalisées sur l'année scolaire 2022-2023 permettront de confirmer ou d'infirmer ces premières observations.

Mail : carina.enea@univ-poitiers.fr

L'activité physique et sportive et la sédentarité à l'université : résultats d'une enquête nationale

B. LARRAS

ONAPS, Clermont-Ferrand, France.

La vie étudiante est une étape de transition importante dans la vie, et les comportements pendant cette période plus ou moins longue peuvent impacter la santé mentale et physique à court terme mais aussi à plus long terme, ainsi que les comportements ultérieurs.

Le constat partagé d'un manque de données sur l'activité physique et sportive et les comportements sédentaires des étudiants a amené l'Observatoire national de l'activité physique et de la sédentarité (Onaps) et l'Association nationale des étudiants en STAPS (ANESTAPS), avec le soutien du ministère des Sports et des JOP dans le cadre de la Stratégie nationale sport santé, à lancer en janvier 2022 une enquête nationale. Cette enquête se donnait pour objectifs de caractériser les comportements sédentaires et la pratique d'activités physiques et sportives des étudiants dans le système universitaire, ainsi que les facteurs (freins, motivations...) impactant ces pratiques.

Avec 18759 étudiants ayant répondu à l'enquête dans 79 universités, l'enquête a permis de dresser différents constats quant à l'offre de pratique universitaire, à sa promotion, et à l'adaptation des formations.

De manière générale, les étudiants ont une durée d'activité physique et sportive hebdomadaire qui diminue en avançant dans les études, alors que parallèlement, les comportements sédentaires les jours d'université ont tendance à augmenter légèrement, se situant à un niveau élevé. Des différences sont observées entre les filières (les étudiants en STAPS sont plus actifs et moins sédentaires, les étudiants en santé sont moins actifs).

Les résultats, qui seront présentés dans cette communication, mettent en évidence des conditions essentielles au développement de la pratique étudiante, notamment :

- L'adaptation de l'offre universitaire aux besoins et aux contraintes des étudiants, en la rendant lisible et connue de tous.
- Des campus et un environnement proche propices au mouvement et à l'utilisation des mobilités actives pour se rendre à l'université.
- Une prise en compte accrue des enjeux liés aux comportements sédentaires à l'université.
- Une sensibilisation de tous les étudiants, en continu pendant tout le cursus universitaire, à ces deux enjeux de santé publique (inactivité physique et sédentarité).
- Une adaptation des formations pour intégrer davantage la pratique d'activités physiques et sportives.
- La mise en relation des étudiants pour limiter les freins liés à l'absence de connaissance avec qui pratiquer.
- Une adaptation de l'offre aux populations les plus éloignées de la pratique, en situation de handicap ou ayant des limitations de santé.
- Une coordination de l'ensemble des acteurs universitaires, en lien avec le mouvement sportif et les collectivités territoriales.

Cette enquête se veut être le socle d'une action collective. Elle vient apporter des réponses et des recommandations pour des universités et des étudiants qui bougent, en ayant accès et en pratiquant quel que soit leur cursus, leur santé, leur genre, qu'ils soient en situation de handicap ou non, une activité physique et sportive de leur choix et de façon régulière.

Mail : b.larras@onaps.fr

Développement d'une formation en ligne favorisant l'adoption d'un mode de vie physiquement actif auprès des 12-24 ans : programme de formation France-Québec

C. LLENA¹, F. PAINDAVOINE², F. POTDEVIN¹, I. JOING¹, A. HUCHEZ¹, O. DIEU³, A. PORROVECCHIO³, G. BASQUET¹, J. GANDRIEAU¹, F. BERRIGAN⁴, S. TURCOTTE⁴

¹Université de Lille, Laboratoire URePSSS, Loos, France ; ²Université de Lille, professeur d'EPS FSSEP, Ronchin, France ; ³ULCO, URePSSS, Calais, France ; ⁴Université de Sherbrooke, Chaire de recherche sur l'adoption d'un mode de vie physiquement actif en contexte scolaire, Sherbrooke, Canada

Cette communication propose de présenter un projet visant à élaborer et dispenser une formation commune, en ligne dans un format "MOOC", à l'Université de Lille et l'Université de Sherbrooke dans le domaine de la promotion de l'activité physique chez les jeunes de 12 à 24 ans.

La mutualisation des connaissances permet le développement de compétences et la transmission de celles-ci au plus grand nombre. L'objectif de ce projet est d'élaborer de nouveaux dispositifs ayant vocation à optimiser la conception des projets destinés aux établissements scolaires, aux collectivités territoriales et aux associations partenaires et ainsi de développer les interventions promotrices d'activité physique. Ce processus de formation s'ancre dans le cadre écologique (à plusieurs niveaux) afin de permettre aux futurs professionnels d'activité physique, de diagnostiquer, mettre en place puis pérenniser avec des enseignants des programmes de promotion de l'activité physique et ainsi satisfaire les recommandations en vigueur au niveau politique.

De manière spécifique, cette formation permet de former des intervenants capables de « concevoir, mettre en place et réguler des actions promotrices d'activité physique chez les jeunes ». Ces actions éducatives s'appuient sur l'analyse des contextes locaux pour favoriser l'engagement des jeunes dans l'activité physique. À ce titre, les étudiants sont formés à concevoir, mettre en place et réguler des actions promotrices d'activité physique dans un contexte localisé selon une approche écologique et multi-niveaux. En effet, étant donné que de multiples déterminants (Ding et al., 2012) influencent l'adoption d'un mode de vie sain et actif et que ceux-ci interagissent entre eux (Sallis et al., 2008), la conception, la planification et la mise en œuvre de ces interventions sont complexes. Elles doivent être adaptées à un contexte spécifique et il est donc nécessaire de construire des compétences professionnelles innovantes pour répondre aux besoins diversifiés émanant de ce contexte.

Des approches croisées entre des chercheurs spécialistes du même objet ont permis de créer cette formation.

Mail : clement.lena@univ-lille.fr

Building health-promoting schools together: the experience of an interlevel collaborative physical education teacher seminar

J. LIZANDRA¹, A. VALENCIA¹, X. PASTOR

¹Universitat de València, València, Espagne

Background:

In the search for points of common interest, the collaboration of the school community helps to strengthen the whole-school-approach strategy (Hunt, Barrios, Telljohann & Mazyck, 2015). From this perspective, teacher training, above all others, is one of the key success indicators for achieving health-promoting schools (Lee, Lo, Keung, Kwong & Wong, 2019).

In September 2019 the Project “Estilos de Vida Activos” (EVA Project) took its first steps with these key points in mind. The project originated from a research stay at the HAN University of Applied Sciences with Dr. Gwendolijn Boonekamp in 2017.

The EVA Project aimed primarily at stimulating a collaborative and reflective dialogue between researchers, teachers and students on important aspects of the social and physical environment for creating and/or maintaining healthy lifestyle habits. A secondary aim was to help schools to become autonomous in developing and leading curricular or extracurricular intervention programs as a sustainable strategy.

Therefore, the aim of this work is to present a collaborative intervention experience to promote the construction of health-promoting schools based on the results of 2 of the main actions of the EVA project.

Methods:

A Participative Action-Research process was performed to achieve the aims of the project. This research process was based on the following 4 strategic lines:

- Teaching & student training
- Identifying health assets
- The Health-Based Physical Education (PE) programs designed to mobilise them
- Assessing the sustainability process.

With regard to the first strategy, a teacher training course was carried out from February to May 2020. In this course 22 primary, secondary and university teachers worked together on physical activity and health-related contents.

At the same time a two-year intervention was carried out in two secondary schools, in which their PE teachers, who took part in the training course, worked on the other three strategies.

Clinical and participatory observation of the process was held by the research group and we are still analysing this information. Nonetheless, some of the insights and qualitative preliminary results were obtained.

Results:

The success of the training course, together with the need to continue working together stated by the participants, led to a commitment to create a Physical Education Seminar for promoting active lifestyles in schools. In this seminar 17 teachers were engaged, most of them from the previous teacher-training course that included the heterogeneity of provenance and profiles.

Moreover, the combination of these interlevel collaboration (teacher training and school interventions) has so far achieved the fulfilment of the seconds and third strategic lines with the creation and development of the following projects:

- Walking to school on Fridays
- Plan for the improvement of local cycling lanes
- Canteen business plan
- The 'Extra credit'
- Active playgrounds
- PA, Sport and Health-Promoting School.

Both results have converged as a multiplier effect on the confirmation of the 2nd edition of the PE seminar and the training course for the current school year, which is intended to consolidate and expand the collaborative PE network with the aim of achieving the fourth strategic line of the project, providing autonomy and sustainability of the emerged projects.

Conclusion:

The strategy of working at the interschool level, based on the whole-school approach thus seems to be effective in providing knowledge and tools to PE teachers and students to develop their own projects. This autonomy contributes to the sustainability of the interventions as a crucial step in building healthy schools and communities.

Mail : jorge.lizandra@uv.es

Relationship between perceived physical literacy, body composition and physical activity level in middle school students

C. NEZONDET¹, G. ZUNQUIN¹, J. GANDRIEAU²

¹Université de Pau et des Pays de l'Adour, STAPS, Anglet, France ; ²Université de Lille, UFR STAPS, laboratoire URePSSS, Lille, France

Aujourd'hui en France, l'inactivité physique touche 73% des 11-17 ans. Elle est associée à une faible condition cardio-respiratoire (CCR) et/ou des comportements sédentaires importants. Cette association de comportements est délétère pour la santé cardio-métabolique des adolescents. La Littératie Physique (LP), définie comme « la motivation, la confiance, la compétence physique, le savoir et la compréhension qu'une personne possède et qui lui permettent de valoriser et de prendre en charge son engagement envers l'activité physique tout au long de sa vie ». Mendoza-Munoz et al., 2021 et Caldwell et al., 2021 ont montré que la LP est associée à des comportements « actifs » plus élevés et à une meilleure santé chez les adolescents.

Objectif : Etudier les relations entre niveau de Littératie Physique perçue (LPP), la composition corporelle (CC), condition physique (CP) et niveau d'activité physique hebdomadaire chez les collégiens français.

Matériels et méthodes : Le niveau de LPP a été évalué chez 85 adolescents français (12,12 ± 0,4) ans par une version française du questionnaire « Perceived physical literacy instrument » (F-PPLI). La CCR a été mesurée par le « test de marche/course navette adaptée sur 20m ». Le niveau d'activité physique été évalué par le questionnaire « Youth Risk Behavior Surveillance System ». Le statut pondéral a été mesuré grâce à l'indice de masse corporelle (IMC) et nous avons également relevé les données de composition corporelle.

Résultats : Nos résultats montrent que les collégiens disposant des niveaux de LPP les plus faibles sont ceux ayant la moins bonne CCR, les niveaux d'activité physique les plus bas et le % de masse grasse le plus élevé.

Ainsi, nous retrouvons une association significative entre la LPP et le % de masse grasse ($R^2 = 0,19$; $p < 0,01$), entre la LPP et les niveaux d'activité physique par semaine ($R^2 = 0,13$; $p < 0,01$). La LPP est associée ($R^2 = 0,13$; $p < 0,01$) au % de masse musculaire squelettique et à la CRR ($R^2 = 0,11$; $p < 0,01$). Ces deux dernières relations sont expliquées par les niveaux d'activité physique par semaine en tant que variable médiatrice (respectivement $p = 0,38$ et $p = 0,49$). Le niveau brut d'activité physique par semaine se place en variable médiatrice entre la LPP et le % de masse musculaire squelettique ainsi qu'entre la LPP et la CCR.

Aucune association n'est retrouvée entre la LPP et l'IMC ($r = 0,01$; $p = 0,096$).

La Littératie Physique est associée aux niveaux d'activité physique des collégiens français ainsi qu'à trois principaux indicateurs de santé : la CRR, le % de masse grasse et le % de masse musculaire squelettique (kg). Ainsi, utiliser et développer la Littératie Physique chez les collégiens les plus en difficultés dans un programme d'accompagnement en milieu scolaire pourrait être une stratégie adaptée. Cela permettrait d'augmenter leurs niveaux d'activité physique, réduire leur adiposité et favoriser une meilleure santé à long terme.

Mail : charlienezondet@gmail.com

Dépasser la promotion par l'éducation à l'activité physique : présentation des outils de développement de la littératie physique

F. POTDEVIN¹, J. GANDRIEAU¹, C. SCHNITZLER², C. LLENA¹, T. DERIGNY¹, L. MEKKAOUI¹, A. LEGRAND¹, S. HERBAUT¹, I. JOING¹, Q. BLANCHET¹

¹Université de Lille, Laboratoire URePSSS, Lille, France ; ²Université de Strasbourg, E3S, Strasbourg France

Introduction

L'école est reconnue comme le lieu d'intervention privilégié pour promouvoir l'activité physique (AP, Hynynen et al., 2016). La présence de personnels qualifiés pour encadrer l'AP, l'accès facilité à des équipements sportifs et l'importance du temps passé durant l'enfance sont les arguments les plus fréquemment avancés. Toutefois, de nombreuses études révèlent que les interventions en milieu scolaire peuvent avoir des effets de taille modeste, de courte durée et différents selon les publics (Dobbins et al., 2013). Selon Crutzen (2010), les stratégies les plus efficaces devraient se centrer sur le comportement des élèves durant le temps scolaire, mais aussi agir simultanément sur leurs environnements physiques et sociaux (espaces, familles, ami.e.s,...). De récentes études mettent en évidence que la notion « d'opportunités d'activités physiques » à saisir (Derigny et al., 2022) est à prendre en compte si l'on souhaite que les programmes aient des effets durables. Cela sous-entend que les jeunes doivent atteindre des niveaux d'éducation à l'AP suffisants pour être en mesure de valoriser seuls l'activité physique tout au long de leur vie. La question réside en la manière de mesurer ce niveau d'éducation et de s'y référer pour concevoir des stratégies d'intervention.

Méthode

La littératie physique (LP) est le concept qui représente cet état d'éducation à l'AP. Le but de cette communication est de présenter les outils validés scientifiquement de ce nouveau champ de recherche. Le Dragon Challenge (Tyler et al., 2018), le PLC Quest (Barnett et al. 2020), et l'ELIP (Gandrieau et al, sous presse) seront présentés pour les niveaux collège et lycée.

Résultats-discussion

Nos premiers résultats montrent que le diagnostic du niveau de LP peut se révéler un point de référence pertinent pour construire, avec les équipes éducatives, des stratégies d'éducation à l'AP les plus adaptées aux publics visés.

Mail : francois.potdevin@univ-lille.fr

Les "30 minutes d'activité physique quotidienne" : défis du déploiement d'un dispositif institutionnel, instrument de l'action publique de lutte contre la sédentarité à l'école élémentaire.

F. RAINGEAUD

Université Gustave Eiffel, Champs-sur-Marne, France

« Être en bonne santé est une condition préalable fondamentale pour bien apprendre. Aussi, l'Éducation nationale s'engage, en collaboration avec Paris 2024, pour que chaque élève bénéficie d'au moins 30 minutes d'activité physique quotidienne. » - Extrait de l'appel à manifestation d'intérêt envoyé aux enseignants à l'été 2022.

Notre communication a pour objectif de présenter les résultats de l'analyse du dispositif « 30 minutes d'activité physique quotidienne » (30APQ) en tant qu'instrument d'action publique à des fins de lutte contre la sédentarité à l'école élémentaire et d'en interroger l'efficacité. Dans quelle mesure ce dispositif national est-il déployé dans les écoles élémentaires françaises ? Autrement dit en quoi les acteurs de l'école et du sport, que cette politique ambitionne de réunir, mettent-ils en œuvre le dispositif aux échelons locaux ? Et comment déploie-t-on un tel dispositif ? Quels sont les éléments matériels et langagiers agencés pour transformer l'état des choses (Chateauraynaud, 2017) ? Nous répondrons à ces questionnements en trois temps.

Dans un premier temps nous verrons que l'engouement pour le dispositif reste minime. Il semble réel dans certains départements d'Ile de France, un des éléments explicatifs de cette tendance résidant dans la proximité géographique de l'évènement et des centres décisionnels. Cependant, dans la majorité des départements le dispositif peine à faire sa place, posant la question de son sens chez les acteurs intermédiaires de l'éducation nationale qui participent – ou non – de la promotion du dispositif. L'analyse des outils utilisés pour la diffusion du dispositif et de leurs limites viendra alimenter ces résultats.

Dans un second temps nous proposerons d'illustrer la forme locale que peut prendre la politique nationale avec une configuration spécifique, à savoir la mise en œuvre des 30APQ par un club sportif dans des écoles, en partenariat avec la direction régionale académique à l'engagement et au sport, mais dans l'ombre vis-à-vis de la politique sportive de la ville et du travail des Conseillers Pédagogiques Départementaux EPS qui ont pourtant à cœur de médier les relations entre partenaires intervenants à l'école.

Enfin nous questionnerons le côté paradoxal de la mesure dans un contexte où les moyens alloués à l'EPS à l'école élémentaire, qui a toujours intégré la santé comme une de ses finalités, disparaissent progressivement. Il s'agira également de mettre en perspective la mesure avec le « mille-feuille » de dispositifs déployés depuis 2018 concernant l'activité physique à l'école élémentaire : savoir rouler à vélo, aisance aquatique, une école/un club.

Le corpus est composé d'une vingtaine d'entretiens semi-directifs (acteurs politiques, intermédiaires et de terrain), d'une étude documentaire et d'observations ethnographiques lors de temps de concertations à différents échelons territoriaux – avec notamment au national un temps clé au travers de la réunion dans les locaux du Comité d'organisation des Jeux Olympiques (septembre 2021) à destination des services décentralisés de l'éducation nationale (CPD EPS et IEN EPS nommés référents 30APQ par département).

Mail : fanny.raingeaud@ens-rennes.fr

Effets d'une intervention en milieu scolaire visant à promouvoir les comportements de mouvement de 24 heures chez les enfants

J. RODRIGO SAN JOAQUIN¹, J. BOIS¹ J, A. AIBAR², L. LHUISSET¹, J. ZARAGOZA²

¹Université de Pau et des Pays de l'Adour, STAPS, Tarbes, France ; ² University of Zaragoza, Huesca, Espagne

Des preuves ont montré que des comportements de mouvement tels que L'activité Physique Modérée-Vigoureuse (APMV), L'activité Physique Légère (APL), le comportement sédentaire et le temps de sommeil sont très pertinents pour un développement holistique et sain pendant l'enfance (Chaput et al., 2014). En 2016, les directrices sur les comportements de mouvement «24-Hour Movement Guidelines» ont été élaborées en mettant l'accent sur l'enfance et l'adolescence (Tremblay et al., 2016). Pour ces raisons, l'objectif de cette étude était de réaliser une intervention scolaire ainsi que l'évaluation de ces comportements chez les élèves d'école maternelle et primaire d'un établissement public de la région de Huesca pendant deux ans.

Méthode :

Le programme d'intervention mis en œuvre s'inscrit dans le cadre du projet de promotion de la santé de l'école. Une étude quasi-expérimentale, intra-groupe sans groupe de contrôle est présentée, dans laquelle les données sur les variables dépendantes ont été collectées avant (pré-test) et juste après (post-test) de chaque année de l'intervention. L'échantillon était composé de 139 sujets (M=5.9 ; SD=2.2 ; dont 53% filles et 55% école primaire). Pour la mesure de l'activité physique et du temps sédentaire, un dispositif d'accéléromètre (ActiGraph GT3X+) a été utilisé, que les étudiants ont porté autour de la hanche pendant 7 jours. Les familles ont déclaré le temps sédentaire d'écran de leurs enfants entre semaine et le week-end (Mielgo Ayuso et al., 2017), ainsi que le temps de sommeil de leurs enfants entre semaine et le week-end exprimé en tranches horaires (par exemple, 21h00-6h00). Une analyse statistique «test-t de Student» a été réalisée, ainsi qu'une analyse MANOVA à un facteur (au sein du groupe) avec mesures répétées (pré-test, post-tests) pour évaluer les effets du programme d'intervention sur les variables dépendantes. Cette étude a été approuvée par le comité d'éthique d'Aragon (CEICA PI20/009).

Résultats :

Les principaux résultats en termes d'efficacité ont indiqué des améliorations significatives uniquement pour l'APL totale (21,86 ; t =2,01 ; p=.049). En revanche, l'APMV a diminué de manière significative le week-end (-9,97 ; t =-2,35 ; p=.022). Ensuite, il n'y avait pas de résultats significatifs pour le temps sédentaire d'écran, le temps sédentaire général et le sommeil. Les analyses MANOVA ont montré un effet significatif de l'intervention sur les comportements mesurés avec des accéléromètres (Lambda de Wilks=.807; F(6,163)= 3.16; p =.006; η_p^2 = .101; op = .916) et des questionnaires (Lambda de Wilks=.922; F(4,254)= 2.62; p =.036; η_p^2 = .040; op = .730). Néanmoins, des effets non significatifs ont été trouvés pour les différences au sein du groupe, tant pour le sexe que pour le niveau scolaire, lorsque l'on consulte les intervalles de confiance à 95% dans les comparaisons par paires.

Conclusions :

Une intervention en milieu scolaire mise en œuvre pendant deux ans, semble être efficace pour améliorer l'APL, mais pas l'APMV chez les enfants d'école maternelle et les enfants d'école primaire. Le temps sédentaire, le temps sédentaire d'écran et le sommeil sont restés stables tout au long de l'intervention. Les résultats globaux trouvés dans cette étude suggèrent que les interventions en milieu scolaire aient un effet limité sur l'APMV, et cette question devrait être étudiée plus en détail dans de futures études.

Mail : jrsanjoaquin@univ-pau.fr

Needs and teacher training assessment for active school coordinators

A. VALENCIA PERIS¹, I. PEREZ-HERRAEZ¹, J. LIZANDRA¹, E. PEREZ-GIMENO¹, I. MOYA-MATA¹

¹University of Valencia, Faculty of Teacher Training, València, Espagne

Introduction : Schools are considered the most suitable places for promoting physical activity and sport (PAS) (Sallis et al. 2006; WHO, 2021). In some Spanish regions, as in the Valencian Community, the schools that want to implement health and activity programs apply for grants in an annual call and become recognised educational centres for promoting PAS or, in other words, active schools. These projects are usually coordinated by the Physical Education (PE) teachers and include (mainly extra-curricular) activities to promote PAS and healthy lifestyles. The teachers in charge of promoting PAS need to be convinced of their value and must feel confident that implementation will result in change (McGann et al., 2022), even if they are not adequately prepared for that purpose (Harris, 2006; Moreno et al., 2021). The present work thus aims to identify both the training needs and that received by active school coordinators in Valencia.

Methods : 152 school PAS coordinators (30.9% women) participated in the study during the academic year 2018/19. They completed a questionnaire via Google Forms on the characteristics of the active school program, their profiles and training needs. Descriptive statistical analyses were carried out on SPSS v.28.

Results : Most of the participants had higher education qualifications in their initial training (85.5%) although only 38.8% had completed degrees which included PAS management. 65.1% reported having received specialised training in different formats (self-education on the Internet, seminars and conferences, further teacher training centres, coordination with other active schools, scientific journals, school self-training plan) related to designing, implementing, and assessing school PAS programs. Lastly, among the measures highlighted by the participants that could significantly or greatly improve PAS promotion programs in schools were: i) 'creating an annual training event' (87.5%), ii) 'continuous advice by authorities on how to prepare, implement and evaluate the programs' (85.5%), iii) 'increasing teacher training' (84.9%), and iv) 'improved coordinators' communications driven by the authorities' (72.2%).

Conclusions : In conclusion, changes clearly need to be made to improving specialised knowledge of PAS promotion in schools in PE Teacher Training or any associated degree (Harris, 2006). The authorities should also offer more specific training and support in designing and monitoring students' PAS and assessing the sustainability and effectiveness of the programs.

Mail : alexandra.valencia@uv.es

UP4BRAINS: The effect of standing desks in secondary schools on sedentary behaviour and cognitive performance in Flemish adolescents

V. VAN OECKEL¹, B. DEFORCHE¹, M. VERLOIGNE¹

¹Ghent University, Department of public health and primary care, Ghent, Belgique

Purpose: Excessive sedentary behaviour is associated with adverse health indicators in adolescents. Nevertheless, adolescents spend the majority of the day sedentary, of which a large amount is accumulated at school whilst sitting in class. Implementing standing desks in the classroom is a possible strategy to reduce sitting in class. To support the implementation, it is needed to not only study the effect of standing desks on sedentary time, but also on cognition, as this is the primary interest of schools. Study aims are (1) evaluating the effect of implementing standing desks in the classroom on adolescents' cognition and outcomes related to sedentary time, and (2) evaluating the process of implementing standing desks.

Methods: We conducted a clustered controlled trial including 3 control schools and 3 intervention schools from Flanders, Belgium, each with one participating class from the 7th or 8th Grade. Pre-test measurements were performed in September-October 2020. Hereafter, 10 standing desks were used for 4-5 weeks in each intervention class. Teachers were asked to make a rotation schedule so the standing desks were used to the maximum. In October-December 2020 post-test measurements were conducted. Sitting time and prolonged sitting time were measured using an Axivity AX3 inclinometer. Cognition was measured using six Cambridge Brain Sciences tasks. Data will be analysed in R using multilevel generalized linear models. Focus groups with pupils were performed to evaluate the process of implementing standing desks. Data are analysed using qualitative content analysis via NVivo.

Results: 120 pupils (12.91 ± 0.63 yr, 57.5% boys) participated in the study. Effects on the cognitive tasks (double trouble, spatial planning, token search, monkey ladder, spatial span and digit span) and sedentary outcomes will be presented at the conference. Pupils indicated to enjoy alternating between sitting and standing. They also indicated that their preference to use standing desks depends on (the time of) the day, the course and its content.

Conclusion: Standing desks are generally well accepted by secondary school pupils. If using standing desks has positive effects, or at least no detrimental effects, on pupils' cognition, this could be an important factor to persuade school staff for using standing desks.

Mail : veerle.vanoeckel@hotmail.be