

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 9 (2007)
Heft: 5

Rubrik: À la lumière des observations

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 07.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

A la lumière des observations



Etudes // Alors que le manque d'exercice chez les enfants et les adolescents et le cortège de problèmes de santé qui en découle suscitent une inquiétude croissante en Suisse, les études sur le comportement sportif des jeunes Helvètes sont encore peu nombreuses. Mais les choses sont en train de bouger.

► L'Institut de médecine sociale et préventive de l'Université de Bâle collabore depuis plusieurs années avec les services médicaux scolaires et les écoles dans le cadre de l'étude SCARPOL. Parmi les dix communes régulièrement radiographiées depuis 1992, Berne, Bienne et Payerne ont été sélectionnées afin d'analyser le comportement quotidien des enfants en matière d'activité physique (6/7 ans, 9/10 ans et 13/14 ans). Petit tour d'horizon des résultats:

■ **Comportement en matière d'activité physique:** dans les tranches d'âge inférieures, tous les enfants se dépensent plus de 60 minutes par jour; chez les 8^e années, ils sont encore près de 90 % à le faire. En moyenne, les garçons bougent plus que les filles. Les minutes d'activité mesurées sont surtout associées au temps passé à l'extérieur.

■ **Intensité:** les parents semblent juger les activités de leurs enfants plus intensives quand elles se déroulent à l'intérieur. Si l'entraînement dans un club constitue certes l'activité la plus intensive, il ne représente qu'une toute petite période sur l'ensemble de la semaine et ne concerne qu'un faible nombre d'enfants. Les jeux à l'extérieur jouent un rôle nettement plus important dans la dépense énergétique.

■ **Temps passé à l'extérieur:** les enfants des deux tranches d'âge inférieures passent beaucoup plus de temps à l'extérieur. Mais ceux qui vivent dans un environnement où la circulation est importante passent moins de temps dehors, à l'image de ceux qui n'ont pas d'espaces verts à proximité de leur domicile.

■ **Chemin de l'école:** les enfants qui se rendent à pied à l'école sont plus actifs ou presque aussi actifs durant ce trajet que pendant une leçon d'éducation physique! Plus de trois quarts des enfants mentionnent exclusivement des modes de déplacement actifs pour se rendre à l'école

et en revenir (à pied, à vélo/avec les rollers/en trottinette ou une combinaison de ces deux moyens de locomotion en fonction de la saison). Comparé à l'étranger, notamment aux pays anglophones, la proportion d'enfants qui se déplacent à la force des mollets est très élevée. Moins de 2 % des élèves indiquent la voiture comme moyen de locomotion principal pour les trajets aller-retour durant les deux saisons couvertes par l'enquête. //

► Pour en savoir plus: www.ispm-unibas.ch



Bon à savoir

Elargir l'horizon



■ **Mobilité:** les deux microrecensements sur le comportement de la population en matière de transports réalisés en 1994 et en 2000 fournissent des données intéressantes sur les trajets effectués pour se rendre à l'école. D'après ces études, 8% des élèves de 6 à 20 ans utilisent exclusivement les transports motorisés, ce qui est peu

par rapport aux autres pays. Entre 1994 et 2000, la part de jeunes se déplaçant à pied est restée stable avec 50%; celle des élèves effectuant les trajets à vélo a quant à elle régressé, passant de 21 à 16%.

➤ *Plus d'infos:* www.bfs.admin.ch

■ **Leçon de sport journalière:** une étude est en cours depuis 2005 dans les cantons de Bâle-Campagne et Argovie sur le sport des enfants et des adolescents. «mobile» a présenté ce projet en détail dans son numéro 2/07, en commentant ses effets positifs sur la problématique du surpoids chez les enfants et les adolescents.

➤ *Plus d'infos:* issw.unibas.ch

■ **Surpoids:** «Kinder im Gleichgewicht», tel est le nom du programme à long terme qui a démarré sous la houlette du médecin-chef de l'Hôpital de l'enfance de Saint-Gall, le Dr Josef Laimbacher. Le projet, qui bénéficie du soutien financier de l'Union européenne, se déroule sur deux ans. Cent enfants souffrant de surcharge pondérale de l'arrondissement de Ravensburg (D), du Vorarlberg (A) et du canton de Saint-Gall (CH) effectuent un programme avec leurs parents jusqu'à fin 2007 sous la conduite d'une équipe de médecins, psychologues, diététiciennes et spécialistes du sport.

L'évaluation scientifique des résultats débouchera sur un projet visant à assurer le suivi des enfants en surpoids et l'introduction de mesures de prévention dans les familles, les écoles enfantines et les établissements scolaires.

➤ *Plus d'infos:* www.kig-adipositas.net (en allemand).

■ **Ecole enfantine:** l'évaluation des deux premières années du projet «Burzelbaum – bewegter Kindergarten» dans le canton de Bâle-Ville a mis en lumière des résultats réjouissants. Les enfants qui fréquentent une école enfantine «en mouvement» ont plus de plaisir à bouger et se dépensent plus; ils font preuve d'une grande assurance et se montrent plus courageux. D'ici quatre ans, toutes les écoles enfantines bâloises devraient avoir introduit ce programme.

➤ *Rapport d'évaluation:* www.gesundheitsdienste.bs.ch/news (en allemand).

■ **«Jardins du sport»:** ils permettent aux enfants de profiter d'offres variées et ciblées en matière de mouvement, de jeux et de sport sous la direction de professionnels qualifiés. Grâce à ces offres, les enfants des cycles initial et primaire engrangent des expériences importantes pour leur développement moteur, social, cognitif et émotionnel.

➤ *Plus d'infos:* www.kindersportschule.ch (en allemand).

■ **Panorama:** un manuel pratique a été publié sous la houlette de la Conférence suisse des directeurs cantonaux de l'instruction publique (CDIP) et des directeurs cantonaux de la santé publique. Résumant toute une moisson de projets, il contient une foule d'informations et d'astuces à utiliser au quotidien pour planifier et réaliser des activités avec des enfants de trois à douze ans qui associent sport et alimentation.

➤ *Plus d'infos:* «mobile 4/07», page 39.



Plus les enfants sont sollicités, plus ils prennent de l'assurance dans leur quotidien.