

# Analyse du comportement et des attitudes d'enfants de primaire impliqués dans des pauses d'activité physique scolaires (PAPS). Etude de cas

S. CLOES

DEPARTEMENT PEDAGOGIQUE, INSTITUTRICE PRIMAIRE,  
HAUTE ECOLE LIBRE MOSANE, LIEGE, BELGIQUE

A.-M. CLOES

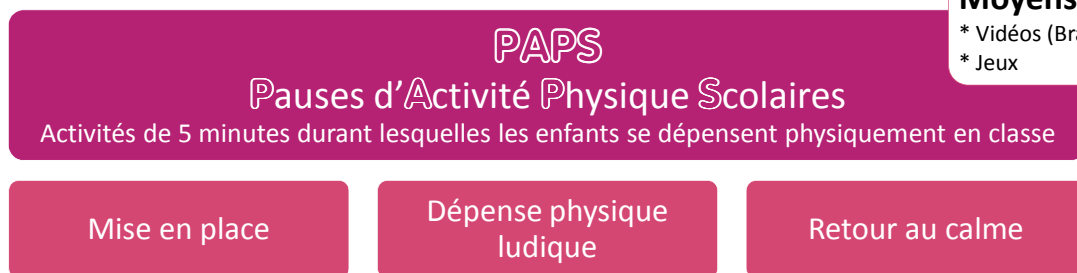
KINÉSITHÉRAPEUTE, ESNEUX, BELGIQUE

M. CLOES

DEPARTEMENT SCIENCES DE LA MOTRICITE, UNIVERSITE  
DE LIEGE, BELGIQUE

## Que sont les PAPS ?

Organisation selon  
une routine précise



### Moyens

- \* Vidéos (Brain Breaks<sup>1</sup>)
- \* Jeux

### Buts

- ★ Diminuer les périodes de sédentarité
- ★ Offrir une occasion de « recentration »
- ★ Promouvoir l'activité physique
- ★ Répondre au besoin de dépense physique des élèves

## Contexte

Les PAPS ont été mises en place 2x/jour dans 3 classes de primaire :

- 1 mois dans une classe de 1<sup>ère</sup> année et une classe de 5<sup>ème</sup> année
- 2 semaines dans une classe d'enseignement spécialisé (enfants présentant une déficience mentale légère)

## Méthodologie

- Analyse vidéo « placheck » (enseignement spécialisé)
- Questionnaire complétés par les maîtres de stage
- Questionnaires complétés par les enfants chaque vendredi
- Observations quotidiennes et réactions des élèves consignées par l'enseignant dans un journal de bord

Comparaison des données obtenues lors de ces différentes démarches d'analyse (triangulation des données)

## Résultats

Sur base des expériences vécues dans les trois stages, il semblerait que les PAPS...

- ... développent un climat de classe positif et facilitent la gestion de groupe <sup>B+D</sup>
- ... permettent aux élèves d'être plus « attentifs » directement après la pause  
→ favorisent les apprentissages <sup>B+C+D</sup>
- ... permettent aux élèves de se sentir mieux dans leur corps <sup>C</sup>
- ... n'entraînent pas d'augmentation du nombre de comportements inadaptés <sup>A</sup>
- ... donne l'envie à certains élèves de venir à l'école <sup>C</sup>
- ... sont appréciées par les élèves (44/45 souhaitent poursuivre les PAPS ; 45 déclarent « aimer les PAPS ») <sup>D</sup>



- \* Les maîtres de stage ont spontanément poursuivi la mise en place des PAPS à l'issue des cycles expérimentaux.
- \* Plusieurs parents d'élève se sont intéressés à la pratique ; certains enfants en parlaient à la maison.



## Conclusions

La répétition des effets positifs dans les trois classes nous permet de recommander aux enseignants d'intégrer les PAPS dans leur programme quotidien.



<sup>1</sup> HOPSports (2014). Brain breaks. Retrieved from: <http://www.hopsports.com/>