



### Des outils pédagogiques pour participer au Grand Défi Vivez Bougez avec sa classe

Le **Grand Défi Vivez Bougez (GDVB)** est un projet original, innovant, qui a peu d'équivalent en France et au monde.

En effet, le **GDVB** est le fruit d'un travail étroit entre enseignants et chercheurs, entre pédagogie et sciences. Tous les outils que nous avons créés, toutes les formations proposées, toutes les actions développées sur le terrain ont fait l'objet d'une validation pédagogique et scientifique.

Cette deuxième newsletter est importante puisqu'elle va vous permettre de découvrir l'ancrage théorique du **GDVB** mais également de vous familiariser avec les outils pédagogiques qui vous seront proposés, ainsi qu'avec la notion d'« Événement Grand Défi ».



### Une action ancrée théoriquement

Outre le fait qu'il s'agisse d'une action unique en France faisant la promotion de l'activité physique chez les enfants âgés entre 6 et 11 ans, le **GDVB** possède également une autre singularité : il s'agit d'une intervention ancrée théoriquement ! Plus concrètement, cela signifie que chacune des séances du guide pédagogique qui vous est distribué a été conçue et réfléchi afin d'avoir un impact spécifique sur certaines représentations et croyances considérées comme fondamentales pour augmenter le niveau d'activité physique des enfants.

Le modèle théorique sur lequel s'appuie le **GDVB** se nomme **la théorie des comportements planifiés**. Issu des travaux d'un chercheur dénommé Icek Ajzen, ce modèle considère que tout **comportement** (par exemple faire de l'activité physique) est induit par une **intention** (une motivation), elle-même dépendante de variables comme les attitudes (évaluations positives ou négatives envers l'activité physique), les normes subjectives (perceptions de ce que pensent ou font les autres significatifs importants comme les parents ou les amis) et le contrôle perçu (capacités perçues à adopter un style de vie actif, confiance en soi). Agissent également sur l'**intention** et le **comportement** deux autres variables qui sont la planification (déterminer quand, avec qui, combien de fois, où et comment pratiquer des activités physiques) et l'accès à des événements d'activités physiques (opportunités offertes pour pratiquer).

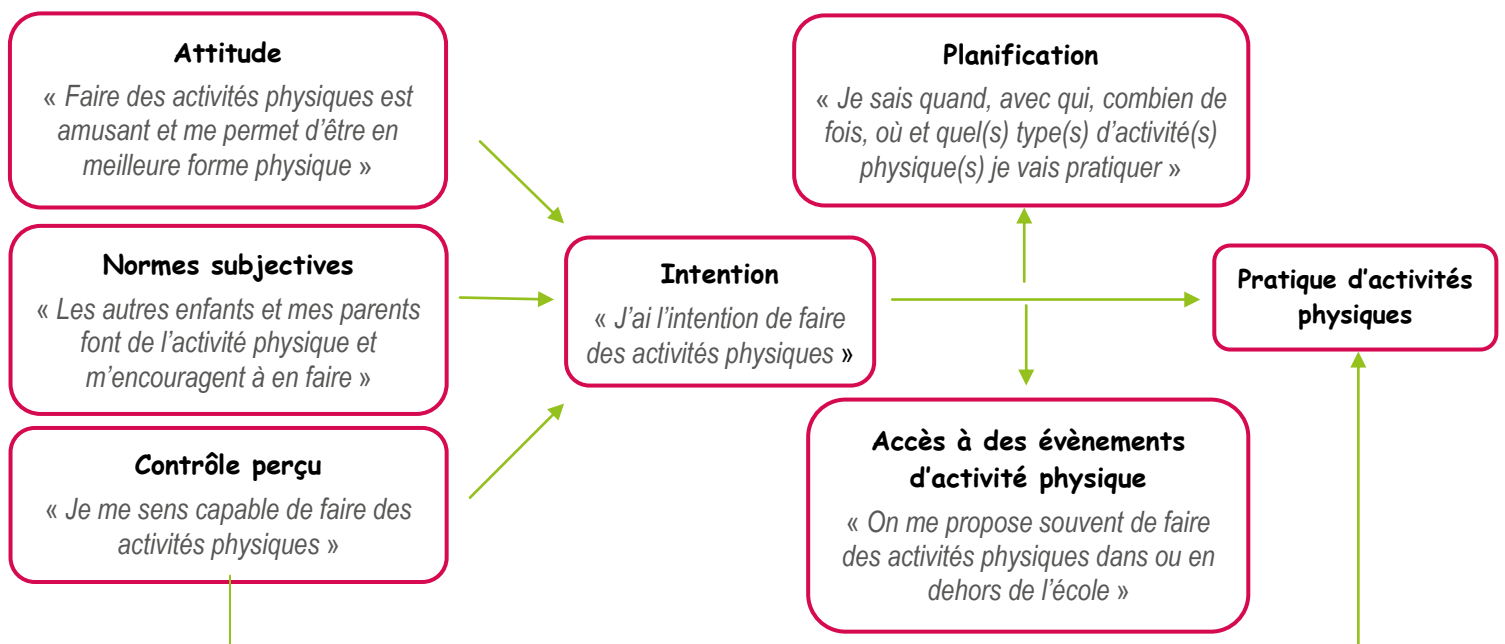


Figure : Présentation de la théorie des comportements planifiés

Partant de ce modèle théorique et de l'analyse de la littérature scientifique, nous avons décidé de diviser le GDVB en deux phases :

- ❖ Une phase dite de « **motivation** » (du 20 février au 5 mars) qui a pour but de développer les attitudes, les normes et le contrôle perçu pour créer de l'intention. D'un point de vue pédagogique c'est la phase d'apport de connaissances et de compétences.
- ❖ Une phase dite « **action** » (du 6 mars au 2 avril) qui a pour but de transformer les intentions en comportement, c'est-à-dire en pratique d'activités physiques. C'est la phase de cumul de cubes énergie.

## Des outils pédagogiques à disposition des enseignants

Les enseignants jouent un rôle essentiel dans le Grand Défi Vivez Bougez, en apportant aux élèves des connaissances sur l'importance de l'activité physique pour la santé, en les inscrivant dans un projet concret, fédérateur qui touche directement l'enfant dans son quotidien, etc.

Pour vous accompagner dans vos missions, l'équipe du GDVB met à votre disposition un ensemble d'outils ancrés pédagogiquement et scientifiquement dont voici une présentation en avant première !

### Le petit carnet Vivez Bougez :

Il y en aura un par élève. Ils permettent à l'enfant de s'entraîner au GDVB pendant la phase dite « motivation » et d'enregistrer les cubes énergie pendant la phase dite « action » (que ce soit pendant les temps scolaires, périscolaires ou familiaux).  
A chaque enseignant de trouver son fonctionnement pour aider les élèves à intégrer dans ce petit carnet Vivez Bougez les cubes énergie cumulés au cours des différents temps éducatifs.  
Les petits carnets Vivez Bougez seront envoyés aux écoles début janvier 2017 et devront si possible être distribués aux élèves le 20 février 2017, premier jour de la phase dite de motivation.

### Les films :

Vous aurez à votre disposition, deux films de 8 à 9 minutes chacun.  
Leur utilisation est développée dans le guide pédagogique.  
Le premier film intitulé « **Présentation du Grand Défi Vivez Bougez** » peut être utilisé pour présenter le GDVB aux enfants comme aux parents.  
Le deuxième film, intitulé « **Parlons d'activité physiques** », est constitué des témoignages de différents acteurs (enseignants, parents, enfants, élus, sportifs, médecin,...) qui expliquent pourquoi il est important de pratiquer régulièrement des activités physiques.  
Il est plus spécifiquement à destination des enfants.

### Le guide pédagogique :

C'est le cœur du protocole pédagogique. Il est composé de 9 séances détaillées et concrètes. Nous y avons également intégré une présentation des principes théoriques qui ont orienté notre réflexion. Les outils présentés par la suite sont en lien direct avec le guide pédagogique.  
Il vous est envoyé avec cette deuxième newsletter

### Le site internet du GDVB ([www.gdvv.fr](http://www.gdvv.fr)) :

C'est le cœur du Grand Défi Vivez Bougez.  
Chaque école participant au projet disposera d'un accès privé qu'elle pourra renseigner à partir du 26 janvier 2017. Elle pourra ainsi enregistrer les cubes énergies cumulés par toutes les classes de l'école participant au GDVB, faire part des « Evènements Grand Défi » qu'elle aura organisés ou encore présenter aux élèves l'évolution du nombre de cubes énergie cumulés, que ce soit par l'école ou par tous les participants au projet (plus de 12 000 élèves). Vous y trouverez également des ressources pédagogiques et scientifiques, les films présentés dans cette newsletter, ...  
Ce site constituera enfin un outil de communication à destination des parents, des personnels communaux et de tout acteur investi dans le Grand Défi Vivez Bougez.

## Une séance du guide pédagogique à préparer en équipe enseignante

Investir les familles et associer la plus large communauté éducative possible autour du **Grand Défi Vivez Bougez** (cf. page 30 du guide pédagogique)

Cette séance consiste à organiser une table ronde **entre le 20 février et le 05 mars 2017**.

Elle n'est bien évidemment pas obligatoire, mais nous vous encourageons à la mettre en œuvre.

Elle peut permettre de fédérer les acteurs (familles, personnels périscolaires, élus, éducateurs sportifs...) autour du **Grand Défi Vivez Bougez** et d'initier un projet spécifique à l'école. Il n'est pas indispensable d'avoir de grandes ambitions, l'organisation d'un « Événement **Grand Défi** » en commun serait déjà formidable.

Le contenu comme les outils nécessaires à l'organisation de cette séance (PowerPoint, vidéo etc.) vous sont fournis avec le guide pédagogique.

## Des « Évènements Grand Défi », au cœur du Grand Défi Vivez Bougez

Un « Événement **Grand Défi** » est un temps qui permet aux enfants de cumuler des cubes énergie de façon ludique, si possible en famille. Il peut durer au minimum quinze minutes (ex: une zumba de 15 mn à l'entrée des classes avec, pourquoi pas, la participation des parents) à toute une journée ou plus (ex: un relai dans l'école ou encore une randonnée).

L'organisation d'« Évènements **Grand Défi** » est une mission qui incombe aux élus pour les weekends et aux enseignants pour les temps scolaires. Les familles ou tout autre acteur éducatif peuvent également en créer sur des temps qui les concernent, ou en partenariat avec les enseignants.

Si on se réfère au modèle théorique présenté en première page de cette newsletter, les « Évènements **Grand Défi** » sont importants car ils permettent d'agir sur la variable « **Accès à des évènements d'activité physique** », ce qui facilite la transformation des intentions en comportement.

Les communes, communautés de communes, agglomérations et métropoles sont sollicitées par l'équipe du **Grand Défi Vivez Bougez** pour labelliser et/ou créer des « **Évènements Grand Défi** » chaque weekend du mois du **GDVB**.

Les enseignants quant à eux sont encouragés à créer un « Événement **Grand Défi** » par semaine. Ce n'est pas une obligation, bien évidemment, mais cela participe pleinement à la dynamique collective qui caractérise le projet du **Grand Défi Vivez Bougez**.



*Zumba géante à l'école Victor Hugo à Trescol*

## Votre prochaine newsletter

**Janvier 2017 :**

Comment favoriser la pratique d'activités physiques de nos enfants sur les temps familiaux, scolaires et périscolaires ?