



MÉMOIRE

**L'ÉCOLE EN MOUVEMENT :
RECOMMANDATIONS DE LA FEEPEQ
AUPRÈS DU LAB-ÉCOLE**

INTRODUCTION

De tout temps et fort heureusement, l'histoire nous a démontré que le rêve est porteur de changements significatifs dans la société. Consciente de cette réalité, la Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec (FÉÉPEQ) a amorcé une réflexion sur l'environnement bâti de l'école des cinquante prochaines années. La mission de la FÉÉPEQ est « d'intervenir pour assurer le développement et la promotion d'un enseignement de l'éducation physique et à la santé (EPS) de qualité afin de contribuer au développement global et au bien-être des citoyennes et citoyens québécois ». La vision de la FÉÉPEQ, à savoir que « les citoyennes et citoyens québécois soient éduqués et autonomes afin de prendre en charge leur bien-être et leur santé », est à la base de nos attentes sur l'importance du chantier politique qu'implique un changement de paradigme pour le futur de l'environnement bâti des écoles. Le présent mémoire vise à identifier les recommandations de la FÉÉPEQ concernant le bâti de l'école de demain comme milieu de vie et d'enseignement propice aux apprentissages et à l'adoption de saines habitudes de vie.

L'environnement bâti de l'école de demain devra contribuer à rendre les élèves québécois éduqués et autonomes afin de prendre en charge leur bien-être et leur santé. Un puissant signal doit être donné pour contrer les forces de la sédentarité dans la société. **L'éducation constitue le moteur** de la poursuite de cette quête de bien-être et de santé. Ceci doit se refléter dans l'octroi des budgets en éducation, même dans celui voué aux infrastructures afin de favoriser prioritairement un environnement bâti de qualité en entretenant les écoles actuelles et en bâtissant de nouvelles écoles selon des normes précises.

L'éducation ou la santé ? Les deux ont leur importance, mais seule l'éducation peut contribuer à diminuer le poids social et économique de l'aspect curatif en santé. Ceci est un enjeu politique déterminant pour le futur, puisqu'il s'agit de renverser la vapeur, tant dans nos valeurs que dans nos actions. Cette école de demain se doit d'être un lieu où « transpirent » les valeurs, les attitudes et les comportements liés aux saines habitudes de vie, car celles-ci sont porteuses d'un germe essentiel pour survivre dans une société qui tend toujours vers plus de sédentarité (Nolin, 2015).

Le fait de construire un environnement bâti de l'école qui soit porteur de cette **vision de bien-être et de santé** constitue également une grande avancée dans la mise en place de la politique de réussite éducative. Celle-ci est effectivement centrée sur une éducation qui aura un impact tout au long de la vie. La pratique régulière d'activités physiques permet d'améliorer à court et à long terme les performances cognitives des élèves (Bherer, 2017). **Favoriser le mouvement** chez les élèves améliore non seulement leur santé, mais également leurs performances cognitives. Toutefois, le fait de bouger davantage n'est pas le seul élément jugé favorable à la réussite éducative. La Coalition québécoise sur la problématique de poids (2017) précise que les saines habitudes de vie, telles qu'avoir un mode de vie physiquement actif, une alimentation saine et une image de soi positive, « contribuent à rendre les élèves plus performants sur le plan académique et peuvent être des vecteurs de motivation, d'appartenance et de persévérance scolaire » (p. 71).

L'environnement bâti des nouvelles écoles doit donc **favoriser l'adoption de saines habitudes de vie**, en particulier mettre l'accent sur le mouvement comme facteur de réussite des élèves. Ceux-ci pourront apprendre et se divertir à l'intérieur de l'école comme à l'extérieur. Cet environnement sera alors non seulement favorable à la réussite éducative des élèves à l'école, mais contribuera également à l'adoption de saines habitudes de vie par ces derniers. Ce nouvel environnement symbolisera **un grand pas en avant pour l'enseignement** en éducation physique et à la santé et pour la pratique d'activités physiques quotidiennes et variées. De plus, qui dit nouvelle école dit opportunité, et pourquoi ne pas ajouter « nécessité de s'interroger à propos du futur de l'éducation avec les actrices et acteurs qui y œuvrent ».

Les objectifs de ce mémoire sont donc : 1) d'identifier les **principaux défis** rencontrés par les enseignants d'EPS concernant l'environnement bâti de leur école; 2) d'offrir des recommandations visant à **améliorer cet environnement** dans les écoles d'aujourd'hui et de demain et 3) de partager **la vision de la FÉÉPEQ** et de ses membres concernant l'école de demain qui permettrait réellement de favoriser l'apprentissage et l'adoption de saines habitudes de vie chez les élèves.

Pour répondre à ces objectifs, la FÉÉPEQ a envoyé un questionnaire composé de 24 questions ouvertes à l'ensemble des enseignants d'EPS du Québec. Au total, plus d'une centaine de questionnaires ont été analysés. Les sections qui suivent présentent les résultats obtenus en ce qui concerne les défis et les recommandations identifiés par les répondants ainsi que **leur vision de l'école de demain**.

DÉFIS ET RECOMMANDATIONS

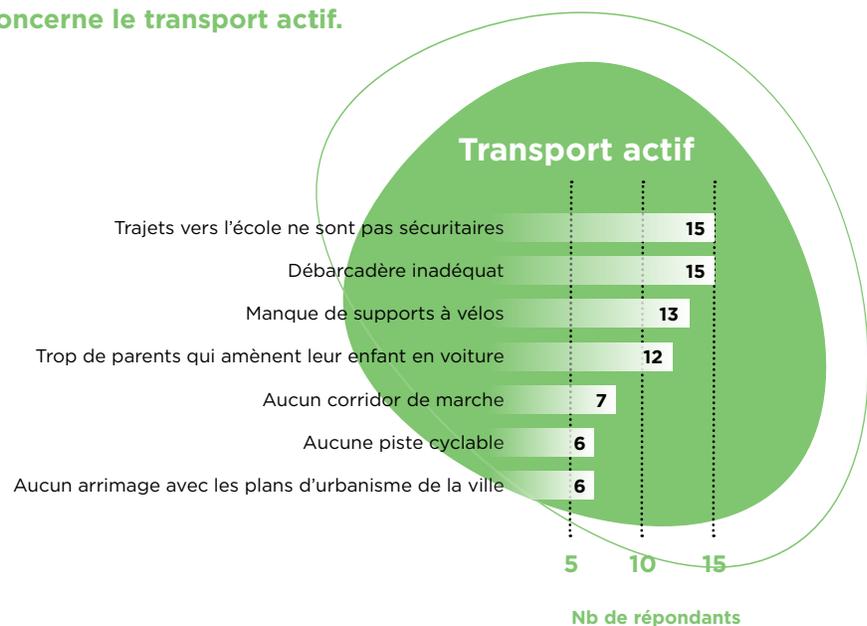
Les défis et les recommandations identifiés par les enseignants d'EPS ayant répondu au questionnaire ont été divisés en six thèmes. Pour chacun des thèmes, les défis seront d'abord présentés à l'aide d'un graphique. Par la suite, les principaux défis seront détaillés davantage sous forme de texte. Pour finir, les recommandations proposées par la FÉÉPEQ seront présentées. Considérons le premier thème abordé, soit le transport actif.

THÈME 1 TRANSPORT ACTIF

Le transport actif est un excellent moyen de permettre aux jeunes d'être plus actifs au quotidien. Par contre, seulement 33 % des élèves utilisent une manière active pour se déplacer de la maison à l'école (Institut national de santé publique du Québec, 2012). Ce pourcentage diminue à 21 % quand on ne compte que les élèves qui font ce trajet pour se rendre à l'école, mais également pour en revenir (Barnes, 2014).

PRINCIPAUX DÉFIS IDENTIFIÉS PAR LES ENSEIGNANTS D'EPS

La Figure 1 permet d'illustrer les principaux défis identifiés par les répondants en ce qui concerne le transport actif.



La sécurité des trajets à pied ou à vélo vers l'école a été mentionnée par 15 enseignants d'EPS. Plus précisément, ces derniers mentionnent que : 1) les pistes cyclables sont peu sécuritaires, notamment à cause d'un accotement trop étroit; 2) certains parents sont pressés le matin et conduisent de façon moins prudente; 3) certaines rues sont difficiles à traverser pour les élèves (sans brigadier) et 4) les trottoirs sont mal entretenus. L'aménagement autour des écoles peut donc être un frein au transport actif (Coalition québécoise sur la problématique du poids, 2017). En ce qui a trait au débarcadère inadéquat, les 15 enseignants d'EPS ayant mentionné ce défi relèvent qu'il est souvent trop petit ou mal situé.

Le manque de supports à vélos en fonction du nombre d'élèves dans l'école a été mentionné par 13 participants. Pourtant, 73 % des écoles primaires du Québec mettent des supports à vélos à la disposition des jeunes (Morin, Lebel, Robitaille et Bisset, 2017). Il se peut alors que ces écoles n'installent pas assez de supports à vélos ou qu'il s'agisse d'un irritant majeur pour les écoles qui n'en ont aucun. Enfin, 12 enseignants d'EPS mentionnent que **trop de parents amènent leur enfant en voiture à l'école**. Ils disent ressentir un désintéressement des parents pour le transport actif, ce qui cause du même coup une présence massive et dangereuse d'automobiles sur le terrain de l'école en début et en fin de journée. Selon les informations recueillies par la Coalition québécoise sur la problématique du poids (2017), il s'agirait peut-être d'un désintéressement de la part des parents, ou d'une peur, fondée ou non, par rapport à la sécurité de leur enfant.

RECOMMANDATIONS DE LA FÉÉPEQ

Au regard des défis soulevés, la FÉÉPEQ émet les recommandations suivantes :
Offrir un aménagement physique sécuritaire favorisant le transport actif (pistes cyclables et corridors de marche sécuritaires autour de l'école, ajout de brigadiers). Un travail de concertation avec la municipalité et la commission scolaire sera nécessaire pour développer un plan de transport actif, car il en est de leur juridiction;

- **Prévoir des mesures d'apaisement de la circulation** (interdiction de stationner devant l'école, débarcadère plus loin de l'école, signalisation claire, présence policière accrue, barrières de ralentissement, limite de vitesse à 30 km/h, etc.);
- **Sensibiliser les parents et la communauté** sur les bienfaits du transport actif;
- **Favoriser et encourager une éducation à la sécurité chez les jeunes**, notamment sur les déplacements actifs;
- **Avoir un dépôt pour le matériel de transport actif des élèves et du personnel de l'école** (ex. planches à roulettes, casques, trottinettes);
- **Avoir un nombre suffisant de supports à vélos et à trottinettes.**

THÈME 2

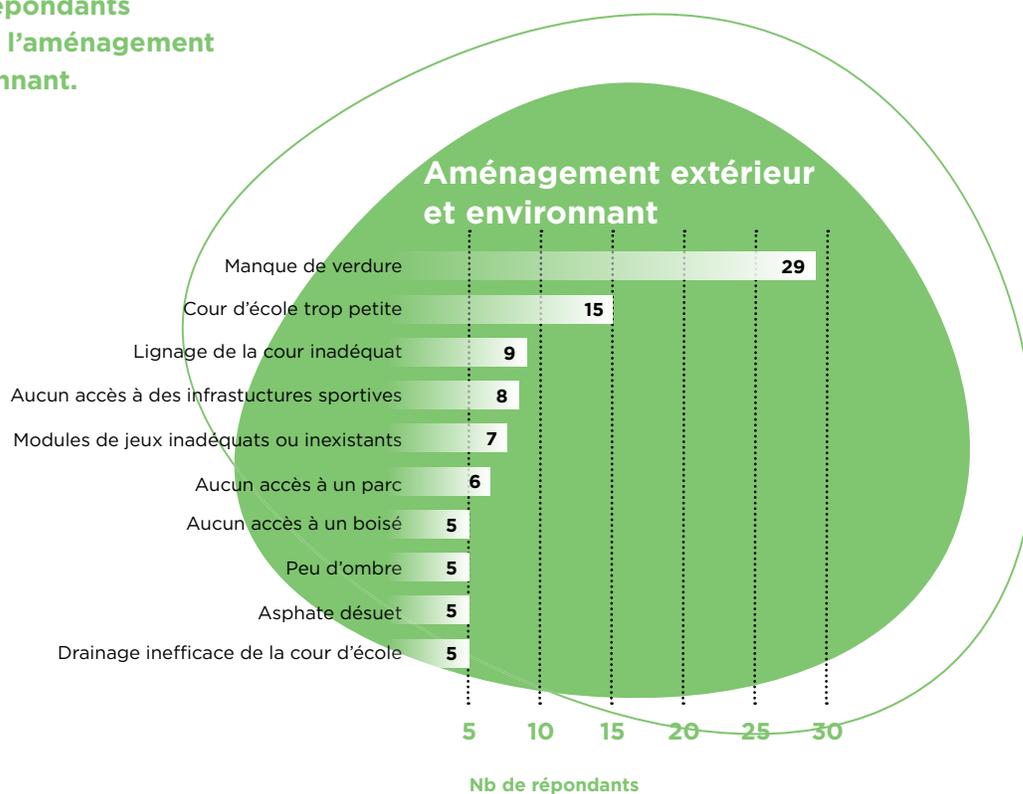
AMÉNAGEMENT EXTÉRIEUR ET ENVIRONNANT DE L'ÉCOLE

Les élèves sont plus susceptibles d'être actifs lorsque l'environnement extérieur de l'école est adéquat (Institut national de santé publique, 2011). De plus, un environnement extérieur bien aménagé semble réduire les comportements violents chez les élèves (Sallis et al., 2001).

Les principaux défis en lien avec l'environnement extérieur et environnant soulevés par les répondants sont identifiés ci-dessous et sont suivis par les recommandations de la FÉÉPEQ.

PRINCIPAUX DÉFIS IDENTIFIÉS PAR LES ENSEIGNANTS D'EPS

La Figure 2 permet d'illustrer les principaux défis identifiés par les répondants en ce qui concerne l'aménagement extérieur et environnant.



Le manque de verdure dans la cour d'école est le principal défi identifié par les enseignants d'EPS du Québec relativement à l'aménagement extérieur. Parmi les 29 répondants ayant identifié ce défi, l'absence ou le manque de gazon et d'arbres dans la cour représentaient les irritants majeurs. La cour d'école trop petite en fonction du nombre d'élèves a été identifiée comme défi par 15 enseignants d'EPS.

Le lignage inadéquat de la cour d'école a été mentionné par 9 participants, ces derniers précisant certains irritants en lien avec ce défi comme : 1) l'absence ou le manque de lignes; 2) les lignes effacées; 3) l'ajout de lignes inutiles dans un but esthétique. Enfin, le fait de n'avoir aucun accès à des infrastructures sportives a été identifié comme un défi par 8 participants. Ces derniers mentionnent qu'ils aimeraient notamment avoir accès à des terrains de soccer et de volleyball, mais également à une patinoire et à une piscine.

RECOMMANDATIONS DE LA FÉÉPEQ

Au regard des défis soulevés, la FÉÉPEQ émet les recommandations suivantes :

- **Avoir des espaces verts** dans la cour d'école avec des arbres, mais également une section ferme et bien entretenue permettant la tenue de jeux organisés;
- **Avoir un lignage adéquat avec des aires de jeux variées adaptées pour tous**, incluant les filles et les élèves habituellement moins actifs : 1) zone de jeux collectifs comme le soccer et le ballon-chasseur; 2) zone de jeux individuels/duels (ballon-poire, paniers de basketball); 3) zone musicale où danser; 4) zone motrice (ex. corde à sauter, jeux de marelle); 5) zone créative et artistique avec des craies et des accessoires de théâtre; 6) zone de marche protégée pour ceux qui veulent tout simplement marcher en sécurité; 7) zone gazonnée pour la gymnastique et les acrobaties et 8) une zone détente avec de l'ombre (zones inspirées par l'école du Boisé-Fabi située à Sherbrooke);
- **Avoir accès** à un parc et à une zone naturelle (ex. : boisé);
- **Avoir des modules de jeux** complémentaires et adaptés pour tous au parc adjacent.
- **Favoriser l'accès à des infrastructures sportives** par un choix judicieux de l'emplacement des écoles ou une collaboration étroite avec la municipalité (accès et transport);
- **Avoir une cour d'école assez grande** considérant le nombre d'élèves dans l'école
- **S'adapter à l'hiver** (endroit naturel pour glisser, espace pour construire des forts et des bonshommes de neige, cibles installées au mur pour lancer des balles de neige en toute sécurité). Ici encore, il faudra une éducation aux comportements sécuritaires auprès des élèves, des surveillants et des instances pour ne pas limiter les activités permises à cause d'un potentiel de risque.

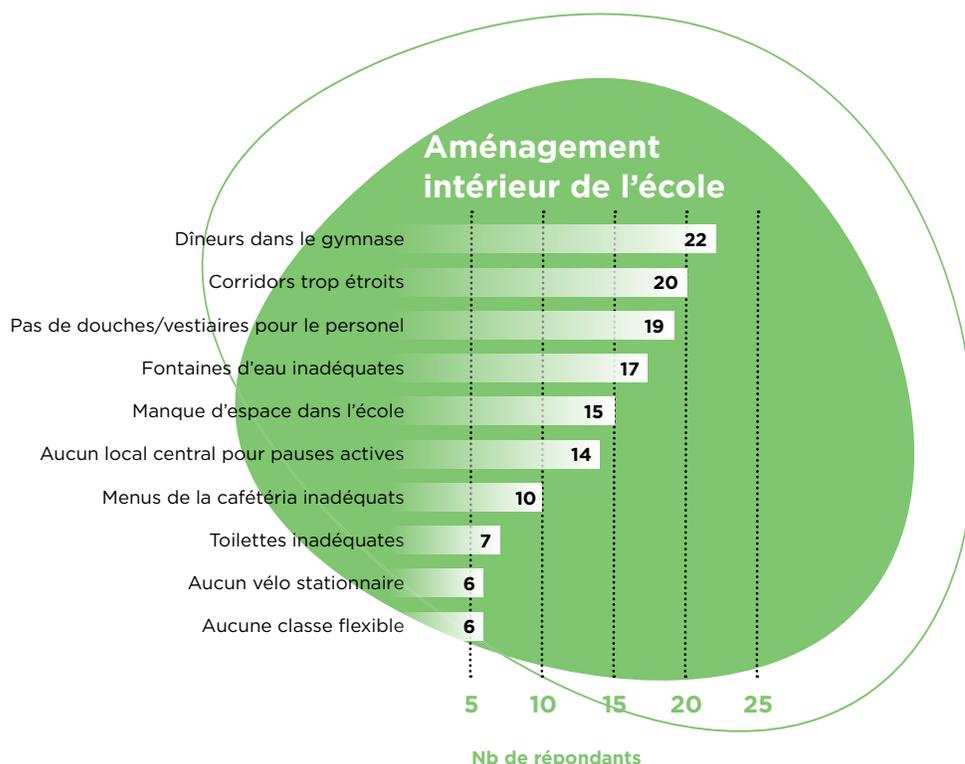
THÈME 3

AMÉNAGEMENT INTÉRIEUR DE L'ÉCOLE

L'aménagement intérieur d'une école peut influencer la disponibilité de l'élève aux apprentissages, mais également le nombre d'opportunités qu'il aura au cours de sa journée pour bouger grâce à des **déplacements actifs dans l'école** ou bien des pauses actives. Par exemple, les corridors d'une école sont des espaces disponibles pour favoriser l'apprentissage moteur et la dépense énergétique des élèves. Par contre, ces espaces sont souvent sous-utilisés puisque les élèves sont tous placés en rang même si cette façon de faire entraîne souvent une gestion difficile des groupes. À l'inverse, **les déplacements actifs et les pauses actives entraîneraient plusieurs bienfaits** chez l'enfant, notamment un meilleur développement moteur et une meilleure santé générale. Pour l'enseignant, les pauses et déplacements actifs pourraient : 1) améliorer le climat de classe, 2) favoriser un meilleur soutien émotionnel entre les élèves et 3) augmenter l'intérêt de l'enfant face aux apprentissages (Paquette, 2017). Les principaux défis en lien avec le l'aménagement intérieur de l'école soulevés par les répondants sont identifiés ci-dessous et sont suivis par les recommandations de la FÉÉPEQ.

PRINCIPAUX DÉFIS IDENTIFIÉS PAR LES ENSEIGNANTS D'EPS

La Figure 3 permet d'illustrer les principaux défis identifiés par les répondants en ce qui concerne l'aménagement intérieur de l'école.



Le principal défi identifié par les répondants relativement à l'aménagement intérieur de l'école est le fait d'avoir des **élèves qui dînent dans le gymnase**. Les irritants associés à ce défi sont nombreux. Les 22 enseignants d'EPS ayant mentionné ce défi identifient trois principaux irritants, à savoir : 1) le gymnase n'est pas disponible pour pratiquer des activités physiques à l'heure du dîner; 2) il devient démotivant de préparer son gymnase avec beaucoup de matériel quand tout doit être démonté chaque midi; 3) les odeurs et la malpropreté qui persistent après le dîner. Vingt enseignants d'EPS soulèvent également un défi lié aux **corridors trop étroits**, ce qui fait en sorte de rendre la circulation des élèves difficile et de freiner la mise en place de pauses ou de déplacements actifs dans l'école.

Le fait de n'avoir aucun vestiaire ni **aucune douche pour le personnel** de l'école représente un défi pour 19 enseignants d'EPS ayant répondu au sondage. Selon eux, il s'agit d'un obstacle important à l'adoption d'un mode de transport actif par le personnel et à la pratique d'activité physique le midi avec les élèves. En ce qui concerne les **fontaines d'eau inadéquates**, 17 enseignants d'EPS identifient comme principaux irritants : 1) le manque de fontaines d'eau dans l'école; 2) leur accès difficile; 3) leur mauvais fonctionnement (pression de l'eau) et 4) le fait que l'eau ne soit pas froide.

Pour le manque d'espace dans l'école mentionné par 15 enseignants d'EPS, ces derniers suggèrent que les écoles actuelles débordent et qu'il y a un **manque flagrant de locaux**, notamment pour les spécialistes, le service de garde et le dîner. De plus, les classes sont beaucoup trop petites pour que les titulaires puissent innover. Enfin, 14 enseignants d'EPS soulignent comme défi dans l'aménagement intérieur de l'école le fait qu'il n'y ait **aucun local central** pour que les enseignants puissent effectuer des pauses actives. Cette situation fait en sorte que pour faire des pauses actives, les enseignants doivent souvent tout déplacer dans leur classe.

RECOMMANDATIONS DE LA FÉÉPEQ

Au regard des défis soulevés, la FÉÉPEQ émet les recommandations suivantes :

- **Avoir une salle polyvalente dans les écoles** ou un 2e gymnase afin d'avoir un espace déterminé pour les pauses actives, mais également pour les divers rassemblements pouvant interférer avec le cours d'EPS;
- **Avoir des douches et des vestiaires réservés au personnel** de l'école afin de favoriser le transport actif et la pratique d'activité physique le midi. Dans une vision d'avoir une école au service de la communauté, ces douches et vestiaires pourraient également servir au membre de la communauté lors d'activités sportives les soirs et les fins de semaine;
- **Élargir et aménager les corridors** afin de favoriser des déplacements actifs (stations actives, tuiles/ruban colorés sur le plancher, technologie, etc.);
- **Agrandir les écoles** pour assurer un espace de travail adéquat pour tous les enseignants (spécialistes inclus) et un espace de vie adéquat pour les élèves;
- Aménager des classes flexibles (pupitres debout ou sur roues, ballons suisses, coussins, tapis, coin détente, etc.);
- **Avoir des fontaines d'eau attrayantes**, fonctionnelles, en nombre suffisant et facilement accessibles du gymnase afin de favoriser une bonne hydratation chez les élèves;
- **Réduire au minimum l'utilisation du gymnase** pour faire manger les élèves afin de permettre la pratique d'activités sportives à l'heure du dîner. Dans un monde idéal, il faudrait un endroit spécifique et approprié pour les repas (ex. cafétéria).

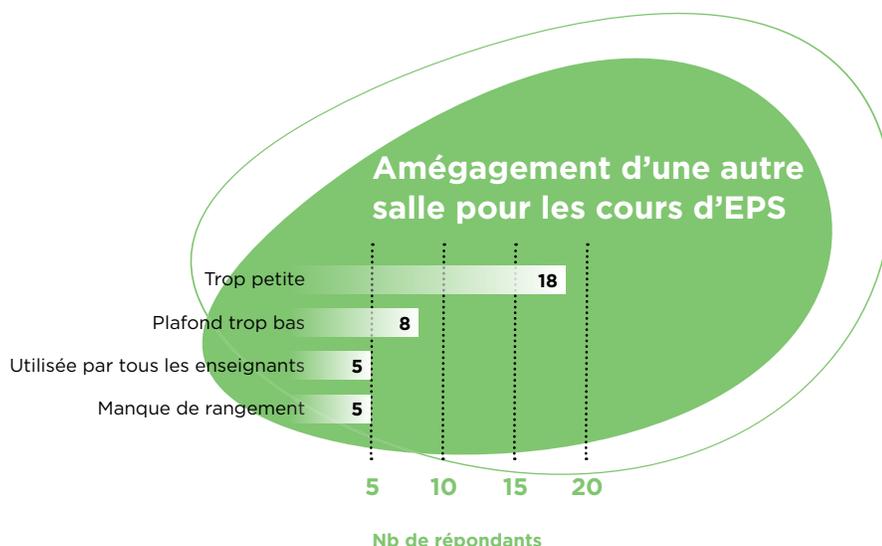
THÈME 4

AMÉNAGEMENT D'UNE AUTRE SALLE POUR LES COURS D'EPS

L'aménagement d'une autre salle pour les cours d'EPS peut influencer le temps d'activité physique quotidien des élèves en leur offrant des cours d'EPS avec un temps d'apprentissage moteur plus élevé. Cette salle peut également être à la disposition des autres enseignants de l'école qui souhaitent faire bouger davantage leurs élèves ou pour favoriser des récréations intérieures plus actives lors d'intempéries. Les principaux défis en lien avec le l'aménagement d'une autre salle pour les cours d'EPS soulevés par les répondants sont identifiés ci-dessous et sont suivis par les recommandations de la FÉÉPEQ.

PRINCIPAUX DÉFIS IDENTIFIÉS PAR LES ENSEIGNANTS D'EPS

La Figure 3 permet d'illustrer les principaux défis identifiés par les répondants en ce qui concerne l'aménagement d'une autre salle pour les cours d'EPS.



Les réponses obtenues pour les défis liés à ce thème sont moins nombreuses parce que ce ne sont pas tous les enseignants d'EPS qui profitent d'une telle salle et qui peuvent s'exprimer sur les irritants rencontrés. Par contre, les résultats montrent que le principal irritant de ce type de salles, mentionné par 18 enseignants d'EPS, est qu'elles sont souvent trop petites. Cela fait en sorte qu'elles permettent rarement d'accueillir adéquatement un groupe complet en EPS. Huit participants ont tout simplement mentionné que le plafond souvent trop bas dans ces salles devenait un frein pour plusieurs activités en EPS.

Alors que les réponses obtenues dans le questionnaire montrent que cinq enseignants d'EPS jugent bon que ce type de salle puisse être utilisé par tous les intervenants sans préciser leur pensée, la Figure 4 nous montre que le même nombre de répondants estiment qu'il s'agit plutôt d'un défi. Leur position est justifiée par deux principaux irritants, soit : 1) le matériel est toujours mal rangé dans la salle; 2) elle devient rapidement sale à cause de l'achalandage. Enfin, le manque de rangement constitue un défi identifié par cinq enseignants. Cela fait en sorte de diminuer les possibilités d'activités dans la salle et de devoir constamment transporter du matériel provenant du gymnase.

RECOMMANDATIONS DE LA FÉÉPEQ

Au regard des défis soulevés, la FÉÉPEQ émet les recommandations suivantes :

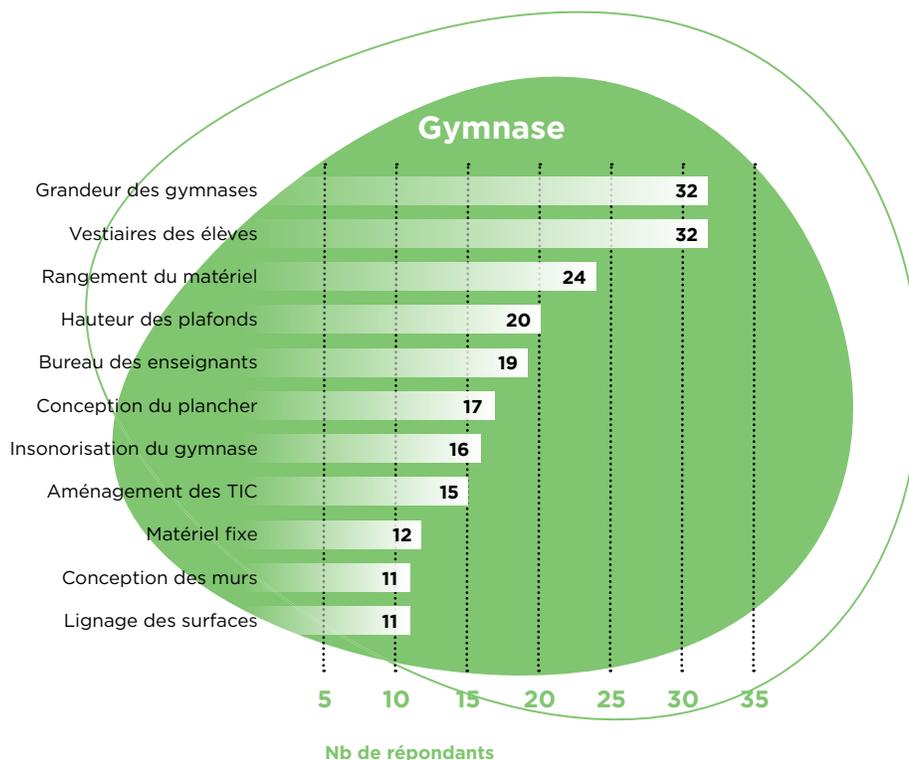
- **S'assurer que la grandeur** d'une telle salle permette d'accueillir au moins un groupe complet de 30 élèves en EPS;
 - **Avoir des tapis disponibles** en tout temps dans la salle;
 - **Avoir un rangement fonctionnel**;
 - S'assurer de la polyvalence de la salle avec un plafond haut et une variété de matériel;
 - **Que la salle puisse être utilisée par tous les intervenants de l'école**, mais en s'assurant d'avoir un système de fonctionnement établi et connu de tous (rangement du matériel, horaire d'utilisation, entretien);
 - **Avoir un projecteur** (TBI ou TNI) pour rendre la salle plus polyvalente pour l'ensemble de l'école.
-

THÈME 5 GYMNASE

Le gymnase est le lieu de prédilection afin d'amener les élèves à développer les compétences nécessaires à l'adoption d'un mode de vie sain et actif. Selon ses caractéristiques (lignage, grandeur, surfaces), il peut influencer la qualité des cours d'EPS qui seront donnés aux élèves. Par contre, dans certains cas, les gymnases sont trop petits et ne permettent plus d'accueillir les élèves dont le nombre est en constante augmentation dans les écoles primaires. De plus, on doit parfois combiner deux et même trois groupes (70+ élèves), ce qui diminue le temps d'apprentissage moteur des élèves et la qualité de l'enseignement qui leur est prodigué. Les principaux défis en lien avec l'aménagement du gymnase soulevés par les répondants sont identifiés ci-dessous et sont suivis des recommandations de la FÉÉPEQ.

PRINCIPAUX DÉFIS IDENTIFIÉS PAR LES ENSEIGNANTS D'EPS

La Figure 5 permet d'illustrer les principaux défis identifiés par les répondants en ce qui concerne le gymnase.



La **grandeur du gymnase** est identifiée par 32 enseignants d'EPS comme un défi important. Les principaux irritants identifiés par ces derniers relativement à un gymnase trop petit sont la **diminution du taux d'engagement moteur** des élèves, le niveau de bruit plus élevé et les accidents qui sont plus nombreux. Les principaux irritants liés aux vestiaires des élèves, un défi également identifié par 32 enseignants d'EPS, sont : 1) leur grandeur (trop petits); 2) leur nombre (un seul vestiaire mixte); 3) le manque de casiers et 4) l'absence de toilettes dans les vestiaires.

Pour ce qui est du **rangement du matériel**, qui est un défi identifié par 24 enseignants d'EPS relativement au gymnase, les principaux irritants mentionnés sont que l'espace de rangement du matériel est : 1) trop petit; 2) mal conçu (ex. portes trop étroites); 3) utilisé par tous, donc beaucoup de circulation et de désordre et 4) mal situé (aucun accès par le gymnase). En ce qui concerne la **hauteur du plafond**, les 20 répondants ayant identifié ce défi mentionnent principalement que le plafond de leur gymnase ne leur permet pas de pratiquer certains sports ou certaines activités comme le volleyball et que les poutres, les conduits de ventilation et l'éclairage réduisent considérablement l'espace disponible.

Le bureau de l'enseignant a été identifié comme un défi par 19 enseignants d'EPS. Ceux-ci mentionnent notamment que leur bureau est : 1) mal situé (inaccessible du gymnase et n'a aucune fenêtre pour voir dans le gymnase); 2) trop petit et 3) désuet. Dix-sept répondants suggèrent plutôt la conception des planchers comme un défi relativement au gymnase de l'école. Certains planchers semblent être trop durs (béton, tuiles) et occasionner davantage de blessures chez les élèves. D'autres sont trop glissants ou trop fragiles et se détériorent rapidement.

L'insonorisation du gymnase est identifiée comme un défi par 16 enseignants d'EPS. Ces derniers mentionnent que le manque de panneaux acoustiques dans les murs et l'absence d'un rideau coupe-son lors du coenseignement rend le gymnase bruyant et très écho. Deux participants précisent toutefois que les panneaux acoustiques dans leur gymnase se décrochent ou que le gymnase est tout de même très bruyant avec plus de 300 panneaux acoustiques. Il faut donc **se questionner sur la qualité des matériaux utilisés**, sur leur disposition et sur le type de matériaux utilisés pour les différentes surfaces du gymnase. Enfin, l'aménagement pour **l'intégration des technologies de l'information** et de communication (TIC), identifié comme un défi par 15 enseignants d'EPS, cible principalement les tableaux intelligents. En effet, outre l'absence complète de TIC, les participants trouvent irritant lorsqu'un tel tableau est sur roulettes au lieu d'être fixe avec un accès direct par le gymnase ou lorsqu'il n'est pas centré dans le gymnase (ex. dans un coin).

RECOMMANDATIONS DE LA FÉÉPEQ

Au regard des défis soulevés, la FÉÉPEQ émet les recommandations suivantes :

- **Lors de la construction des gymnases**, prévoir un gymnase plus grand¹ pour pallier à une augmentation du nombre d'élèves et assurer la sécurité des élèves. Un gymnase devrait être assez grand pour contenir au moins trois terrains de badminton;
- **Il serait également intéressant de construire un deuxième gymnase** plutôt que d'agrandir le premier, ce qui réduirait le niveau sonore lors des cours d'EPS. Ainsi, les enseignants en EPS auraient toujours un gymnase dédié à leur enseignement alors que l'autre gymnase pourrait être utilisé pour d'autres besoins du milieu;
- **Avoir un espace de rangement assez grand et accessible** par le gymnase. Celui-ci devra également être fonctionnel (ex. cavités dans les murs pour les buts et les matelas, trappes dans le sol du gymnase pour ranger les poteaux de volleyball/badminton);
- **Prévoir et établir des normes de performance** pour l'ensemble des matériaux utilisés dans la construction des gymnases (plancher, murs, plafond, type d'éclairage, etc.)
- **S'assurer de construire le plafond assez haut** et exempt d'obstacles (ventilation, éclairage, poutres) afin de ne pas limiter les activités possibles;
- **Prévoir deux vestiaires adjacents** au gymnase et assez grands pour accueillir confortablement tous les élèves afin de diminuer les conflits possibles
- **Le bureau des enseignants devrait être assez grand** selon le nombre d'enseignants et accessible par le gymnase avec une fenêtre permettant de voir ce qui s'y déroule;
- **Avoir un gymnase avec des couleurs plus attrayantes** et le logo de l'école au centre
- **Avoir du matériel de qualité en quantité suffisante** pour tous les élèves. De plus, avoir du matériel fixe permettant de répondre aux exigences du programme (ex. mur d'escalade ou espaliers pour grimper).

1. Il est difficile de faire une recommandation précise : le nombre d'élèves varie d'une école à une autre, et ce nombre fluctue dans le temps. Aussi, il faut anticiper que la population va augmenter et donc, il faut prévoir, qu'à long terme, il y aura plus d'utilisateurs.

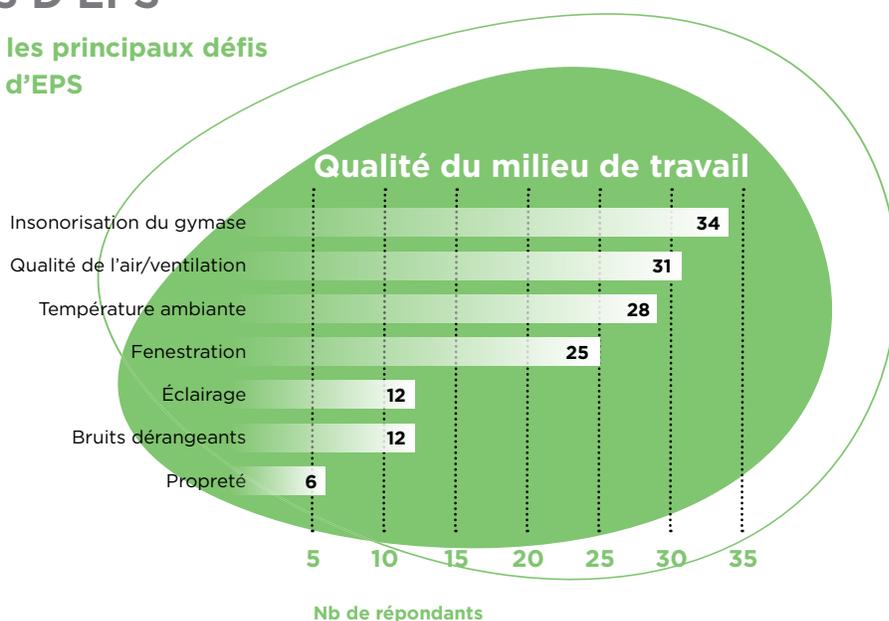
THÈME 6

QUALITÉ DU MILIEU DE TRAVAIL DES ENSEIGNANTS D'EPS

Un grand nombre d'enseignants d'EPS développent des problèmes d'audition au cours de leur carrière (Coalition québécoise sur la problématique du poids, 2017). La qualité du milieu de travail des enseignants d'EPS, soit le gymnase, constitue également le milieu d'apprentissage des élèves. Il est donc doublement important d'identifier les défis relatifs à ce milieu de travail. Les principaux défis en lien avec la qualité du milieu de travail des enseignants d'EPS sont identifiés ci-dessous et sont suivis des recommandations de la FÉÉPEQ.

PRINCIPAUX DÉFIS IDENTIFIÉS PAR LES ENSEIGNANTS D'EPS

La Figure 6 permet d'illustrer les principaux défis identifiés par les enseignants d'EPS en ce qui concerne la qualité de leur milieu de travail.



L'insonorisation est le principal défi identifié par les répondants par rapport à la qualité de leur milieu de travail, alors que 34 d'entre eux ont mentionné différents irritants causés par ce défi, à savoir : 1) la sonorisation et l'acoustique pitoyables (rideau ne coupe pas le son, aucun panneau acoustique dans les murs); 2) un écho assourdissant; 3) la difficulté de transmettre des connaissances et 4) le défi supplémentaire que cela cause aux élèves TDA/H. En ce qui a trait à la qualité de l'air et de la ventilation, 31 enseignants d'EPS mentionnent comme principal irritant **la qualité de l'air médiocre** dans leur gymnase. Ces derniers expliquent cette situation par : 1) l'absence de ventilation; 2) la mauvaise qualité de la ventilation existante; 3) les bris de la ventilation existante qui ne sont pas réparés et 4) des conduits de ventilation sales qui sont très rarement nettoyés.

Quant à **la température ambiante**, elle est identifiée comme un défi par 28 enseignants d'ÉPS. Plus précisément, ces derniers mentionnent comme principaux irritants : 1) la température gérée par la commission scolaire qui ne peut être ajustée par l'enseignant; 2) l'absence de systèmes de chauffage ou de climatisation adéquats; 3) la température inconstante selon les saisons, les classes et le moment de la journée (ex. : 15 degrés le matin, 25 degrés l'après-midi).

La fenestration représente un défi pour 25 enseignants d'ÉPS. Plus précisément, ces derniers déplorent : 1) l'absence ou le manque de fenêtres; 2) les fenêtres trop basses qui empêchent l'utilisation des murs pour certaines activités et 3) les fenêtres qui ne s'ouvrent pas ou qui sont difficiles à ouvrir.

En ce qui concerne **l'éclairage**, un défi identifié par 12 enseignants d'ÉPS, les principaux irritants sont en lien avec : 1) un éclairage trop sombre ou désuet; 2) des ampoules souvent brûlées et remplacées dans des délais déraisonnables (ex. 6 mois); 3) des lumières qui prennent trop de temps à allumer; 4) des interrupteurs divisés des deux côtés du gymnase. Enfin, 12 enseignants d'ÉPS ont identifié les bruits dérangeants comme défi en lien avec la qualité de leur milieu de travail. Outre **le bruit général** durant les cours d'ÉPS, ces derniers identifient notamment une ventilation bruyante et des lumières qui émettent un bruit constant comme principaux irritants pour ce défi.

RECOMMANDATIONS DE LA FÉÉPEQ

Au regard des défis soulevés, la FÉÉPEQ émet les recommandations suivantes :

- **Diminuer le bruit dans le gymnase** : 1) ajouter des panneaux acoustiques au mur et au plafond; 2) ajouter un mur séparateur amovible qui s'insère dans des cavités murales ou bien un rideau coupe-son; 3) utiliser des matériaux de construction qui absorbent davantage les sons pour les différentes surfaces du gymnase; 4) éviter le plus possible l'enseignement à deux groupes et encore plus à trois groupes en s'assurant d'avoir un nombre de plateaux adéquat selon le nombre d'élèves dans l'école; 5) éviter les systèmes de ventilation et d'éclairage qui émettent un bruit constant; 6) offrir des bouchons sur mesure de qualité à tous les enseignants d'ÉPS qui en font la demande et 7) favoriser la construction de murs convexes pour absorber le son (référence : école Sans-Frontières de Montréal);
- **Améliorer la fenestration du gymnase** en ajoutant de grandes fenêtres en hauteur auxquelles sera installé un mécanisme afin d'ajuster la luminosité en fonction du moment de la journée;
- **Améliorer la qualité de l'air** en installant un système de ventilation de qualité et s'assurer de l'entretenir de façon régulière;
- **Améliorer la température ambiante** en s'assurant d'avoir une isolation efficace et des systèmes de chauffage et de climatisation adéquats dans le gymnase. L'enseignant d'ÉPS devrait avoir la possibilité d'ajuster la température dans son gymnase;
- **Améliorer la qualité de l'éclairage** dans les gymnases en ayant plus de lumière et que les ampoules utilisées soient plus claires, plus durables et à allumage rapide (ex. : ampoules au DEL).

L'ÉCOLE DE DEMAIN

COMMENT LES ENSEIGNANTS D'EPS LA VOIT-ELLE?

Les recommandations qui précèdent relativement à l'environnement bâti des écoles sont inspirées des réponses obtenues dans le questionnaire. Les enseignants d'EPS ont également été questionnés sur leur vision d'une école de demain qui favoriserait les apprentissages et les saines habitudes de vie. L'histoire qui suit permet de mettre de l'avant les principaux éléments qui ressortent des réponses des répondants en plus d'y intégrer les recommandations proposées précédemment. Cette histoire illustre la vision de la FÉÉPEQ au regard de l'école de demain.

L'école de demain vue par un enseignant d'EPS du primaire

Je me réveille ce matin et après un bon déjeuner, je quitte la maison à vélo pour me rendre à l'école. Je croise plusieurs élèves qui portent fièrement leur casque et qui respectent les règles de sécurité à vélo apprises lors de leurs cours d'EPS. Dernièrement, la municipalité a travaillé de concert avec mon école afin de développer un plan pour le transport actif. Depuis cette collaboration, les pistes cyclables et les corridors de marche sont beaucoup plus sécuritaires. Je distingue justement en chemin la nouvelle signalisation qui indique clairement aux automobilistes la limite de vitesse de 30 km/h et la présence d'écoliers. Depuis que le débarcadère est situé à un endroit stratégique, soit à 400 mètres de l'école avec une interdiction de stationner aux alentours de l'école, la circulation s'est grandement améliorée le matin et le soir en plus de permettre à tous les élèves venant en voiture de marcher un peu chaque matin dans un corridor de marche aménagé spécialement pour eux. J'arrive finalement à l'école et je range mon vélo dans un des nombreux supports disponibles. Je vois du coin de l'œil des élèves qui sont venus en trottinette et qui vont les ranger dans le dépôt de matériel extérieur réservé à cet effet.

Dernièrement, la municipalité a travaillé de concert avec mon école afin de développer un plan pour le transport actif.

Plusieurs élèves sont dans la cour d'école en train de s'amuser. Alors que la plupart s'affairent déjà à participer à des jeux organisés sur la partie asphaltée de la cour ou à jouer dans les modules de jeux, d'autres préfèrent lire un livre à l'ombre sous les arbres ou bien pratiquer une chorégraphie de danse sur la partie gazonnée de la cour. J'arrive un peu en avance et je décide donc d'aller me promener un peu dans le boisé situé à côté de l'école. Beaucoup d'élèves adorent venir se promener ici ou aller jouer dans le parc adjacent à l'école durant les heures de classe, mais aussi le soir et la fin de semaine en famille. En revenant du boisé, je vois notre butte naturelle qui a permis à plusieurs élèves de s'amuser à glisser cet hiver, tout comme les cibles fixées au mur de l'école qui ont permis à beaucoup d'élèves de combler leur plaisir naturel de lancer des balles de neige, et ce, dans un contexte sécuritaire.

J'adore ma cour d'école qui est assez grande pour accueillir tous les élèves, mais je dois avouer que j'apprécie également la collaboration avec la municipalité qui me permet de sortir de cette cour d'école lors de mes cours d'EPS pour profiter pleinement des infrastructures sportives à proximité telles que la patinoire et le terrain de soccer synthétique. Avant de rentrer dans l'école, je vois l'espace qui est réservé chaque année au jardin de l'école; jardin qui est sous la responsabilité de la classe de 4^e année, mais tous doivent participer à son entretien, et les produits qu'on en tire sont utilisés par la cafétéria de l'école.

La cafétéria de notre école est un grand lieu calme où les enfants peuvent manger des repas santé. Tout comme le reste de notre école, elle profite d'une belle luminosité naturelle. Les dîners se déroulant dans la cafétéria, **mon gymnase est libre chaque midi** pour organiser différentes activités physiques et des joutes de ligues sportives. Il s'agit d'un des nombreux moyens mis en place pour augmenter le temps d'activité physique chez les jeunes de mon école, les autres étant d'avoir : 1) deux heures et demie d'éducation physique chaque semaine; 2) deux récréations obligatoires de 30 minutes chaque jour; 3) 20 minutes d'activité physique chaque matin pour commencer la journée et 4) des pauses actives dirigées par les titulaires de classe. Mon trajet à vélo m'ayant donné chaud, je me dirige vers le vestiaire du personnel de l'école pour prendre ma douche avant de donner mon premier cours, mais je m'arrête avant à une de nos nombreuses fontaines d'eau pour prendre une bonne gorgée d'eau froide. Une fois ma douche terminée, j'emprunte le corridor qui mène à mon bureau. Nos nouveaux corridors actifs sont larges et aménagés de différentes stations actives. Pour montrer l'exemple, je réalise les deux stations actives qui me séparent de mon gymnase et effectue également les déplacements proposés sur les affiches et indiqués au sol par des rubans colorés.

La cafétéria de notre école est un grand lieu calme où les enfants peuvent manger des repas santé.

J'enseigne mon premier cours dans la salle polyvalente à des élèves de 2^e année puisque ma collègue enseigne à un groupe de 6^e année dans le gymnase double à la première période. Cette salle est assez grande pour accueillir facilement un groupe et est munie d'un projecteur qui me sera très utile pour faire mon échauffement dansant avec mes élèves et présenter une vidéo d'introduction à la prochaine situation d'apprentissage! J'entre ensuite dans le dépôt de matériel spécifique à notre salle polyvalente et je sors le nombre de tapis dont j'aurai besoin pour mon cours. Le ménage de la salle a été fait et les enseignants qui l'ont utilisée hier après les cours pour leur activité de yoga ont bien rangé les tapis selon les indications laissées dans le dépôt de matériel.

Oups! La cloche sonne bientôt je dois aller chercher mes élèves en classe. Je circule donc activement de nouveau dans les corridors en croisant les enseignantes d'anglais et de musique, qui ont chacune leur propre local, tout comme le service de garde. Notre école est en effet assez grande pour offrir un espace vital essentiel à tous les élèves, mais également aux membres du personnel. Cet espace est également bien utilisé par les titulaires de classe qui en profitent pour offrir un aménagement flexible à leurs élèves. J'arrive alors à ma classe de 2^e année où les élèves se détendent sur des coussins au centre de la classe après leurs 20 minutes d'activité physique matinale quotidienne.

La cloche sonne la fin du cours. La titulaire de 2^e année vient donc chercher ses élèves et je me déplace vers le gymnase où j'enseignerai avec ma collègue à deux classes de 4^e année. Ce type d'enseignement se fait bien dans notre gymnase, puisqu'il est assez grand pour accueillir 60 élèves. Le plafond est également très haut et exempt de tout obstacle, ce qui me permet justement de faire du mini-volley avec mes élèves de 4^e année. Je rejoins ma collègue dans notre grand bureau directement accessible par le gymnase, mais également par le corridor. Par la fenêtre de notre bureau, je peux voir les deux classes qui arrivent au gymnase. Je sors donc les accueillir, et les garçons et les filles se séparent dans les deux grands vestiaires situés près de notre bureau. Les premiers élèves qui entrent dans le gymnase sont stupéfaits des nouvelles couleurs attrayantes des murs et du logo de l'école peinturé au centre du gymnase durant la semaine de relâche. Une fois leur stupeur passée, ils nous aident à sortir les poteaux de volleyball cachés dans des trappes dans le sol du gymnase et vont chercher les ballons de volleyball dans notre dépôt de matériel fonctionnel et accessible par le gymnase afin de débiter leur échauffement.

Les premiers élèves qui entrent dans le gymnase sont stupéfaits des nouvelles couleurs attrayantes des murs et du logo de l'école

Il est agréable de travailler dans mon gymnase puisque la luminosité naturelle est incroyable. De grandes fenêtres sont installées dans le haut du gymnase, ce qui permet à beaucoup de lumière d'entrer sans aveugler les élèves ou restreindre l'utilisation des murs. Des ampoules DEL viennent compléter cette luminosité naturelle durant les journées moins ensoleillées. Ces lumières sont claires, non jaunâtres, et s'allument rapidement le matin quand j'arrive à l'école. Même si les fenêtres en hauteur ne s'ouvrent pas, la température dans le gymnase est stable grâce à des systèmes de chauffage et de climatisation que je peux ajuster au besoin. Je sens également que ma santé n'est pas en péril dans mon gymnase. En effet, la qualité de l'air s'est beaucoup améliorée depuis l'installation d'un système de ventilation de qualité qui est entretenu régulièrement. Finalement, le niveau de bruit dans le gymnase s'est grandement amélioré depuis la pose de panneaux acoustiques sur les murs et le plafond. De plus, nous avons déjà un rideau coupe-son pour séparer le gymnase lorsque nous étions deux groupes. Les matériaux utilisés pour les différentes surfaces de notre gymnase absorbent bien les sons et le système de ventilation et l'éclairage n'émettent aucun bruit désagréable. Ma collègue et moi évitons normalement d'enseigner les deux dans le gymnase lorsque la salle polyvalente est disponible, mais lorsqu'elle ne l'est pas et que nous devons enseigner à deux groupes en même temps, j'utilise mes bouchons sur mesure fournis par ma commission scolaire afin de diminuer les effets néfastes du bruit sur ma santé.

Puis... le réveil sonne! NONNN! Ce n'était qu'un rêve! Si l'école de demain pouvait réellement ressembler à ça, ce serait merveilleux pour la réussite éducative des élèves et pour leur santé... mais également pour celle des membres du personnel. Essayons de travailler ensemble pour que cela se produise.

Si l'école de demain pouvait réellement ressembler à ça, ce serait merveilleux pour la réussite éducative des élèves et pour leur santé... mais également pour celle des membres du personnel.

CONCLUSION

Les plus récentes annonces dans le domaine de l'éducation visent à favoriser la réussite éducative des jeunes. Pour atteindre ce but, plusieurs avenues sont envisagées. Par contre, celle qui nous semble la plus pertinente est de favoriser l'adoption de saines habitudes de vie chez les élèves. En effet, avoir de saines habitudes de vie permet d'améliorer les performances cognitives des élèves. Il importe alors de faire connaître cette relation gagnant-gagnant afin de maximiser l'intégration des saines habitudes de vie à l'école au bénéfice de la santé et de la réussite éducative (Coalition québécoise sur la problématique du poids, 2017). Les recommandations émises par la FÉÉPEQ dans le présent mémoire vont en ce sens. Ces dernières visent à répondre aux principaux défis identifiés par des enseignants d'EPS du Québec relativement à l'environnement bâti des écoles. Nous espérons que ces recommandations sauront guider les décideurs dans leurs choix au regard de l'environnement bâti des écoles de demain afin de placer l'élève dans des conditions d'apprentissage optimales.

Outre l'environnement bâti des écoles, qui représente un excellent point de départ pour les changements à venir, il nous semble également pertinent de nous interroger sur trois autres aspects si nous souhaitons faire des écoles des milieux qui permettent l'adoption de saines habitudes de vie, soit : 1) la sécurité et la prise de risques 2) l'intégration de la technologie et 3) la formation des intervenants. En premier lieu, il faudrait réfléchir à la position des écoles au regard de la sécurité et de la prise de risques par les élèves (Coalition québécoise sur la problématique du poids, 2017). En effet, les réponses à notre questionnaire montrent que l'appréhension de poursuites judiciaires semble mener à l'établissement de règles qui restreignent l'activité physique des jeunes (ex. : pas le droit de courir dans la cour d'école). Pourtant, **une prise de risques bien encadrée permet** à l'enfant de développer différentes habiletés, de prendre confiance en lui et de tester ses limites. Une réflexion devrait donc avoir lieu dans le milieu de l'éducation quant à l'importance de laisser les élèves prendre des risques à l'école en construisant des infrastructures scolaires qui permettent aux jeunes d'apprendre par le jeu dans un environnement qui est sécuritaire de par son aménagement physique et non par les interventions et règlements imposés de les protéger.

En second lieu, ne perdons pas de vue que **le gymnase est d'abord et avant tout un lieu d'enseignement de l'éducation physique** et à la santé. Intégrer des nouvelles technologies fera partie des défis de demain; toutefois, il ne faudra pas le faire au détriment de l'enseignement et de la pédagogie de l'éducation physique et à la santé pour favoriser un moment de divertissement momentané ou d'apprentissages pouvant se réaliser en classe.

En troisième lieu, la formation des intervenants du milieu scolaire semble essentielle si on veut que l'adoption de saines habitudes de vie par les élèves soit réellement l'affaire de tous. **Les enseignants d'EPS doivent être des piliers en matière de saines habitudes de vie** en ayant la formation nécessaire en accompagnement professionnel afin d'être en mesure d'accompagner les autres intervenants de l'école notamment dans leurs initiatives en éducation à la santé. Pour leur part, les titulaires de classe devraient avoir une formation en éducation à la santé afin de se sentir compétents de mettre en place des initiatives dans ce domaine avec l'aide de l'enseignant d'EPS. De cette façon, tout ne reposerait pas seulement sur les épaules de ce dernier.

Pour terminer ce mémoire, nous tenons à remercier tous les acteurs du milieu de l'éducation qui ont pris le temps de répondre à notre questionnaire, notamment les enseignants d'EPS. Vos réponses et vos idées ont permis à la FÉÉPEQ d'offrir des recommandations qui tiennent compte de la réalité dans laquelle vous travaillez tous les jours.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Barnes, J. (2014). *Le Canada est-il dans la course?* Le Bulletin 2014 de l'activité physique chez les jeunes de Jeunes en forme Canada.

Bherer, L. (2017). Améliorez les performances cognitives... sans médicaments! *Le Spécialiste*, 19(3), 22-23.

Coalition québécoise sur la problématique du poids (2017). *Virage santé à l'école, 10 ans plus tard : constats et recommandations*. Repéré à <http://cqpp.qc.ca/app/uploads/2017/09/Virage-sante-10-ans-plus-tard.pdf>

Institut National de Santé publique du Québec (2012). *Promotion du transport actif et sécuritaire à l'école primaire*.

Repéré à <https://www.inspq.qc.ca/prevention-traumatismes/transport-actif-et-securitaire-a-l-ecole-primaire>

Institut national de santé publique du Québec (2011). *L'environnement bâti et la pratique d'activité physique chez les jeunes*. Repéré à https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1230_EnvironBatiActivitePhysiqueJeunes.pdf

Morin, P., Lebel, A., Robitaille, E. et Bisset, S. (2016). Socioeconomic factors influence physical activity and sport in Quebec schools. *Journal of School Health*, 86(11), 841-851.

Nolin, B. (2015). Niveau d'activité physique de la population québécoise : pas d'amélioration depuis 2005. Repéré à http://www.kino-quebec.qc.ca/publications/Enquete_niv_actphys_quebécois.pdf

Paquette, M. (2017). *La pause active dans la classe primaire : effets sur les interactions dans le groupe (mémoire de maîtrise inédit)*, Université du Québec à Montréal.

Sallis, J. F., Conway, T. L., Prochaska, J. J., McKenzie, T. L., Marshall, S. J. et Brown, M. (2001). The Association of school environments with youth physical activity. *American Journal of Public Health*, 91 (4), 618-620.



**Fédération des éducateurs et éducatrices
physiques enseignants du Québec**

Université de Sherbrooke - FASAP
2500, boul. de l'Université
Sherbrooke, Québec J1K 2R1

Direction et communications
819 821-8000, poste 62716
info@feepeq.com

Agent de bureau
819 821-8000 poste 63799
agentbureau@feepeq.com