

Transition vers l'éducation physique et à la santé en FWB

Prof. hon. Marc CLOES

Département des Sciences de l'activité physique et de la réadaptation - Université de Liège

L'éducation physique et à la santé : regards croisés entre le Québec et la Belgique

Conférence HEPL - Jemeppe-sur-Meuse – Le 12 décembre 2025



Contenu de l'exposé

Aperçu du contexte de l'EPS en FWB

- Rappel du cadre officiel
- Quelques données sur l'appropriation par les enseignants
- Pistes d'actions

3



Un peu d'histoire

Depuis le milieu des années 90 ...

- Prise de conscience de l'explosion de l'obésité et de plusieurs maladies liées (notamment) à une augmentation des habitudes de vie sédentaires

U.S. Department of Health and Human Services (1996)
Bar-Or (2005)
Trost & Loprinzi (2008)
- Identification de l'éducation physique comme pierre angulaire d'un style de vie actif

Tappe & Burgeson (2004)
- Elargissement des objectifs du cours d'éducation physique à la dimension santé

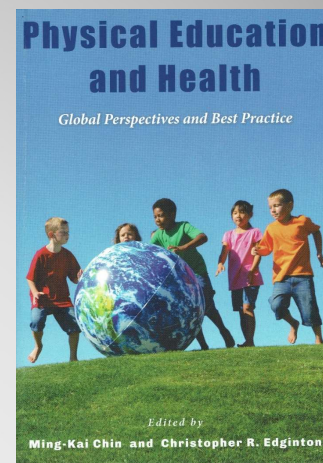
Sallis & McKenzie (1991)
Cogérino (2000)

5

Emergence de l'EP et à la santé

- 40 pays
- 23 en Europe





















Chin, M.-K. & Edginton, C.R. (2014). *Physical Education and Health Global Perspectives and Best Practice*. Urbana, IL: Sagamore.



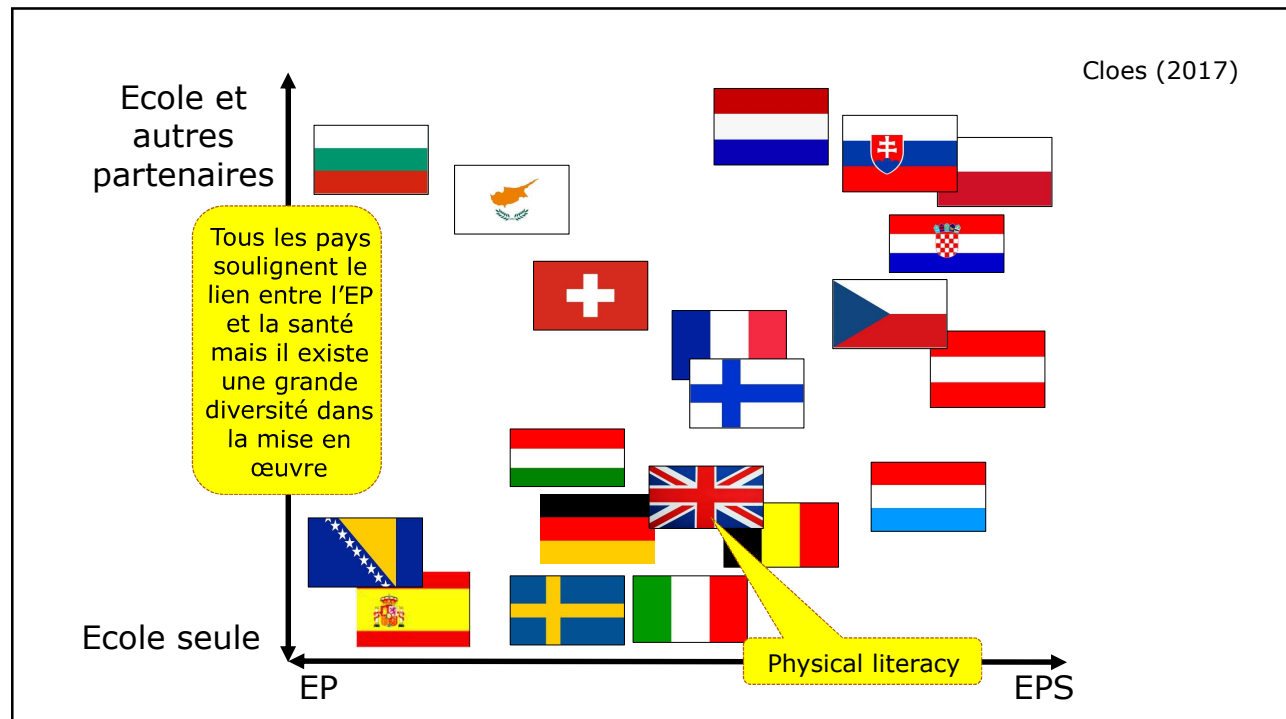
6

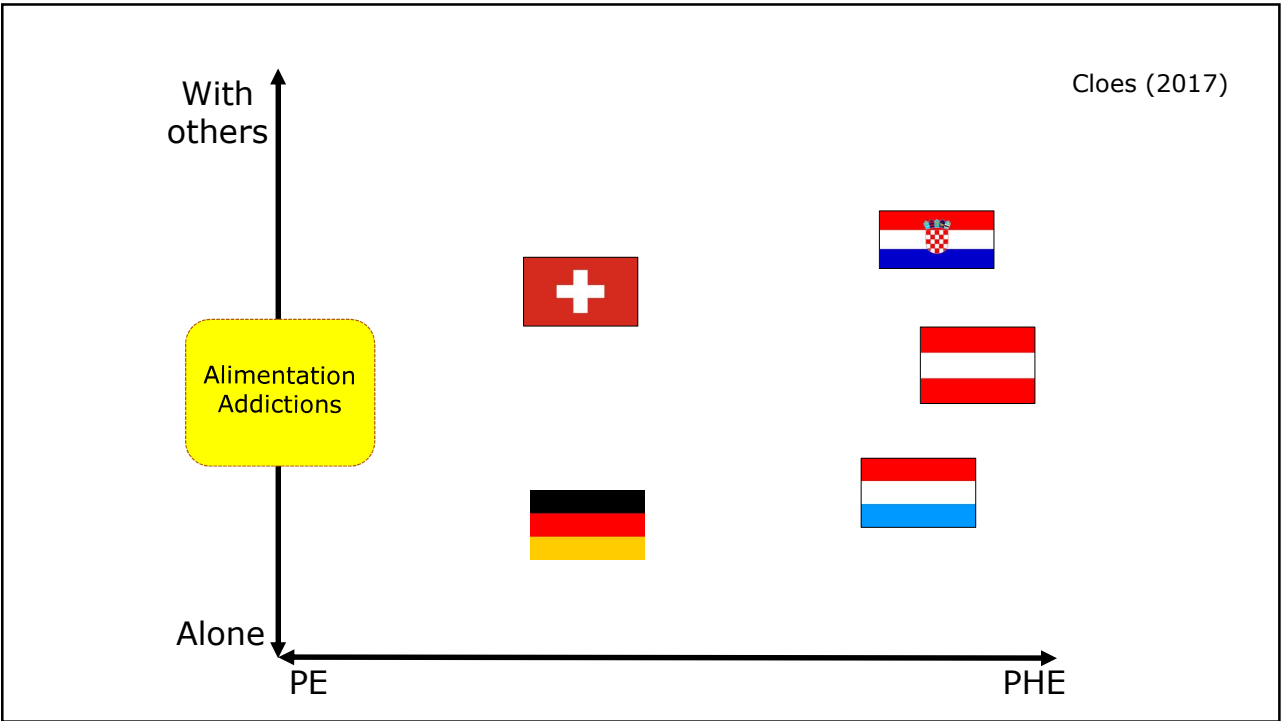
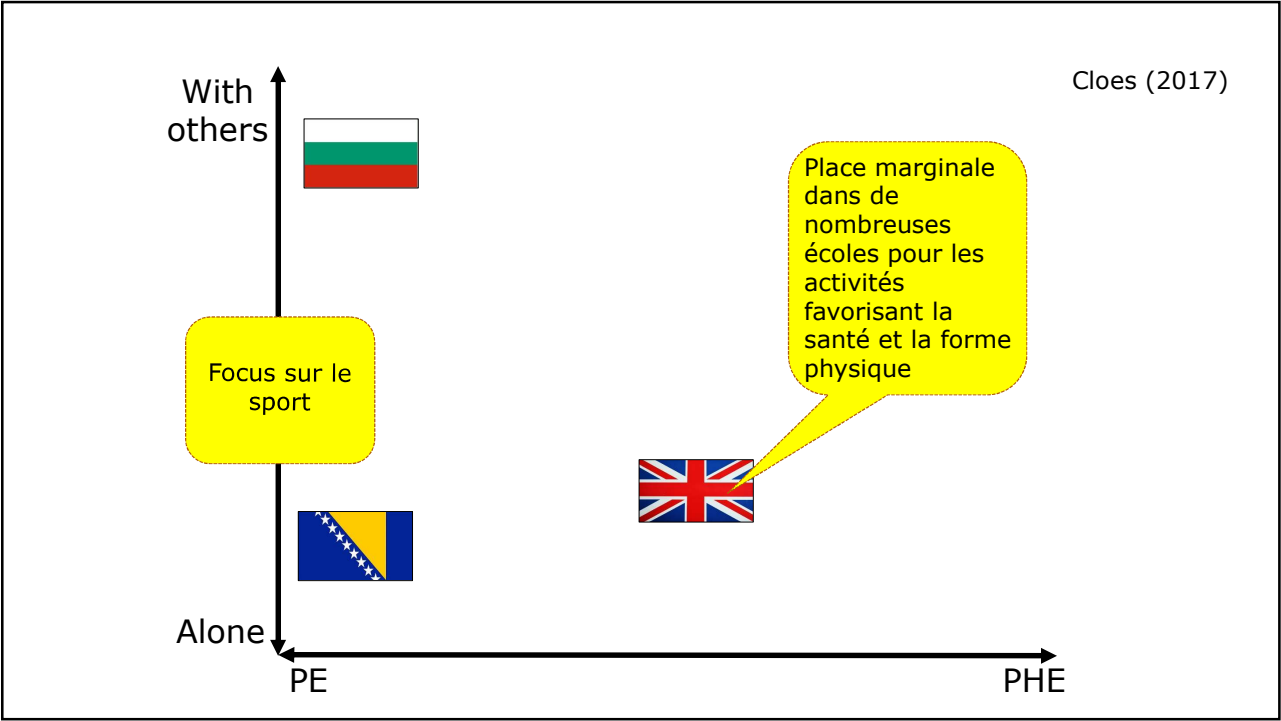
Comparaison des pays européens

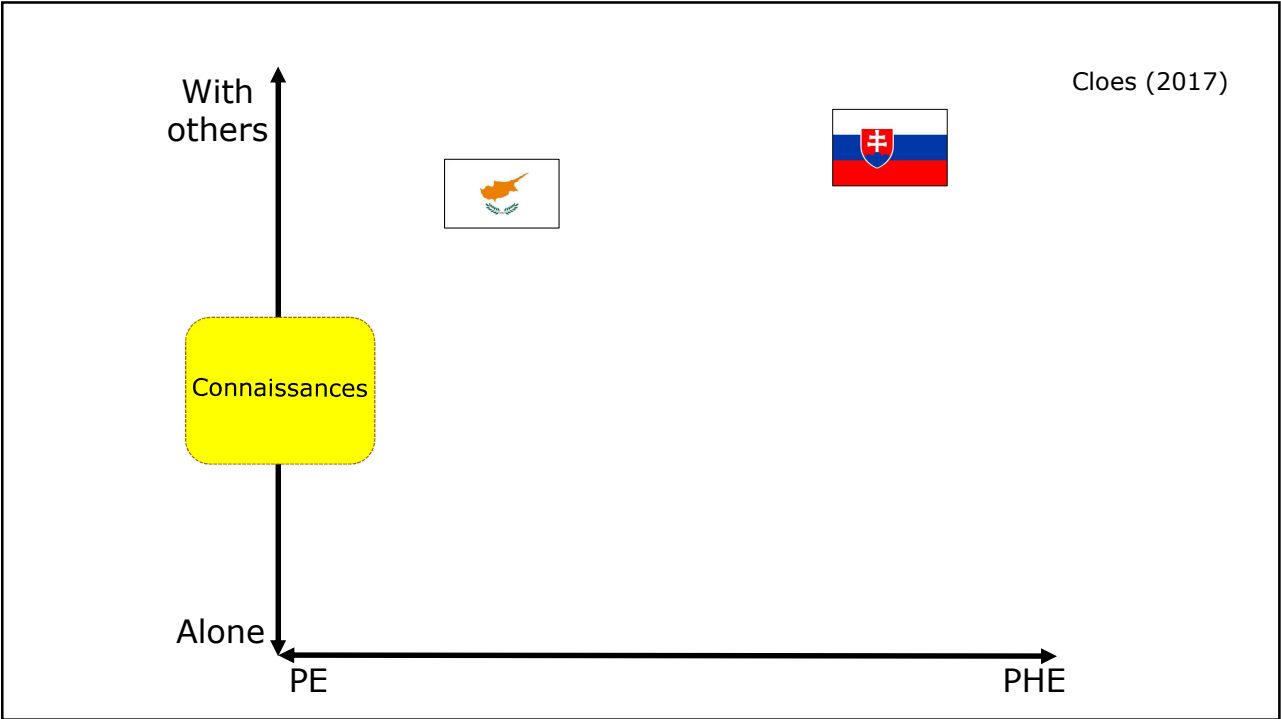
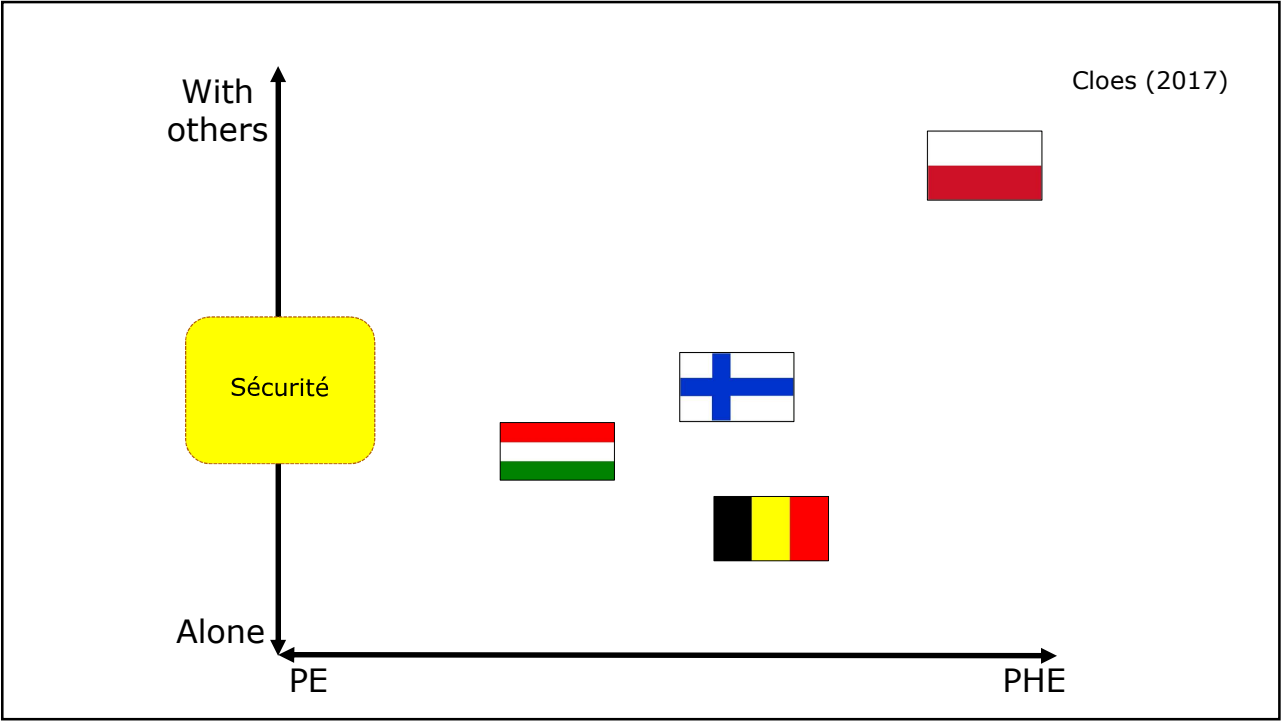
Cloes (2017)

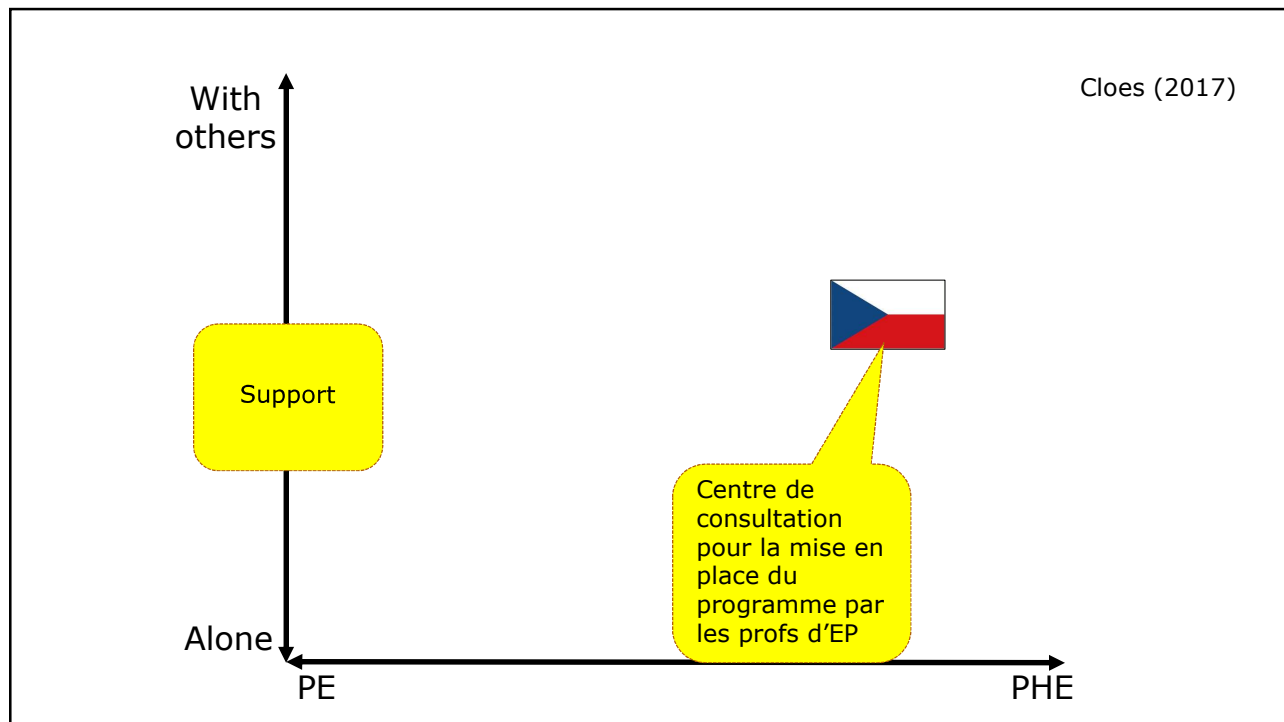
	Autriche		France	
	Belgique (FWB)		Allemagne	
	Bosnie-Herzégovine		Hongrie	
	Bulgarie		Italie	
	Croatie		Luxembourg	
	Chypre		Pologne	
	République tchèque		Roumanie	
	Royaume Uni		Serbie	
	Finlande		Slovaquie	
			Espagne	
			Suède	
			Suisse	
			Pays-Bas	
			Ukraine	

7









Le 25/09/15, les Nations Unies ont adopté un ensemble d'objectifs de développement durable pour éradiquer la pauvreté, protéger la planète et garantir la prospérité pour tous dans le cadre d'un nouvel agenda de développement durable. Chaque objectif a des cibles spécifiques à atteindre dans les 15 prochaines années => mission de société, mission de l'école !!! <http://www.un.org/sustainabledevelopment/fr/objectifs-de-developpement-durable/>

La FWB suit le
mouvement



(2017)

5 DOMAINES SPÉCIFIQUES

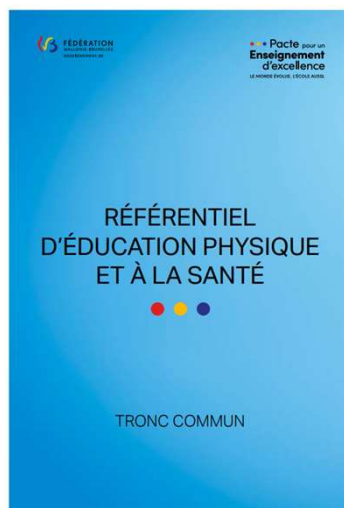
LANGUES	ÉDUCATION CULTURELLE ET ARTISTIQUE	FORMATION MATHÉMATIQUE, SCIENTIFIQUE ET TECHNIQUE	CITOYENNETÉ ET FORMATION HUMAINE ET SOCIALE	ÉDUCATION PHYSIQUE, BIEN-ÊTRE ET SANTÉ
<ul style="list-style-type: none"> Français Langues modernes Langues anciennes 	<ul style="list-style-type: none"> pratiques artistiques Rencontres avec les œuvres et les artistes 	<ul style="list-style-type: none"> Mathématiques Sciences Géographie physique Formation manuelle, technique, technologique et numérique 	<ul style="list-style-type: none"> Histoire Géographie Sciences économiques et sociales Philosophie et citoyenneté 	<ul style="list-style-type: none"> Aptitudes physiques Bien-être corporel et émotionnel

2 DOMAINES TRANSVERSAUX

CRÉATIVITÉ, ENGAGEMENT ET ESPRIT D'ENTREPRENDRE	APPRENDRE À APPRENDRE ET À POSER DES CHOIX
---	--

Référentiel d'éducation physique et à la santé

Ministère de l'Enseignement (2022)



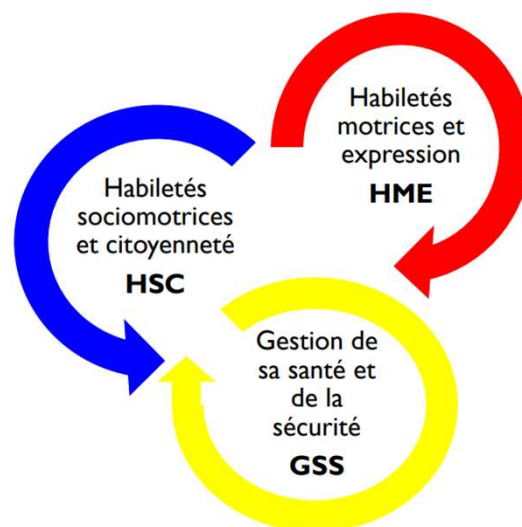
<http://enseignement.be/index.php?page=28597&navi=4920#documents>

Enjeux et objectifs généraux

- Le référentiel est en adéquation avec la littératie physique et la littératie en santé
- « Au travers du plaisir du mouvement, un des défis de l'EP&S est de permettre aux élèves d'acquérir un ensemble d'outils visant à adopter un mode de vie sain et actif dans et en dehors de l'école tout au long de leur vie »
- Le référentiel s'inscrit dans une perspective de développement global de l'élève à travers trois champs :
habiletés motrices et expression; **habiletés sociomotrices et citoyenneté**; **gestion de sa santé et de la sécurité**

17

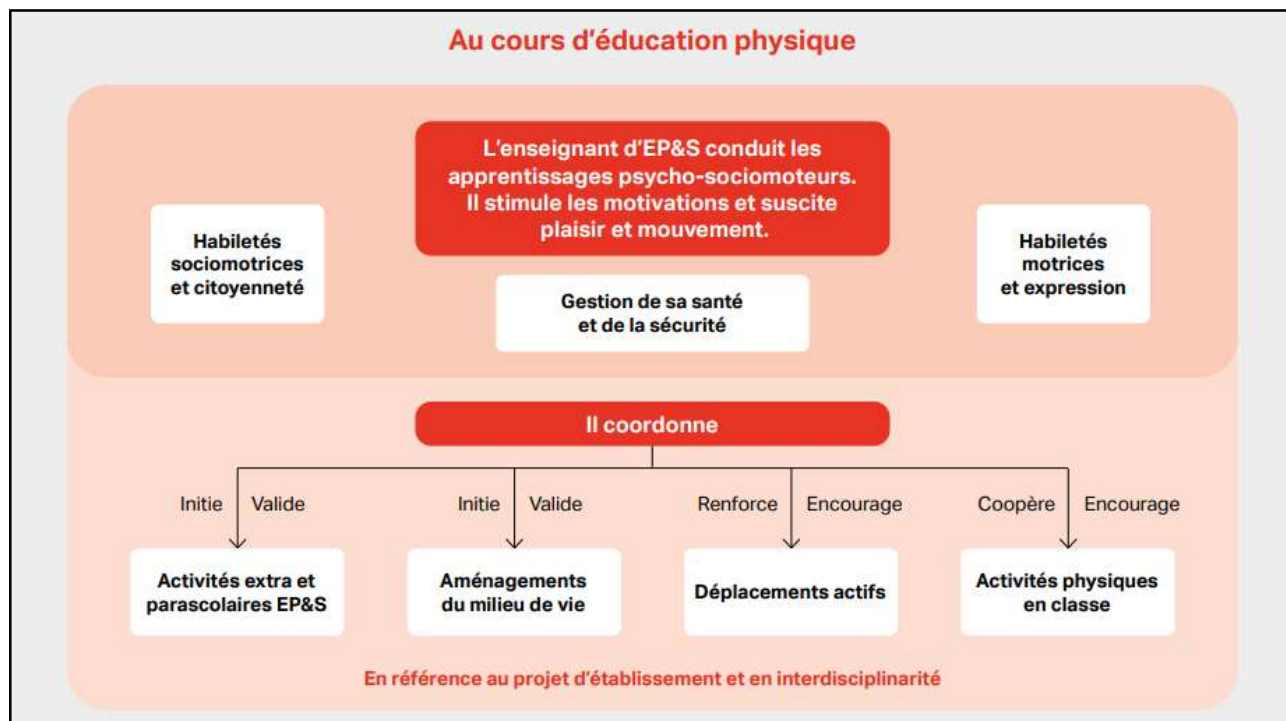
Les trois champs disciplinaires



18

AP = ADN de l'EP		Gestion de sa santé et de sa sécurité
GSS1	Adopter un style de vie sain et actif , être activement responsable de sa condition physique	
GSS2	Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieu naturel, urbain et aquatique	
GSS3	Identifier ses émotions, utiliser des techniques de gestion des émotions et du stress	
Autres domaines de la santé	GSS4	Construire une image positive de soi , développer son sentiment de compétence et plus large et son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école
	GSS5	Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être

19





Calendrier d'introduction progressive des référentiels du tronc commun

Septembre 2020	Maternelles (M1 > M3)
Rentrée 2022	+ 1 ^{re} & 2 ^e primaire (P1 > P2)
Rentrée 2023	+ 3 ^e & 4 ^e primaire (P3 > P4)
Rentrée 2024	+ 5 ^e primaire (P5)
Rentrée 2025	+ 6 ^e primaire (P6)
Rentrée 2026	+ 1 ^{re} secondaire (S1)
Rentrée 2027	+ 2 ^e secondaire (S2)
Rentrée 2028	+ 3 ^e secondaire (S3)

21



Dis, comment ça marche?

PE TEACHERS AS PROMOTORS OF PHYSICALLY EDUCATED CITIZENS: COMPARISON OF THEIR REPRESENTATIONS IN QUEBEC AND WALLONIA

Marc CLOES¹, Ulysse CARBONNEAU² & Johanne GRENIER²

¹University of Liege, Belgium
²Université du Québec à Montréal, Canada

Introduction

- Since the turn of the new millennium, PE has been increasingly linked to the promotion of physically active lifestyles¹.
- In parallel, all over the world, PE is increasingly linked to health education².
- The implementation of these conceptions varies across the countries³.

Questions

- What do PE teachers do in order to motivate their students to be physically active?
- Do their approaches differ in 2 regions where the teaching standards are different?

Methods & Findings

Sep-Dec 2015: 3 PE teachers in Quebec and 3 in Wallonia
Feb-May 2016: 8 PE teachers in Quebec and 5 in Wallonia
Semi-structured interview
Content analysis
Inter-analyst agreement: 88.6%
PA not a priority

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Novelty	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Activities	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Teaching style	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Tools	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Societal transfer	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Individualization	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Achievement	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Improvement	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Links with clubs	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Autonomy	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Cooperation	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Challenge	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
PA after PE	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Information	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Value of PA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Applicability	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

References

¹ Smith, B. W., Harris, D. L., Swartzendruber, D. L., Johnson, L. J., Owen, N., Bauman, A., Vasey, M. L., & Bauman, A. E. (2012). Evidence-based strategies to promote physical activity: Review from around the world. *Physical Activity & Sport Sciences for Health*, 16(1), 101-107.

² Oja, P., & Sallis, J. F. (2010). Physical education and health-related promotion and their potential to increase physical activity. *Physical Activity & Sport Sciences for Health*, 14(1), 101-107.

³ Oja, P. (2013). Public health and physical education: From a European perspective. *Physical Activity & Sport Sciences for Health*, 17(1), 101-107.

Available on: <http://www.aiesep.org/>

Une comparaison Wallonie-Québec en 2017

Cloes et al. (2017)

- Qu'est-ce que les enseignants mettent en œuvre pour motiver leurs élèves à être physiquement actifs?
 - L'autonomie des élèves, l'individualisation, les liens avec la vie quotidienne, les nouvelles technologies et la valorisation de l'activité physique pourraient être davantage exploitées en Wallonie
 - Faire des liens avec des clubs sportifs est une spécificité belge

23

Avis d'enseignants en EP sur l'EPS

- 24 professeurs d'EP du secondaire interrogés avant une formation en cours de carrière

From PE to PHE: Implementation of an in-service training activity designed for secondary school PE teachers

Marc Cloes¹, Emilie Scenna², Nicolas Franck¹, Maurine Remacle¹, & Alexandre Mouton¹

¹ Department of Physical Activity and Rehabilitation Sciences, University of Liege

² Local Health Promotion Centre of Liege

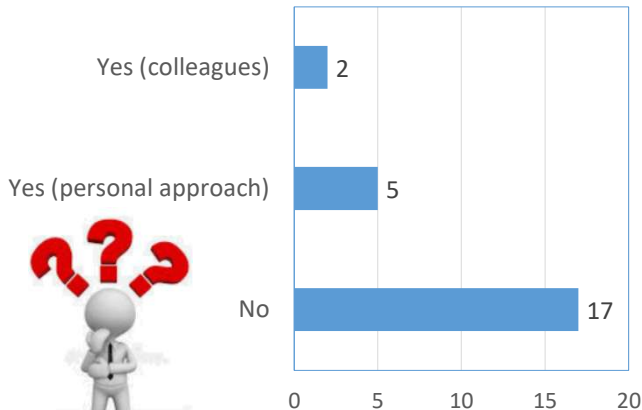
2024 AIESEP International Conference - Past meets the future
Jyväskylä, Finland- May 17, 2024

24

12

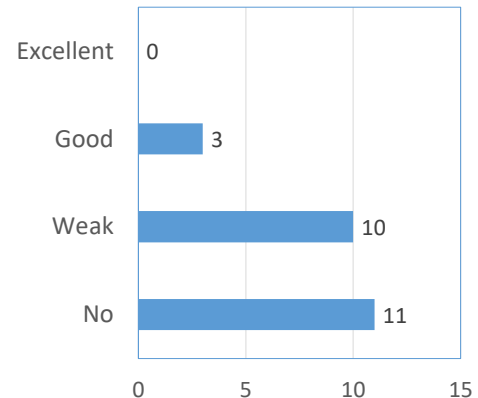
A propos du nouveau référentiel

Avez-vous reçu des informations ?



Prêts pour la rentrée 2026-2027...?

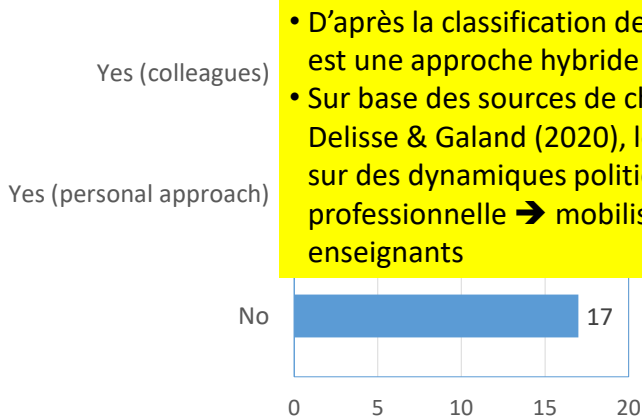
Quel est votre niveau de connaissance ?



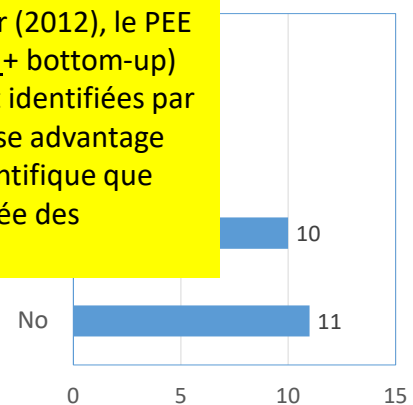
25

A propos du nouveau référentiel

Avez-vous reçu des informations ?



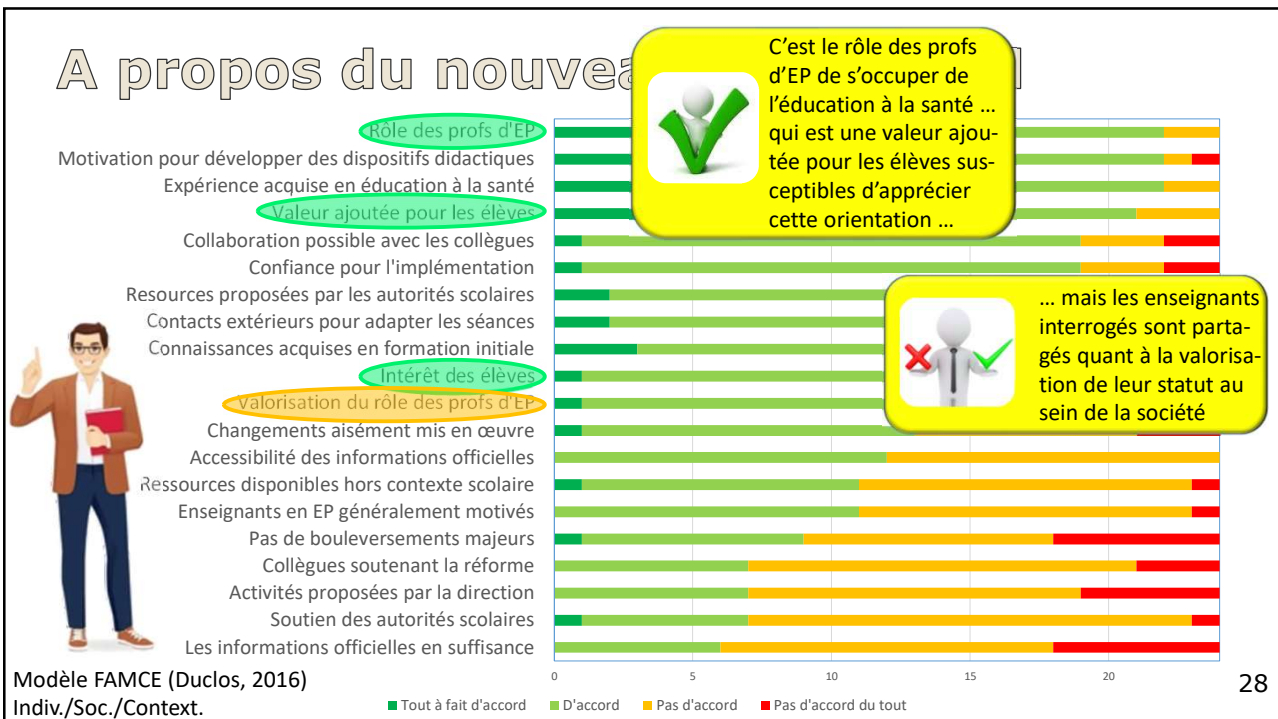
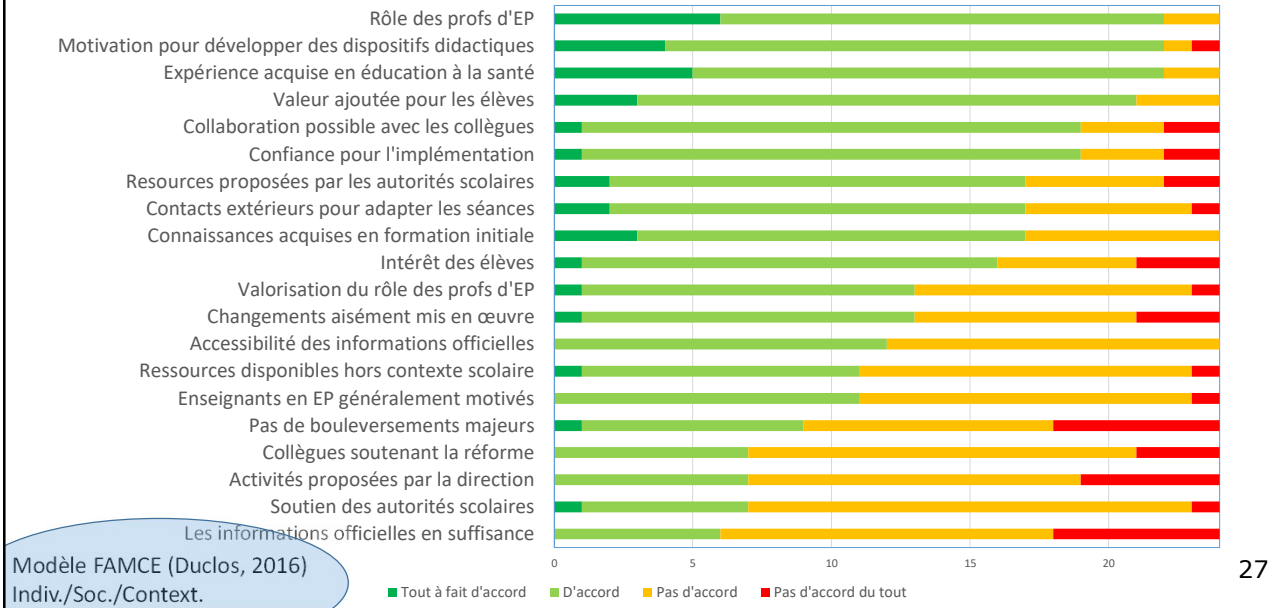
Quel est votre niveau de connaissance ?



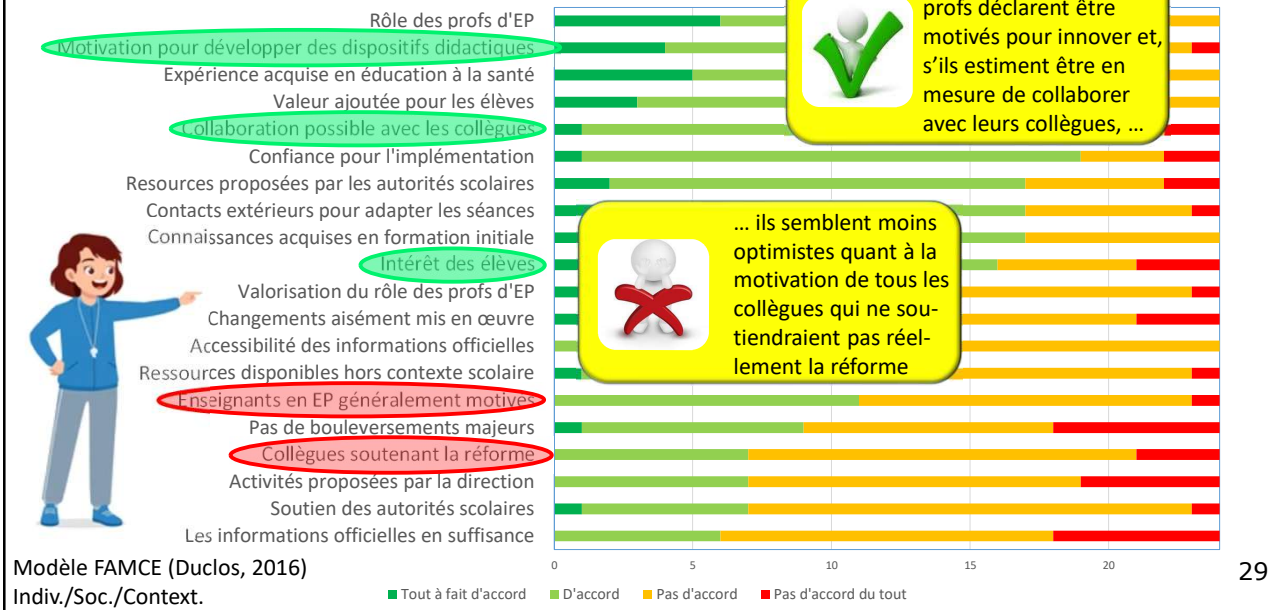
26

- D'après la classification de Carpentier (2012), le PEE est une approche hybride (top down + bottom-up)
- Sur base des sources de changement identifiées par Delisse & Galand (2020), le PEE repose davantage sur des dynamiques politique et scientifique que professionnelle → mobilisation limitée des enseignants

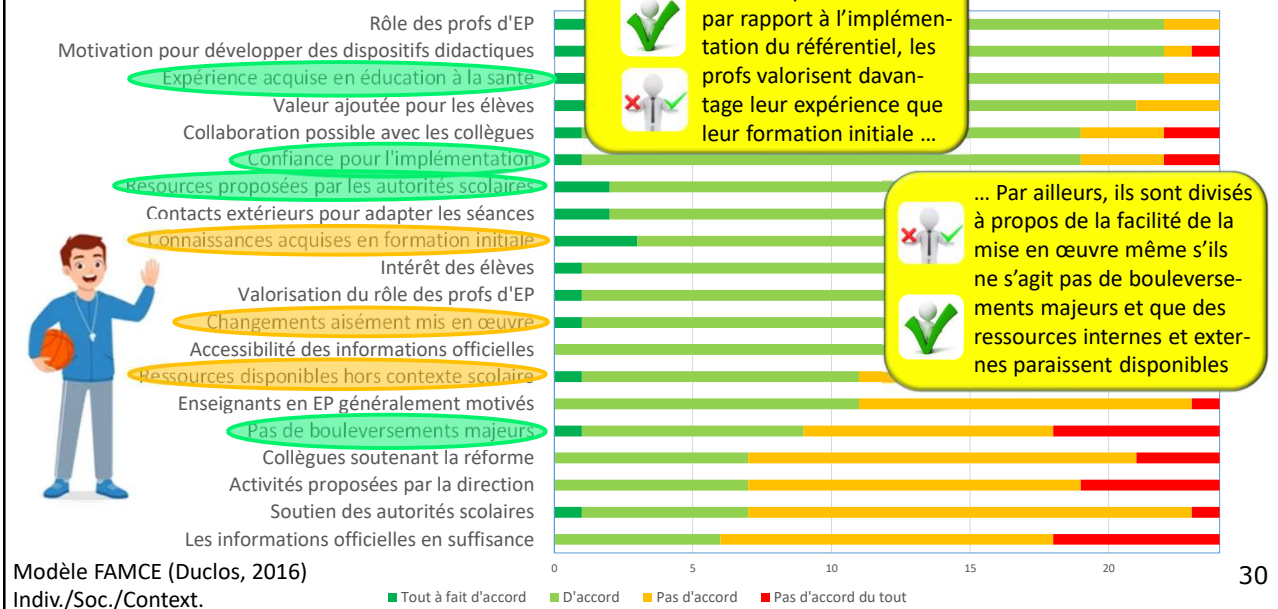
A propos du nouveau référentiel



A propos du nouveau référentiel



A propos du nouveau référentiel



A propos du nouveau référentiel

Rôle des profs d'EP
Motivation pour développer des dispositifs didactiques
Expérience acquise en éducation à la santé
Valeur ajoutée pour les élèves
Collaboration possible avec les collègues
Confiance pour l'implémentation
Ressources proposées par les autorités scolaires
Contacts extérieurs pour adapter les séances
Connaissances acquises en formation initiale
Intérêt des élèves
Valorisation du rôle des profs d'EP
Changements aisément mis en œuvre
Accessibilité des informations officielles
Ressources disponibles hors contexte scolaire
Enseignants en EP généralement motivés
Pas de bouleversements majeurs
Collègues soutenant la réforme
Activités proposées par la direction
Soutien des autorités scolaires
Les informations officielles en suffisance



Modèle FAMCE (Duclos, 2016)
Indiv./Soc./Context.

■ Tout à fait d'accord ■ D'accord ■ Pas d'accord ■ Pas d'accord du tout

31

Avis d'enseignants en EP sur l'EPS ...



Passage de l'éducation physique à l'éducation physique et à la santé : retour d'enseignants du secondaire sur une formation continue originale après 12 semaines

Marc Cloes¹, Emilie Scenna², Maurine Remacle¹, & Alexandre Mouton¹

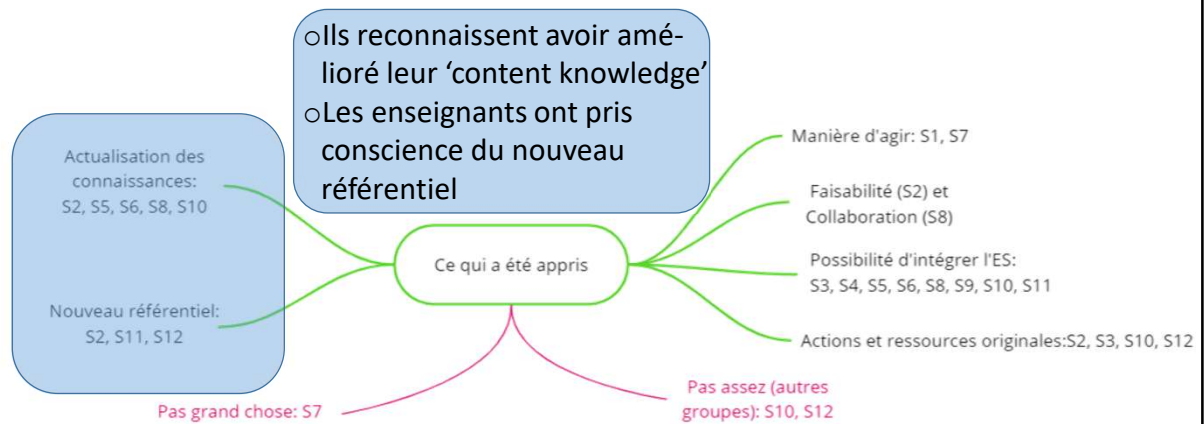
¹ Département des Sciences de l'activité physique et de la réhabilitation, Université de Liège

² Centre liégeois de promotion de la santé

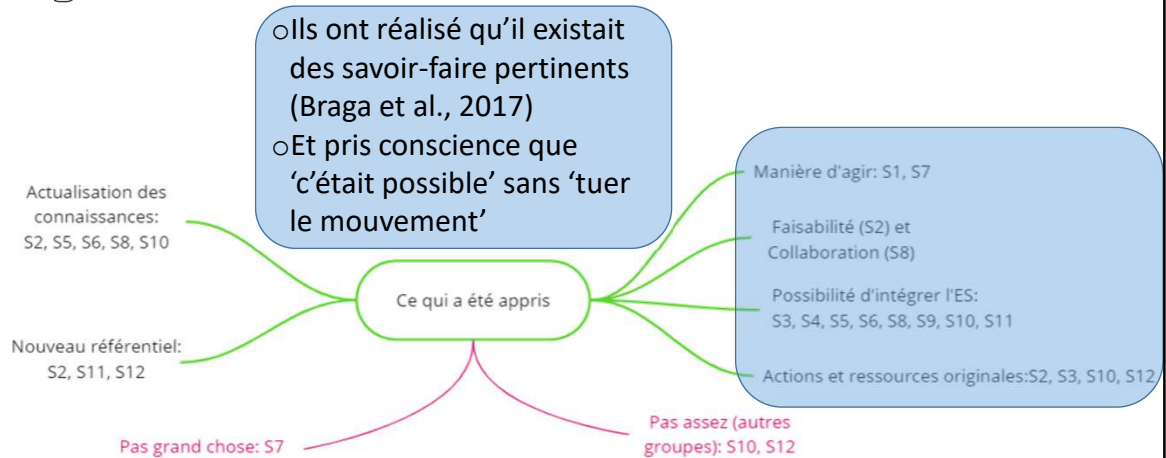
12 professeurs d'EP du secondaire interviewés 12 semaines après une formation en cours de carrière

32

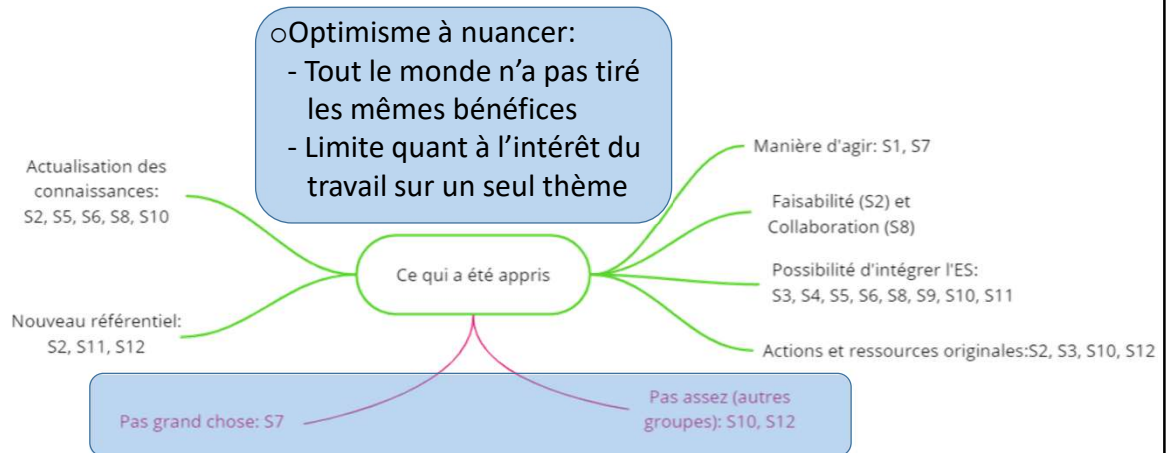
Enseignements en matière d'éducation à la santé



Enseignements en matière d'éducation à la santé



Enseignements en matière d'éducation à la santé



Exploitation des aspects 'santé'



S3



S1, S2, S6, S9, S10



S4, S7, S8, S11, S12

- Cycle endurance programmé en début d'année (S1, S3, S9)
- Activités déjà programmées (S6, S10)
- Pas eu l'occasion (S3, S10)
- Pas vu beaucoup les élèves (S6)
- Pas pensé (S9)
- Quand les élèves posent des questions (S6)
- Pour l'année prochaine (S8, S10)
- Sans s'en rendre compte (S1), distille des idées (S8)
- Questionnaire sur un cycle HB (S4)

EXCUSES

- Discussion et/ou action ponctuelle sur alimentation (S8, S11), tabagisme (S7), drogue (S8), réanimation (S6), IMC (S11), gestion du stress (S7), hygiène (S12), environnement (S12)

Exploitation des aspects 'santé'



S3

Mêmes défis que les collègues déjà programmées (S6, S10)
français (Cogérino, 1999) ou occasion (S3, S10)
québécois (Otis & Grenier, 2010) vu beaucoup les élèves (S6)



S1, S2, S6, S9, S10



S4, S7, S8, S11, S12

- Cycle endurance programmé en début d'année (S1, S9)

- Pas pensé (S9)
- Quand les élèves posent des questions (S6)
- Pour l'année prochaine (S8, S10)

- Sans s'en rendre compte (S1), distille des idées (S8)

- Questionnaire sur un cycle HB (S4)

- Discussion et/ou action ponctuelle sur alimentation (S8, S11), tabagisme (S7), drogue (S8), réanimation (S6), IMC (S11), gestion du stress (S7), hygiène (S12), environnement (S12)

EXCUSES

Améliorations pour un meilleur transfert

Adapter les activités (pratiques) au niveau des élèves à qui elles sont destinées (S3, S9, S10, S12)

Fournir davantage d'explication didactiques cfr jeux d'opposition (S3, S9)

Montrer la faisabilité, comment c'est intégré (S6)

Partage d'expérience réellement vécues dans l'enseignement (S9)

Fournir des fiches concrètes avec la marche à suivre (S10)

Proposer des vidéos de 3-4' illustrant les approches (S6)

Proposer plus de formations (S11)

Programmer deux formations par an (S8)

Organiser une conférence avec tous les enseignants en EPS (S8)

Proposer des séances dans les écoles ou rassembler les profs de 3-4 écoles (S4)

Ne pas faire peur aux profs à propos de la perte de temps moteur (S7)

Préparer les profs en leur donnant des contenus à lire avant la formation (S12)

Donner plus de temps pour travailler ensemble (S7)

Travailler avec des personnes ressources qui connaissent mieux l'enseignement (S9)

Permettre plus d'échanges entre les groupes (S3, S5, S10, S12)

Permettre aux enseignants de rencontrer toutes les personnes ressources (S7)

Ressources ready-made

Planification

Activité

Quelques perles ...

S1: Cette formation m'a donné envie de le faire

S11: ... je trouve que c'était pas mal, c'était déjà bien complet et assez pour amener des chgts

S3: Le fait d'avoir suivi la formation ne m'a pas incitée à intégrer plus de notions ... pour le moment !

S7: ... on ne fait jamais de concertation {à l'école}, on ne l'a pas fait {ici} ... C'est bête mais on a tous de bonnes excuses ...

S4: Toutes les formations sont intéressantes mais ... il y a beaucoup de collègues qui vont se dire 'Je ne peux pas adapter ...'

S8: C'est une des formations qui m'a le plus apporté



Et maintenant ?

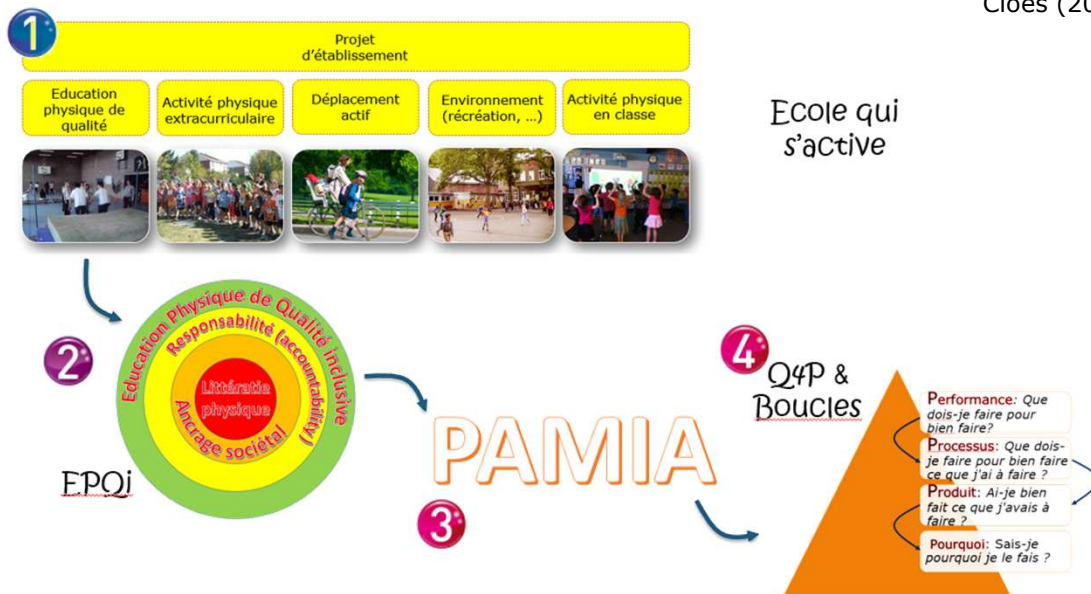
Exploiter les enseignements des études

- Souligner la nécessité pour les enseignants de se préparer dès que possible
- Amener la prise de conscience qu'intégrer des notions de santé est faisable sans sacrifier l'engagement moteur mais exige une sérieuse préparation
- Partir de l'expérience personnelle des praticiens
- Proposer des exemples concrets de séances d'EPS
- Offrir plus de temps et d'échanges pour produire des séquences directement transférables sur le terrain

41

Diffuser et appliquer les principes du 4LM-PE

Cloes (2025)



42

Utiliser de nouvelles approches de formation

- Pedagogical cases (Armour, 2014)
 - ☞ Scénarios
 - ☞ Experts en Sciences du Sport
 - ☞ Experts en Pédagogie du Sport
- Communautés de pratique
 - ☞ Promoting Active Lifestyle (Harris et al.)
- Recherche-action



Formation initiale et continue

Pour les profs d'EP, leurs collègues et les directions

43

Faire appel à l'expertise d'autres acteurs

- Service PSE et CPMS
- Centres locaux de promotion de la santé
(<https://www.lesclps.be/>)
- Asbl spécialisées
 - ☞ SIPS (EVRAS)
 - ☞ Centre ALFA (assuétudes)
 - ☞ Solidaris (alimentation)
 - ☞ Infor'Santé (hygiène de vie)
 - ☞ Openado (promotion de la santé mentale)
 - ☞ ...

44

S'approprier ce qui existe chez nous



Colloque ARIS 2020 – Liège
Les praticiens parlent aux chercheurs

45

S'approprier ce qui existe chez nous

 e-classe.be

CONNEXION

INSCRIPTION

 e-classe.be

Plateforme de ressources dédiée à
la communauté éducative de la
FW-B

SE CONNECTER

S'INSCRIRE



46

S'approprier ce qui existe chez nous

e-classe.be Découvrir Partager Créer Enseigner

Rechercher une ressource

18 ressources disponibles

SAUVER MA RECHERCHE

Filtres

ÉDUCATION À LA SANTÉ X

RÉINITIALISER LES FILTRES

Domaines d'apprentissage

Niveaux

Contenu(s) d'apprentissage

Sensibilisation "Que faire si ..."

Animation destinée aux enfants de 10 à 12 ans (P5-P6).

P3-P4 : identifier ...

RESSOURCES DU TRONC COMMUN

Propositions d'activités permettant à l'élève d'identifier ses émotions

P1-P6 : exercer sa...

RESSOURCES DU TRONC COMMUN

Cette fiche-outil propose à l'enseignant un déroulement d'activité

Promouvoir le sp...

NUMÉRIQUE ÉDUCATIF : #APPRENNONS D'AILLEURS

Cette veille épinglé, dans différentes disciplines, des ressources

47

S'approprier ce qui existe chez nous

Question SANTÉ

Nos actualités Nos débats et réflexions Nos projets et programmes Notre offre d'appui Nos productions Qui sommes-nous ?

PROMOUVOIR LA SANTÉ À L'ÉCOLE

NOS PRODUCTIONS / PROMOTION DE LA SANTÉ

e-Journal PSE

L'e-Journal PSE propose des articles aux acteurs en promotion de la santé à l'école.

L'e-Journal PSE est une publication digitale qui traite de sujets autour de la santé des jeunes à travers un dossier et plusieurs articles. La publication met également en lumière les missions des services de la Promotion de la Santé à l'École (PSE) ainsi que les initiatives et les projets menés par des équipes de professionnels. Chaque numéro propose enfin une sélection d'outils et de jeux.

<https://questionsante.org/nos-productions/promotion-de-la-sante/e-journal-pse/>

Confiance - Crédits

48

S'approprier ce qui existe chez nous

Remacle et al. (2025)



<https://maurineremacle.wixsite.com/epvivreactif>



• Éléments clés

- ☞ Promotion AP et style de vie sain
- ☞ Ancrage sociétal
- ☞ Nouvelles technologies
- ☞ Motivation des élèves
- ☞ Students voice

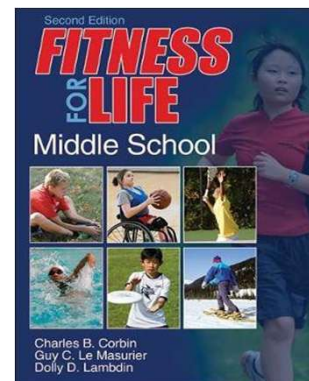
49

S'approprier ce qui existe chez nous et à l'étranger

• Des outils de qualité



Fahey et al. (2007)



Corbin et al. (2018)

50

S'approprier ce qui existe chez nous et à l'étranger



Ophea
Écoles saines
Communautés saines

Se connecter EN FR

À propos Ophea Faites un don Normes de sécurité Positions

Planification Ressources Outils et gabarits La boutique d'Ophea Perfectionnement professionnel

» Ressources

Ressources

Consommation de substances, dépendance et comportements associés

ANNÉES : 1-12

Ressources d'éducation sur le cannabis

Offrent aux enseignants et aux directions d'écoles des renseignements fondés sur des données probantes sur l'usage de substances (plus précisément le cannabis)...

ANNÉES : 4-8

Ressources d'éducation sur le vapotage

Fournissent au personnel enseignant des outils visant à renforcer ses capacités et des questions visant à lancer des discussions ouvertes avec les élèves...

51

S'approprier ce qui existe chez nous et à l'étranger



Version imprimable | English | Carte du site | Communiquer avec le gouvernement

Rechercher ALLER

RESSOURCES POUR LES RÉSIDENTS ENTREPRISES GOUVERNEMENT TOURISME

Éducation et Apprentissage de la petite enfance

manitoba.ca > Éducation et Apprentissage de la petite enfance > M à 12 > Programmes d'études > Éducation physique et Éducation à la santé

Éducation physique et Éducation à la santé

Pour commencer

Éducation physique et Éducation à la santé

Commotion cérébrale

Documents du Ministère

Documents d'appui

Enseignement à distance

Initiative d'accès aux produits menstruels dans les écoles du Manitoba

Liens utiles

Pour nous joindre

Liens connexes

Guide alimentaire canadien

Écoles en santé

Documents du Ministère

Cadres manitobains

Éducation physique et Éducation à la santé, M à 54, programme d'études : cadre manitobain des résultats d'apprentissage pour un mode de vie actif et sain

Le Cadre manitobain des résultats d'apprentissage est conçu pour transmettre à tous les élèves les connaissances, les habiletés et les attitudes qui feront d'eux des personnes actives physiquement et capables de prendre des décisions susceptibles d'améliorer leur qualité de vie. Il constitue le document de base orientant l'enseignement, l'apprentissage et l'évaluation de l'éducation physique et de l'éducation à la santé. Le Cadre constitue aussi la base à partir de laquelle pourront être élaborés divers documents pédagogiques. Il aide les administrateurs et d'autres intervenants du domaine de l'éducation à effectuer les premiers stades de leur planification pédagogique.

- Résultats d'apprentissage spécifiques par année scolaire
- Affiches - Résultats d'apprentissage généraux (A-17 Ko)
- Planificateurs d'éducation physique et d'éducation à la santé

Programme d'études : document de mise en œuvre pour un mode de vie actif et sain

Maternelle

1^{re} année

2^e année

3^e année

Contenu de cette page

Cadres manitobains

Programmes d'études

Cartes des résultats d'apprentissage spécifiques par niveau


52

S'approprier ce qui existe chez nous et à l'étranger




mobilesport.ch


Terme de recherche Filtre




Thème du mois 11/2015
Gestion du stress
Madame et Monsieur Suisse sont en plein stress! C'est la raison pour laquelle la gestion...




Gestion du stress
Briser le cercle vicieux
A chaque personne son stress et ses propres tactiques pour le maîtriser! Stratégies de résolution...




Gestion du stress
Le mouvement, tueur de stress?
Le mouvement se profile comme un partenaire efficace dans la gestion du stress. L'activité physique...




Gestion du stress
Esprit accablé, corps affecté
«Le corps est l'expression visible de l'âme», selon le poète allemand Christian Morgenstern (1871-1914).




Gestion du stress
Les dérives de la civilisation
Le stress n'est pas mauvais en soi. Le trac pousse les acteurs à puiser



Gestion du stress
Stress positif versus stress négatif
Un rapport différencié sur la



Gestion du stress
Comprendre pour agir
«C'est le stress total!» – Ainsi résonne la complainte des temps



Gestion du stress
Le stress comme état de déséquilibre
Pendant cet exercice, les

53


S'approprier ce qui existe chez nous et à l'étranger




PLAY

Nous découvrir Nos pays d'intervention Actualités Nous soutenir Nous contacter


Filtrer par : Pays Méthode Secteur Age Objectifs Thématique du kit



Bien manger
Cette séquence permet aux élèves du Cycle 3 de découvrir les différents rôles de l'alimentation et la variété de catégories d'aliments qui existent ainsi que la place de l'alimentation dans la société.
5 Fiches 8-12 ans **SCOLAIRE** **PLAYBAGGIE**



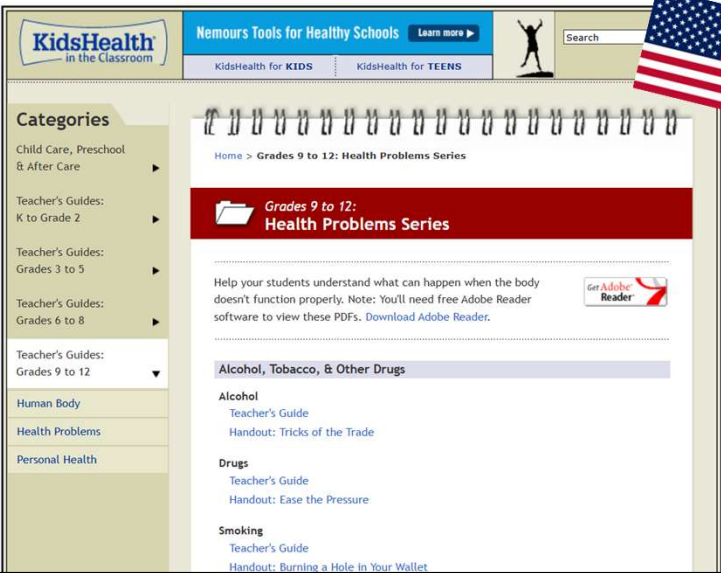
Bien manger
Grâce à différents supports de jeux, ce kit permet d'amener les enfants de 8 à 12 ans à découvrir les différents rôles de l'alimentation et la variété de catégories d'aliments qui existent, ainsi qu'à
8 Fiches 8-12 ans **EXTRA SCOLAIRE** **PLAYBAGGIE**



Bien manger
Grâce à différents supports de jeux, ce kit permet d'aborder avec des enfants de 8 à 12 ans les bases essentielles de l'hygiène alimentaire, de comprendre l'importance d'une alimentation équilibrée et

54

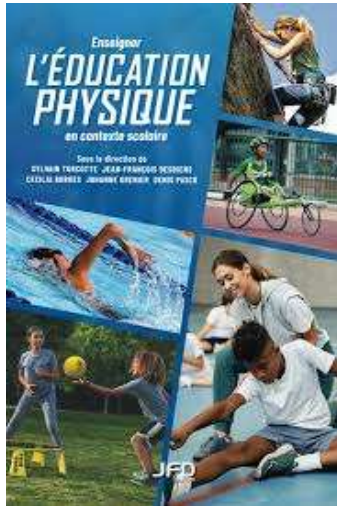
S'approprier ce qui existe chez nous et à l'étranger



55



**Take
home message*

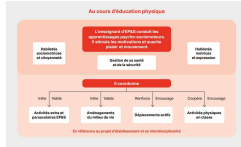


L'enseignant en éducation physique doit donc s'ouvrir à mettre en œuvre une pluralité d'actions, élargissant parfois considérablement le spectre de ses responsabilités habituelles afin d'assumer les différents rôles suivants, à savoir :

- a) concevoir un projet d'intervention au regard de la culture locale;
- b) coordonner le développement d'interventions liées au mode de vie sain et physiquement actif dans l'environnement scolaire;
- c) accompagner et soutenir la mise en œuvre de ces interventions en partenariat avec les autres intervenants;
- d) soutenir et faciliter l'engagement des autres intervenants scolaires;
- e) identifier les différents indicateurs à utiliser pour réguler les interventions mises en œuvre;
- f) par ses actions individuelles, devenir un exemple concret (modèle) au regard du mode de vie sain et physiquement actif.

L'enseignant en éducation physique doit maintenant agir comme personne-ressource dans les établissements scolaires.

Turcotte et al. (2023, p.509)



- ☞ En FWB, le cadre défini par les autorités scolaires s'inscrit pleinement dans cette vision de l'EPS
- ☞ Il reste à soutenir le 'terrain' pour le concrétiser
- ☞ Avec 20 ans d'avance, nos cousins québécois peuvent nous y aider

C'était un professeur, un simple professeur
Qui pensait que savoir était un grand trésor
Que tous les moins que rien n'avaient pour s'en sortir
Que l'école et le droit qu'a chacun de s'instruire

Il y mettait du temps, du talent et du cœur
Ainsi passait sa vie au milieu de nos heures
Et loin des beaux discours, des grandes théories
A sa tâche chaque jour, on pouvait dire de lui
Il changeait la vie

Il changeait la vie

JJ Goldman

*Ne doutez jamais qu'un petit
groupe de citoyens réfléchis et
engagés puisse changer le monde ...
en fait, c'est toujours comme cela
que cela s'est passé!*

Margaret Mead

A nous de jouer !



<https://hdl.handle.net/2268/338037>

Marc.Cloes@uliege.be



References

References

- Armour, K. (2014). Pedagogical cases in physical education and youth sport. London: Routledge.
- Bar-Or, O. (2005). Juvenile Obesity. Is School-Based Enhanced Physical Activity Relevant? Archives of Pediatric and Adolescent Medicine, 159, 996-997.
- Braga, L., Jones, E., Bulger, S., & Elliott, E. (2017). Empowering teachers to implement innovative content in physical education through continuous professional development. Teacher Development, 21, 2, 288-306. DOI: 10.1080/13664530.2016.1235608
- Carpentier, A. (2012). Les approches et les stratégies gouvernementales de mise en oeuvre des politiques éducatives. Éducation et Francophonie, 40(1), 12-31. <https://doi.org/10.7202/1010144ar>
- Chin, M.-K. & Edginton, C.R. (2014). Physical Education and Health Global Perspectives and Best Practice. Urbana, IL: Sagamore.
- Cloes, M. (2017, July). Health and physical education from a European perspective. Paper presented at the 22nd Annual ECSS Congress 'Sport Science in a Metropolitan Area'. Essen, Germany. Available on Internet : <http://hdl.handle.net/2268/212658>
- Cloes, M. (2025 novembre). Niveaux d'action des professeurs d'EPS pour promouvoir un style de vie actif et sain. Conférence organisée Cycle de conférences de l'UFR STAPS de l'Université de Lorraine. Villers-les-Nancy. Disponible sur Internet : <https://hdl.handle.net/2268/337402>
- Cloes, M., Carbonneau, U., & Grenier, J. (2017, November). PE teachers as promoters of physically educated citizens: Comparison of their representations in Quebec and Wallonia. Paper presented at the 2017 AIESEP International Conference 'Cultures, Disciplines, Interactions: Contextualizing Diversity in Physical Activities and Physical Education. Gosier, Guadeloupe, France. Available on Internet: <http://orbi.ulg.ac.be/handle/2268/217192>

- Cloes, M., Scenna, E., Franck, N., Remacle, M., & Mouton, A. (2024 May). From PE to PHE: Implementation of an in-service training activity designed for secondary school PE teachers. Paper presented at the 2024 AIESEP International Conference: Past meets the future. Jyväskylä, Finland. Available on Internet: <https://hdl.handle.net/2268/316479>
- Cloes, M., Scenna, E., Remacle, M., & Mouton, A. (2025). Passage de l'éducation physique à l'éducation physique et à la santé : retour d'enseignants du secondaire sur une formation continue originale après 12 semaines. In, Actes de la 13ème Biennale de l'ARIS - Innovations dans les pratiques d'intervention en éducation physique et en sport (pp.2-8). Lausanne, Suisse : HEP Vaud. Accessible sur https://www.hepl.ch/files/live/sites/files-site/files/uer-ep/Recherche/Actes_ARIS_2024_Final.pdf
- Cogérino, G. (1999). Apprendre à gérer sa vie physique. Paris : Presse universitaires de France.
- Cogérino, G. (2000). Curriculum en éducation physique et éducation à la santé : débats autour d'une difficile intégration ? STAPS, 53, 79-90.
- Corbin, C.B., Le Masurier, G.C., & Lambdin, D.D. (2018). Fitness for life. Middle school. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Delisse, S., & Galand, B. (2020). L'implantation, un facteur clé dans le changement de pratiques pédagogiques ? In B. Galand & M. Janosz (Eds.), Améliorer les pratiques en éducation : Qu'en dit la recherche ? (pp. 23-34). Louvain-la-Neuve: Presses Universitaires de Louvain.
- Duclos, A.-M. (2016). Les facteurs d'adhésion et de mobilisation au changement des agents d'implantation en éducation. Psychologie & Education, 1, 39-57. DOI:10.13140/RG.2.1.1536.5520
- Fahey, T.D., Insel, P.M., & Roth, W.T. (2007). En forme et en santé. Mont-Royal, Québec: Modulo.
- Harris, J., Cale, L., Casey, A., Tyne, A., & Samaria, B. (2016). Promoting Active Lifestyles in Schools: The PAL project. Physical Education Matters, Autumn, 52-53.
- Ministère de l'Enseignement (2022). Référentiel d'éducation physique et à la santé. Tronc commun. Bruxelles: Administration générale de l'Enseignement. <http://enseignement.be/download.php?do.id=17247>

63

- Pacte pour un enseignement d'excellence (2017). Avis N° 3 du Groupe central. Available on : http://www.pactedexcellence.be/wp-content/uploads/2017/04/PACTE-Avis3_versionfinale.pdf
- Otis, J. & Grenier, J. (2010). L'éducation à la santé à l'école. Bilan, défis et perspectives d'avenir. Dans J. Grenier, J. Otis, & G. Harvey (dir.), Faire équipe pour l'éducation à la santé en milieu scolaire. Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Remacle, M., Belle, S., Dejosé, G., Lorentz, V., Posel, N., Cloes, M., & Mouton, A. (2025). Perceptions et ressentis des élèves et des enseignants concernant l'intégration de l'application « EP – Vivre Actif » dans les cours d'éducation physique de l'enseignement secondaire supérieur belge. In, Actes de la 13ème Biennale de l'ARIS - Innovations dans les pratiques d'intervention en éducation physique et en sport (pp.141-147). Lausanne, Suisse : HEP Vaud. https://www.hepl.ch/files/live/sites/files-site/files/uer-ep/Recherche/Actes_ARIS_2024_Final.pdf ou <https://hdl.handle.net/2268/336958>
- Sallis, J.F., & McKenzie, T.L. (1991). Physical education's role in public health. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62, 124-137.
- Tappe, M.K. & Burgeson, C.R. (2004). Physical Education: A Cornerstone for physically active lifestyles. *Journal of Teaching in Physical Education*, 23(4), 281-299.
- Trost, S.G. & Loprinzi, P.D. (2008). Exercise-promoting healthy lifestyles in children and adolescents. *Journal of Clinical Lipidology*, 2(3), 162-168.
- Turcotte, S., Gadais, T., Dubuc, M.-M., Potdevin, F., & Cloes, M. (2023). L'éducation physique au cœur des apprentissages scolaires favorisant l'adoption d'un mode de vie sain et physiquement actif. In, S. Turcotte, J.-F. Desbiens, C. Borges, J. Grenier, & D. Pasco (Eds.), Enseigner l'éducation physique en contexte scolaire (pp. 507-534). Montréal, Canada : JDF Editions. <https://hdl.handle.net/2268/305382>
- UNESCO (2017). Kazan Action Plan - MINEPS VI. SHS/2017/PI/H/14 REV (pp.7-8). Accessible sur Internet : <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000252725>
- U.S. Department of Health and Human Services (1996). Physical activity and health: A report of report of the Surgeon General. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion. <https://collections.nlm.nih.gov/ext/document/101584932X106/PDF/101584932X106.pdf>

64

Crédit images

- Dia 2 - <https://www.shutterstock.com/fr/search/sommaire>
- Dia 4 - https://fr.wikipedia.org/wiki/Retour_vers_le_futur
- Dia 7 - <https://fr.maps-vatican.com/de-la-cit%C3%A9-du-vatican-carte-de-l%27italie>
- Dia 14 - <https://www.agenda-2030.fr/ressources/article/web-serie-odyssee>
- Dia 15 - <https://wbi.be/fr/federation-wallonie-bruxelles>
- Dia 15 - <http://www.enseignement.be/index.php?page=27203&id=2760>
- Dia 22 - <https://maurine-schreiber-tfe2018.jimdofree.com/m%C3%A9thodologie/d%C3%A9roulement-de-ma-pratique/>
- Dia 25 - <https://fr.dreamstime.com/photos-stock-point-d-interrogation-confusion-image32590363>
- Dias 28-31 - <https://www.shutterstock.com/fr/search/professeur-de-sport-dessin>
- Dias 36-37 - <https://www.facebook.com/admediainternational/videos/>
- Dia 40 - <https://lapassionauboutdesdoigts.fr/humour/encore-un-samedaille-tardif/>
- Dia 45 - <https://www.shutterstock.com/fr/search/don%27t-reinvent-wheel> Dias 50-51 - https://fr.wikipedia.org/wiki/Drapeau_du_Canada
- Dia 53 - <https://www.belsport.be/fr/504-drapeau-suisse-vlag-zwitserland.html>
- Dia 54 - <https://fr.pixers.be/stickers/globe-drapeaux-world-international-55306430>
- Dia 55 - https://fr.wikipedia.org/wiki/Drapeau_des_%C3%89tats-Unis
- Dia 56 - <https://rebelem.com/topical-anesthetic-use-corneal-abrasions/take-home-message/>
- Dia 58 - <https://www.programme-tv.net/news/tv/364746-il-etait-dans-un-etat-de-stress-total-comment-jean-jacques-goldman-a-vecu-sa-derniere-annee-aux-enfoires-en-2016/>
- Dia 59 - <https://www.gettyimages.be/detail/foto/starter-firing-starting-gun-royalty-free-beeld/dv096004>
- Dia 60 - <https://littlemandarine.com/851390-etiquettes-remerciement-merci-decoupe-coeur.html>