



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de l'Éducation nationale,  
de l'Enfance et de la Jeunesse



## Dossier de presse

### CLEVER MOVE

**Un label pour les écoles  
et les maisons relais en mouvement**

**15 juin 2017**

## Du concept « Bewegte Schule und Maison relais » au label « clever move »

*Le projet « Bewegte Schule und Maison relais » a pour objectif de donner aux enfants tous les jours l'occasion et de s'adonner à de multiples activités physiques pendant 15 à 20 minutes, intégrées dans les cours. Les bienfaits d'une activité physique régulière se ressentent non seulement sur la santé et sur le développement de l'enfant, mais aussi sur sa capacité à se concentrer et sa disposition à apprendre.*

*Le projet, lancé dans trois communes – Fischbach, Larochette et Nommern – en 2014, puis élargi à dix communes en pour l'année scolaire 2016/2017, profite déjà à 2.500 élèves inscrits dans les maisons relais et les écoles fondamentales de Bissen, Boevange/Attert, Lintgen, Lorentzweiler, Mersch, Saeul et Vichten.*

*L'évaluation scientifique du projet « Bewegte Schule und Maison relais », réalisée par l'Institute of Applied Educational Sciences de l'Université du Luxembourg, a montré des résultats très positifs. Un groupe de travail a aussi été constitué en vue de généraliser l'offre au niveau national.*

*Le label de qualité « clever move » a été créé pour récompenser les écoles et les maisons relais qui s'engagent pour le mouvement à travers « Bewegte Schule und Maison relais ». Les premiers labels sont remis des mains du ministre de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse, Claude Meisch, et du ministre des Sports, Romain Schneider, au cours d'une journée d'action, le 15 juin 2017.*

*La plateforme internet [www.clevermove.lu](http://www.clevermove.lu) reprend de nombreux exemples d'activités à pratiquer en classe ou à la maison relais.*

### 1. BOUGER PLUS, POUR APPRENDRE MIEUX

---

De nos jours une grande partie des enfants et des adolescents manquent de temps et d'espace pour satisfaire à leur envie et leur besoin de mouvement. Avec les années, l'activité physique a progressivement diminué, les transports publics ou privés ayant remplacé le chemin de l'école à pied, les ordinateurs, tablettes et autres smartphones s'étant substitués aux jeux en plein air, ... Les conséquences de ce manque de mouvement sont connues : surcharge pondérale, problèmes de dos dus à une musculature dorsale trop faible, maux de tête, insomnies.

Au Luxembourg, une étude exhaustive sur la motricité et l'état de santé des jeunes résidents publiée en 2006 a révélé qu'un enfant sur cinq était en surpoids ou frappé d'obésité (15% des filles et 20% des garçons affichaient des kilos en trop dès l'enseignement fondamental). Les études pointaient aussi du doigt les fréquents maux de têtes (près d'un enfant sur cinq disait en souffrir au moins une fois par semaine), de ventre ou de dos (13%) et les insomnies (14%). Un enfant et un jeune sur cinq sont régulièrement traités par un médecin.

Les effets positifs d'une activité physique et sportive régulière sur la santé sont reconnus. Le mouvement et l'activité physique jouent également un rôle essentiel dans le développement moteur, cognitif, émotionnel et social des enfants.

Pendant longtemps, le cours d'éducation physique obligatoire a été considéré comme le seul cadre dans lequel pouvaient s'exercer des activités physiques dans le contexte scolaire. Des pauses actives pendant l'horaire régulier et des aménagements favorisant le mouvement et la participation sont une solution pour permettre aux enfants de bouger plus et plus souvent. Cette activité régulière trouve naturellement sa place dans le quotidien en classe.

Les effets bénéfiques sont multiples : en mobilisant tous leurs sens, les élèves **apprennent plus durablement** et sont **plus concentrés**, les **compétences sociales et communicatives** sont développées, le **climat en classe** est plus détendu, les enfants prennent **confiance** en eux.

Au niveau de la santé physique, on note une meilleure irrigation du cerveau et l'amélioration de l'équilibre et de la coordination des mouvements.

## 2. LE PROJET « BEWEGTE SCHULE UND MAISON RELAIS »

---

Le projet « *Bewegte Schule und Maison relais* » (École et Maison relais en mouvement) a débuté en 2014, pour une durée de deux ans, dans trois écoles fondamentales. En 2016-2017, il a été élargi à dix communes : Bissen, Boevange-sur-Attert, Fischbach, Larochette, Lorentzweiler, Lintgen, Mersch, Nommern, Saeul et Vichten.

Le concept École et Maison relais en mouvement est simple : en dehors des cours d'éducation physique hebdomadaires obligatoires, les enfants **ont tous les jours, pendant 15 à 20 minutes**, l'occasion de bouger et de se dépenser. Les enseignants peuvent choisir les activités parmi les fiches pédagogiques qui sont mises à leur disposition.

Si, au début de la phase test, le mouvement **accompagnait surtout l'enseignement**, par quelques minutes de détente, des stations assises dynamiques – sur un siège ballon – ou debout, il est ensuite devenu **faire partie intégrante du cours et a servi de base pour apprendre** : par exemple raconter une histoire en marchant, saisir physiquement les objets à analyser, faire des expériences en utilisant son propre corps.

Dans les **maisons relais**, l'activité physique est favorisée autour du moment consacré aux devoirs. Les « devoirs en mouvement » peuvent s'appliquer à toutes les matières, des techniques de relaxation ou des exercices de coordination, comme le jonglage, peuvent être appliqués.

L'Institute of Applied Educational Sciences de l'Université du Luxembourg a accompagné et évalué le projet à travers des tests et questionnaires réalisés. Les résultats sont très positifs : les exercices de détente et de relaxation ont été appliqués majoritairement jusqu'à 5 fois ou entre 5 et 10 fois par semaine, ce qui témoigne d'une bonne acceptation à la fois des enseignants et des élèves. Du point de vue des enseignants, les élèves ont bien adhéré au concept.



Nommer, cycle 1



Larochette, cycle 4

Les élèves des écoles participant au projet depuis un an et demi ont répondu à la question: « As-tu aimé participer aux exercices de mouvement? » Le graphique ci-dessous reprend leurs réponses: oui, très volontiers (en vert) / plus ou moins (en orange) / non, pas volontiers (en rouge)

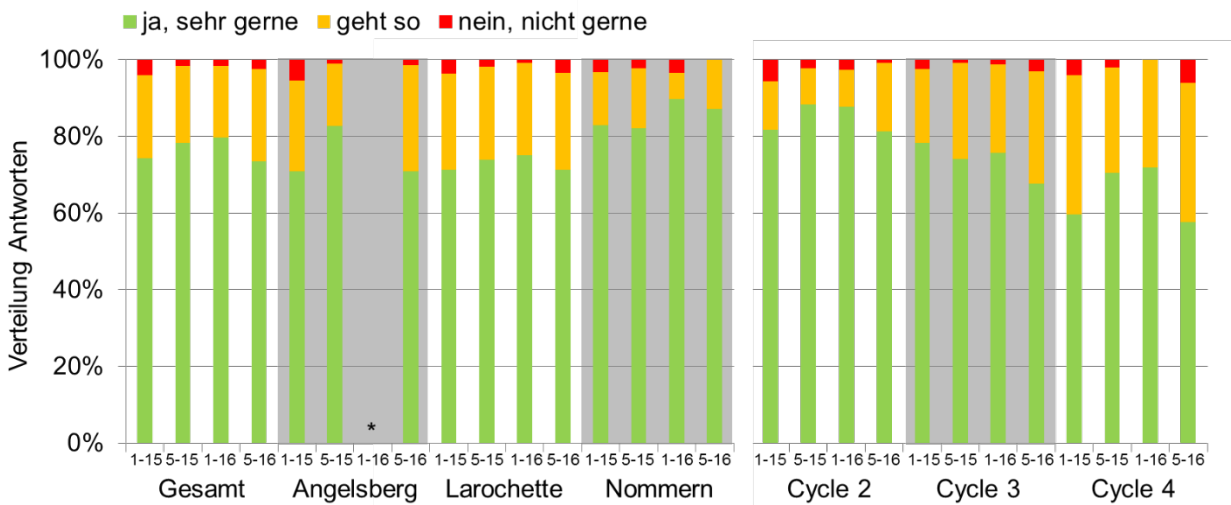


Abbildung 1. Ergebnisse der Prozessevaluation SchülerInnen nach Schulen und Cyclen – „Hast Du gerne bei den Bewegungsübungen mitgemacht?“ Bund A., Scheuer C. (2016)

Les **résultats** de l'enquête menée auprès des **parents** sont, eux aussi, très positifs.

60 à 70% des parents d'élèves disent avoir remarqué des changements positifs chez leur enfant. Par exemple, 67% affirment que leur enfant a plus de plaisir à participer aux activités physiques et sportives et au cours d'éducation physique à l'école. 61% remarquent une meilleure coordination des mouvements. La plupart des parents constatent des progrès concernant l'ambiance à l'école et dans la salle de classe.

Un peu plus de 60% disent que leur enfant va plus volontiers à l'école et a une meilleure relation avec son enseignant et ses camarades. De plus, il raconte davantage ce qui se passe à l'école (63%) et paraît, de façon générale, plus équilibré (62%).

**64 %** des parents ont remarqué chez leurs enfants **des progrès par rapport aux exigences du programme scolaire.**

Quelques citations des participants :

*"D'Bewegungsübungen bréngen d'Kanner a mech oft un d'Laachen, wat als Konsequenz huet, dass een méi locker, méi entspaant a méi zefridden un déi nächst Unterréchtsstonn erugeet."* (enseignant C2.1 Bissen)

*"No der Bewegungspaus kann ech mech besser konzentréieren"* (élève C3 – Saeul)

*"Eise Kapp kritt duerch d'Bewegungsspiller eng Paus a mir gi fit."* (élève C2.2 Bissen)

*"Mäi Kapp gött méi kal an duerno kann ech erëm besser nodenken."* (élève C2.2 Bissen)

*"Säitdeem mir d'Bewegungsübungen reegelméisseg maachen, fällt et mir méi liicht, dës Bewegungspausen am Schoulalldag anzebauen. Si gehéieren einfach dozou."* (enseignant C2.2 Bissen)

*"Ich mag die Bewegungspausen, weil das einfach anders ist, als die ganze Zeit auf den Stühlen zu sitzen. Und wir machen fast immer tolle und witzige Sachen."* (élève C4.1 Angelsberg)

*„Mäi Kand freet sech op d'Hausaufgaben, wa mir se mat Bewegung maachen. Ech freeë mech, well mir si séier fäerdeg an d'Vokabelen sëtzen.“* (parents d'élève, Nommern)

### 3. LE LABEL DE QUALITÉ « CLEVER MOVE »

---

Un groupe de travail a été constitué en vue de généraliser l'offre « *Bewegte Schule und Maison relais* » au niveau national.

Le label de qualité « *clever move* » a été élaboré pour récompenser les écoles et maisons relais qui ont rejoint le projet. Trois critères sont à respecter pour obtenir le label (pour les maisons relais, les critères sont adaptés aux situations de devoirs):

- 3/4 des enseignants doivent s'engager à intégrer chaque jour 20 minutes d'activités physiques dans leur enseignement ;
- l'école doit garantir à chaque enfant son « temps de mouvement » (p.ex cours d'éducation physique, de natation, récréations ...);
- une fois par trimestre le thème de *Bewegte Schule* est abordé au niveau du cycle d'enseignement.

Le label de qualité « *clever move 2017* » est remis à huit écoles fondamentales (Bissen, Fischbach, Larochette, Lorentzweiler, Mersch (C1+C2), Nommern, Saeul et Vichten) et à une maison relais (Vichten).



Ils sont remis au cours de la journée d'action, le 15 juin 2017.

### 4. UNE JOURNÉE D'ACTION

---

Chaque école participant au projet « *Bewegte Schule und Maison relais* » a envoyé deux classes à la journée d'action organisée à l'Institut national du sport, le 15 juin 2017. 230 élèves de 15 classes participent à des jeux sportifs, en compagnie de leurs enseignants.

08:45 – 09:15	Accueil des classes
09:15 – 09:30	Warm-up en commun
09:40 – 12:30	Ateliers animés par des élèves et des moniteurs du Sportslycée
12:30 – 13:45	Repas à la cantine de l'INS
13:45 – 14:30	Zumba

14:30 – 15:00 Remise du label « *clever move* » par Claude Meisch, ministre de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse, et Romain Schneider, ministre des Sports

## 5. [WWW.CLEVERMOVE.LU](http://WWW.CLEVERMOVE.LU)

---

Le portail internet [www.clevermove.lu](http://www.clevermove.lu) propose des idées d'activités physiques et de jeux à réaliser avec les enfants et des informations sur la formation pour les enseignants, ainsi que sur le label de qualité « *clever move* ».

L'objectif est de motiver un maximum d'écoles à participer volontairement au mouvement « *Bewegte Schule und Maison relais* » pour favoriser l'apprentissage et améliorer la qualité de l'enseignement.



## Bibliographie

Bös, K. (2006) et al. : Gesundheit, motorische Leistungsfähigkeit und körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Luxemburg. MENFP, MS, DMS, Luxemburg

Breithecker, D.; Dordel, S. (2003): Bewegte Schule als Chance einer Förderung der Lern- und Leistungsfähigkeit. *Wiesbaden/Köln*.

Bund A., Scheuer C. (2016): Abschlussbericht zum Forschungsprojekt "Bewegter Unterricht in Luxemburg". Universität Luxemburg, ECCS, education, culture, cognition and society.

Trudeau F., Laurencelle L., Tremblay J., Rajic M., and Shephard R.J. (1998): Follow-up of the Trois-Rivières Growth and Development longitudinal study. *Pediatric Exercise Science*, 10, 368-377.