

Aménagement de l'environnement scolaire

Pour un mode
de vie actif,
tout au long
de la vie

JE BOUGE + à l'école



L'AMENAGEMENT DES SALLES DE CLASSE

La recherche scientifique montre que l'aménagement de la salle de classe est un facteur impactant l'activité physique et le temps sédentaire des enfants en classe. Un nombre croissant d'expériences met en évidence qu'un aménagement et un ameublement adaptés permettent de favoriser le mouvement des enfants en classe, et contribuent à augmenter leur niveau d'activité physique (1,2,3,4,5,6). Il a également été rapporté que le fait de travailler debout à des tables, de bouger pendant la classe et d'utiliser une variété de postures augmentait la dépense énergétique des élèves, ainsi que leur attention (7,8).

Concept né en Amérique du nord, les « classes d'apprentissage flexibles » préconisent de remplacer les bureaux individuels par une panoplie de sièges et de tables de hauteurs différentes à disposition des enfants, qui choisissent alors où et dans quelle position travailler. Ce type d'aménagement, en plus de diminuer la sédentarité des enfants, favoriserait également leur attention en classe.

Les classes d'apprentissage flexibles offrent à l'enfant la possibilité d'apprendre dans des postures variées :

- Couchés à plat ventre directement au sol ou sur un tapis ;
- Assis dans différentes positions au sol, avec ou sans coussin ;
- Assis sur différentes formes d'appui : une caisse, un banc, un tabouret, un gros ballon, une chaise, etc ;
- Assis en indien ou sur les genoux, sur un coussin, à une table basse ;
- Debout avec appui sur une table haute ou table rétractable.



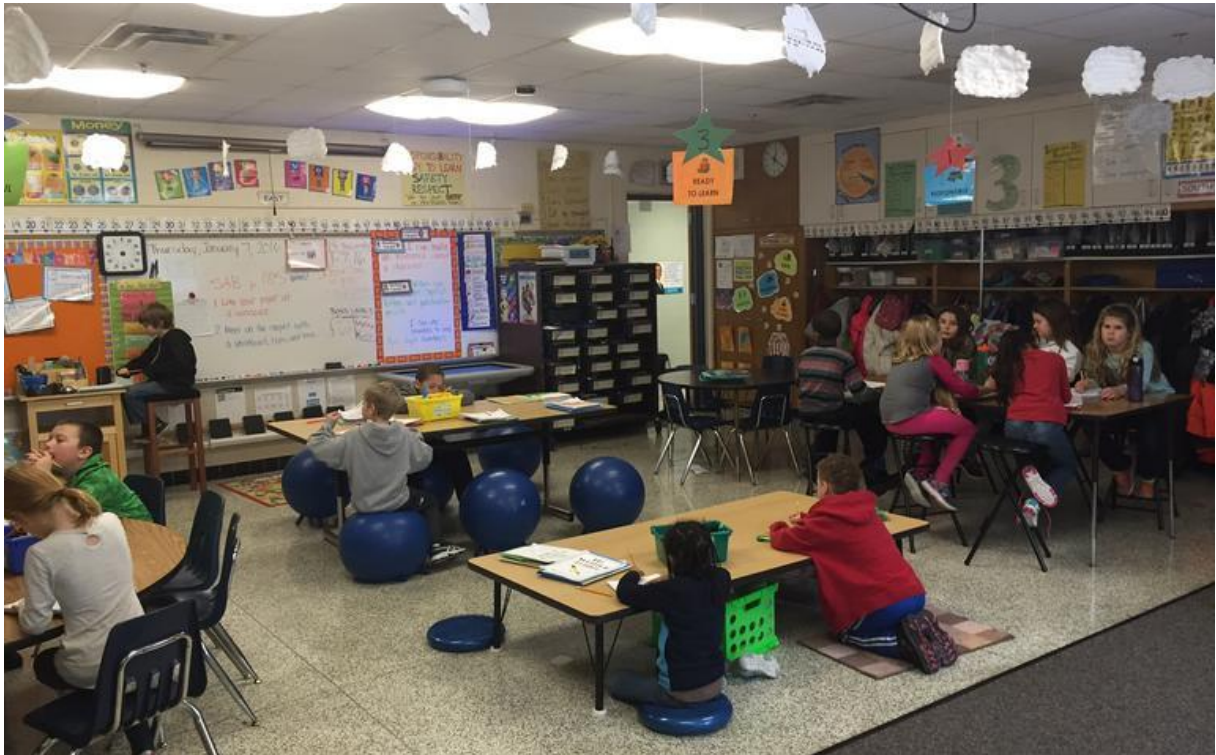
[Classe flexible 1] [Image] Repéré à <https://www.familiesmagazine.com.au/flexible-learning-spaces/>

Bien sûr, ces aménagements nécessitent un certain investissement financier, mais comme dans tout projet innovant, il est toujours possible de dépasser ces freins avec de la volonté et de l'imagination. En fonction de la taille et du nombre d'élèves, du budget, on peut choisir

d'aménager tout ou partie de la salle et de faire une rotation des enfants dans la journée ou dans la semaine...

Vous trouverez ici un certain nombre de ressources afin de vous aider dans l'aménagement de votre classe :

- Le site des *intelligences multiples* et celui de *Hop Toys*, listant le matériel envisageable et présentant des exemples de configurations : https://www.intelligences-multiples.org/intelligences-multiples2/classe-flexible/#_ftn1
<https://www.bloghoptoys.fr/8-produits-essentiels-pour-amenager-une-classe-flexible>
- Le site de Josiane Caron Santha, ergothérapeute, qui propose une vidéo explicative sur les classes d'apprentissage flexibles : <https://www.josianecaronsantha.com/blog/miniformations-l-amenagement-flexible-classe-flexible-flexible-seating>
- Le site *Prim à bord* qui propose plusieurs articles et retours d'expériences sur l'aménagement de la classe : https://primabord.eduscol.education.fr/amenager-l-espace?debut_articles=0#pagination_articles



[Classe flexible 2] [Image] Repéré à <https://www.rivertowns.net/news/education/4005318-goodbye-desks-hastings-classrooms-add-flexible-learning-spaces>

L'AMENAGEMENT DES COULOIRS

Au-delà de l'espace classe, les couloirs peuvent également représenter un espace intéressant pour favoriser l'activité physique spontanée chez les enfants. Certaines écoles ont ainsi mis en place des installations offrant des espaces ludiques d'activités physiques et permettant de développer la motricité des élèves dans leurs couloirs.

L'avantage ? De telles installations peuvent être réalisées à moindre coût en utilisant uniquement des rubans adhésifs de couleurs !

Nous vous recommandons pour ce faire de regarder les vidéo mises à disposition par l'école Jean Lemay https://www.youtube.com/watch?v=qGiyDo5R_Kk et Emilie-Gamelin https://www.youtube.com/watch?v=7QSHB_ZB0Lc.



[Couloir actif] [Image] Repéré à <https://www.csdqs.qc.ca/2018/07/03/ca-bouge-a-gerin-lajoie/>

L'AMENAGEMENT EXTERIEUR DES COURS DE RECREATION

L'Institut des Rencontres de la Forme (IRFO) est une association reconnue d'intérêt général ayant pour vocation d'encourager les français à adopter un mode de vie plus actif pour accéder à une meilleure qualité de vie. Dans le cadre de son action les *Chemins de la Forme*, l'IRFO a développé des ressources permettant aux écoles et collectivités d'aménager ou réaménager des cours d'écoles sous forme de tracés au sol et sur les murs, et ce à moindre coût.

<https://irfo.fr/chemins-de-forme/chemins-de-forme-a-lecole/>

Ces aménagements, construits en synergie avec l'Education Nationale, sont également des outils pour les enseignants et animateurs du périscolaire de par les thématiques abordées et les fiches pédagogiques accompagnant les tracés. Après avoir contacté l'équipe de l'IRFO, des CDs de tracés de cours d'écoles vous seront remis. Ces CDs contiennent les fiches techniques pour aider l'équipe technique de la ville à la réalisation des tracés et des fiches pédagogiques à destination des équipes éducatives pour faciliter l'exploitation des tracés.

Le choix des tracés peut être fait sous forme de projet pédagogique dans chaque école, faisant participer enseignants et enfants, en leur laissant la liberté de choisir les tracés qui correspondront à leur projet.

Les tracés sont adaptés aux âges et capacités de l'enfant, et permettent de jouer, seul ou à plusieurs, encadré ou en temps libre, sur des thématiques guidant l'enfant vers les prémices des apprentissages scolaires fondamentaux (Cycle 1) et vers l'éducation à la route (Cycles 2 & 3).



[Aménagement récréation 1] [Image] Repéré à <https://irfo.fr/chemins-de-forme/chemins-de-forme-a-lecole/>

[Aménagement récréation 2] [Image] Repéré à <https://irfo.fr/chemins-de-forme/chemins-de-forme-a-lecole/>

RÉFÉRENCES

- 1 Kidokoro, T., Shimizu, Y., Edamoto, K., & Annear, M. (2019). Classroom Standing Desks and Time-Series Variation in Sedentary Behavior and Physical Activity among Primary School Children. *International journal of environmental research and public health*, 16(11), 1892.
- 2 Cardon G, De Clercq D, De Bourdeaudhuij I, Breithecker D. Sitting habits in elementary schoolchildren: A traditional versus a “moving school”. *Patient Educ Couns*. 2004 08;54(2):133-42.
- 3 Lanningham-Foster L, Foster RC, McCrady SK, Manohar CU, Jensen TB, Mitre NG, et al. Changing the school environment to increase physical activity in children. *Obesity (Silver Spring)*. 2008 08; 16(8):1849-53.
- 4 Benden ME, Wendel ML, Jeffrey CE, Zhao H, Morales ML. Within-subjects analysis of the effects of a stand-biased classroom intervention on energy expenditure. *Journal of Exercise Physiology*. 2012; 15(2):9-19.
- 5 Benden ME, Blake JJ, Wendel ML, Huber Jr. JC. The impact of stand-biased desks in classrooms on calorie expenditure in children. *American Journal Public Health*. 2011 08; 101(8):1433-6.
- 6 Blake JJ, Benden ME, Wendel ML. Using stand/sit workstations in classrooms: Lessons learned from a pilot study in Texas. *Journal of Public Health Management and Practice*. 2012; 18(5):412-5.
- 7 Dornhecker, M., Blake, J. J., Benden, M., Zhao, H., & Wendel, M. (2015). The effect of stand-biased desks on academic engagement: An exploratory study. *International journal of health promotion and education*, 53(5), 271-280.
- 8 Astorino, T., Baker, J., Brock, S., Dalleck, L., Goulet, E., Gotshall, R., ... & Lim, Y. A. (2012). Within-subjects analysis of the effects of a stand-biased classroom intervention on energy expenditure. *Journal of Exercise Physiologyonline*, 15(2).