ACTIVEFORHEALTH.EU



D2.3
Work package 2 – Results of the Pilot Actions

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Co-funded by the European Union

Rapport sur les actions pilotes

Le programme EHLA Active Day illustre la mise en œuvre concrète du projet européen « Actions pour un mode de vie sain ». S'appuyant sur les lignes directrices communes de l'EHLA, les partenaires aux Pays-Bas, en Italie et en Turquie ont élaboré et mis en œuvre trois interventions nationales distinctes, adaptées aux besoins locaux, au contexte éducatif et aux opportunités existantes.

Bien que les approches diffèrent, elles partageaient des objectifs et des principes de mise en œuvre communs. Ensemble, ces interventions ont touché plus de 3 100 enfants et ont impliqué les écoles, les enseignants, les entraîneurs, les familles et les organisations locales dans la promotion de l'activité physique et de modes de vie plus sains.

Ce livrable 4.1 présente le développement, la mise en œuvre et l'évaluation du programme EHLA Active Day. Il synthétise les expériences et les résultats des trois pays participants, identifie les enseignements tirés et les meilleures pratiques transposables, et formule des recommandations pour les mises en œuvre futures.

Ce rapport démontre comment un cadre européen commun peut se traduire en actions locales concrètes, tout en contribuant à l'ambition plus large de l'EHLA de faire de l'activité physique une partie naturelle et inclusive de la vie quotidienne.

Deliverable D4.1 – Report of results of the awareness programme

Deliverable Number	D4.1	**Lead Beneficiary**	4 - SportDrenthe
Deliverable Name	Report of results of the awareness programme		
Type	R — Document, report	**Dissemination Level**	PU - Public
Due Date (month)	24	**Work Package No**	WP4

Description
Online document in English summarising the main results achieved during the awareness campaign, from the design of the programme, the organisation of the activities to the monitoring and evaluation of the impact of the activities to achieve the project's objectives. The report will highlight most relevant activities and target actors that have participated. 40 pages. Available on the project's website for free. Data will be collected through the app, and the organisers of the events who will provide a short summary of the event and results. Periodically, this information will be uploaded on the project's website as part of the dissemination activities and highlight the engagement of stakeholders.

Table des matières

01	Introduction	01
02	From Guidelines to National Practice	06
03	National Implementation	08
04	Results	14
05	Lessons Learned	23
06	Best Practices	25
07	Conclusions	27
08	Recommendations	29
09	Appendices	36

1. Introduction

1.1 Contexte de la journée d'activité EHLA

L'Alliance européenne pour un mode de vie sain (EHLA) a lancé le projet EHLA Active Day afin d'encourager des modes de vie plus actifs chez les enfants et les jeunes à travers l'Europe. Ce projet a été mis en place en réponse à l'inquiétude croissante concernant la sédentarité et la baisse du niveau d'activité physique quotidienne chez les enfants d'âge scolaire.

Soutenue par le programme Erasmus+ Sport, la Journée active EHLA a réuni des partenaires des Pays-Bas et d'Italie., La Turquie et l'Irlande ont étudié comment les écoles et les communautés locales peuvent créer des environnements qui encouragent naturellement le mouvement tout au long de la journée. Plutôt que de promouvoir des cours d'éducation physique isolés, le projet s'est concentré sur l'intégration de l'activité physique dans les routines quotidiennes grâce à des approches innovantes, pratiques et adaptées au contexte local.

Chaque pays participant a conçu et mis en œuvre sa propre intervention en s'appuyant sur un cadre européen commun, tout en adaptant les activités aux contextes nationaux, aux systèmes éducatifs et aux bonnes pratiques existantes. Cela a permis au consortium d'évaluer différentes stratégies de mise en œuvre tout en œuvrant à la réalisation d'objectifs communs au projet.

1.2 Objectifs du projet

La journée d'activité EHLA a été développée autour de trois objectifs généraux :

- Promouvoir l'activité physique en Europe en testant et en mettant en œuvre des approches innovantes qui encouragent les gens à bouger davantage au quotidien.
- Afin de renforcer une communauté européenne qui reconnaît l'activité physique comme un facteur important contribuant à des modes de vie plus sains et à une inclusion sociale accrue, en aidant à réduire les obstacles sociaux, économiques, liés au genre et au handicap.

- Stimuler l'échange de connaissances et la coopération entre les organisations, les professionnels et les parties prenantes en partageant les expériences, les bonnes pratiques et les stratégies de mise en œuvre concrètes.

Ces objectifs ont constitué le socle commun de toutes les activités menées dans le cadre du projet et ont fourni le cadre d'évaluation des interventions nationales.

1.3 Pourquoi ce projet a-t-il été développé ?

Partout en Europe, l'inactivité physique et la sédentarité chez les enfants constituent des problèmes de santé publique croissants. L'école offre une occasion unique d'encourager de bonnes habitudes d'activité physique, car elle accueille quotidiennement la quasi-totalité des enfants.

Le projet EHLA Active Day a été conçu pour explorer comment l'activité physique peut devenir une composante intégrante du quotidien scolaire, et non se limiter aux cours d'éducation physique et sportive. S'appuyant sur les lignes directrices de l'EHLA, le consortium a transposé un cadre européen commun en un programme pilote concret.

Le guide EHLA a été élaboré dans le cadre du projet, en s'appuyant sur plusieurs lignes directrices européennes existantes. Il constitue le socle commun pour la conception et la mise en œuvre des projets pilotes nationaux. Chaque pays participant a ensuite développé et mis en œuvre sa propre intervention nationale, adaptée à son contexte éducatif tout en contribuant aux objectifs communs du projet.

1.4 Partenaires du consortium

La journée EHLA ACTIVE DAY a réuni des organisations des Pays-Bas, d'Italie, de Turquie et d'Irlande, chacune apportant son expertise et son contexte local au projet.

Bien que tous les partenaires aient travaillé selon les mêmes directives de l'EHLA et partagé des objectifs communs, chaque pays a conçu et mis en œuvre une intervention nationale différente. Cette approche a permis au consortium d'évaluer plusieurs stratégies de mise en œuvre, d'échanger des expériences tout au long du projet et d'identifier les meilleures pratiques susceptibles d'appuyer de futures initiatives de promotion de l'activité physique en Europe.

Le consortium était composé de Spor Istanbul (Turquie), SportDrenthe (Pays-Bas), Kinetic Analysis (Pays-Bas), UISP Sportpertutti (Italie) et Surpass Sport Systems (Irlande). Le projet était cofinancé par l'Union européenne.

2. Des lignes directrices à la pratique nationale

2.1 Des lignes directrices partagées à un cadre commun

Le projet EHLA Active Day est né d'une vision européenne commune. Au lieu d'exiger de chaque pays qu'il réalise exactement les mêmes activités, les lignes directrices de l'EHLA ont défini les mêmes objectifs pour tous les partenaires, tout en leur laissant la liberté de choisir une approche adaptée à leur pays. Le projet s'est articulé autour de trois objectifs principaux :

- promouvoir l'activité physique grâce à des idées nouvelles et pratiques ;
- construire une communauté européenne qui considère l'activité physique comme une composante importante d'un mode de vie sain et inclusif ;
- encourager la coopération et le partage des connaissances entre les organisations et les professionnels.

Pour concrétiser ces objectifs, les partenaires se sont entendus sur plusieurs principes communs. Le projet devait être élaboré en collaboration avec les établissements scolaires, s'intégrer à leurs routines habituelles, être suffisamment flexible pour s'adapter aux différents systèmes éducatifs et privilégier un changement durable plutôt que des actions ponctuelles. Un autre principe important était que le projet devait soutenir les enseignants et non leur créer une charge de travail supplémentaire.

Ces principes sont devenus le point de départ de toutes les interventions nationales.

2.2 Des lignes directrices à la pratique nationale

L'étape suivante consistait à traduire les lignes directrices européennes en un programme pilote concret. Au lieu d'élaborer un programme unique et figé, les partenaires ont convenu d'une démarche commune que chaque pays suivrait.

Ce processus comprenait l'identification des besoins locaux, la sélection d'activités appropriées, la préparation des écoles à la mise en œuvre, la mise à l'essai des interventions et le partage des expériences tout au long du projet.

Bien que le processus ait été le même pour chaque partenaire, chaque pays a développé sa propre intervention en fonction des besoins et des opportunités locales.

2.3 Apprendre ensemble

Tout au long du projet, les partenaires ont régulièrement échangé leurs expériences, discuté des difficultés rencontrées et tiré des enseignements des pratiques des uns et des autres. Les réunions internationales et les visites de terrain ont permis de partager des idées, de faire le point sur les progrès accomplis et d'améliorer les interventions nationales.

Plutôt que de développer un programme identique, le projet a démontré que différentes approches nationales peuvent contribuer avec succès aux mêmes objectifs européens.

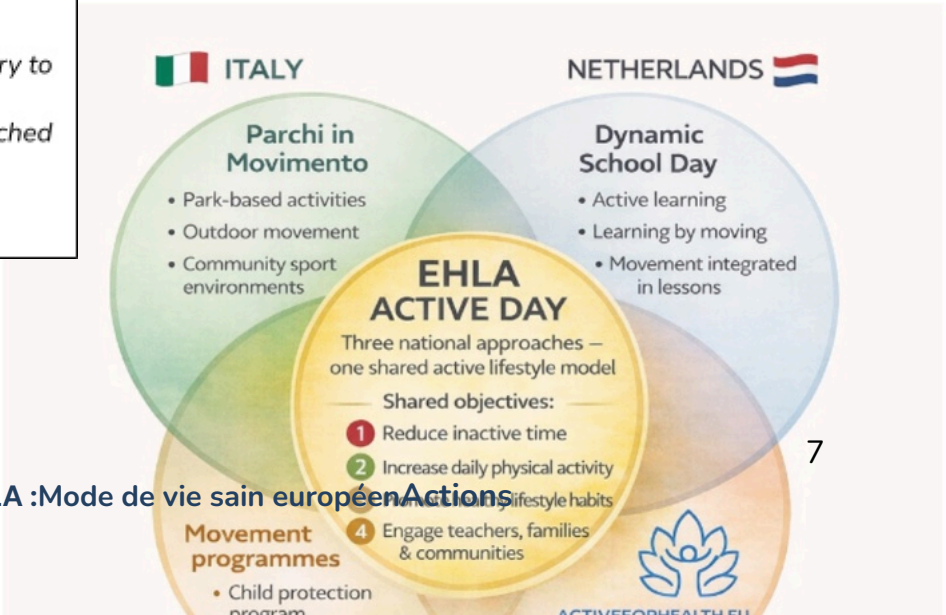
Cet équilibre entre vision partagée et flexibilité locale est devenu le principal atout de la Journée active EHLA.

Shared European Framework

✔ *Common objectives*

✔ *Shared principles*

This approach allowed every country to work towards the same objectives while using methods that best matched their own situation.



3. Mise en œuvre nationale

Après avoir élaboré le cadre européen commun, le consortium a traduit les lignes directrices en interventions nationales concrètes.

Ce chapitre décrit comment ce processus s'est déroulé dans les trois pays participants.



TIMELINE

Le projet EHLA Active Day a suivi un cadre européen commun, tout en permettant à chaque pays de développer une intervention qui corresponde au mieux à son propre système éducatif et à son contexte local.

Bien que les activités aient différé entre les Pays-Bas, l'Italie et la Turquie, tous les partenaires ont suivi le même processus de mise en œuvre : de la planification et de la mobilisation des parties prenantes à la mise en œuvre, à l'évaluation et au partage des connaissances.

L'infographie ci-dessus offre une vue d'ensemble de ce parcours. Les sections suivantes décrivent brièvement comment chaque pays a transposé le cadre européen dans sa pratique nationale.

3.1 Élaboration des interventions nationales

Suite à l'élaboration des lignes directrices de l'EHLA et du cadre pilote conjoint, les partenaires du consortium ont collaboré lors de réunions en ligne afin de traduire les objectifs communs en interventions nationales concrètes. Ces réunions ont permis d'échanger des idées, d'aborder les difficultés de mise en œuvre et d'adapter le projet aux besoins locaux, tout en préservant une vision européenne partagée.

Pour appuyer ce processus, des visites internationales ont été organisées en Turquie (mars 2026) et en Italie (avril 2026). Ces visites ont permis de renforcer la collaboration, de mobiliser les acteurs locaux et d'adapter le cadre européen aux pratiques locales. En visitant des écoles, des centres sportifs, des municipalités et des partenaires communautaires, le consortium a mieux appréhendé chaque contexte national et identifié des pistes d'amélioration de la mise en œuvre avant le lancement officiel des projets pilotes.

3.2 Visites internationales de sites

Turquie

La visite en Turquie était axée sur la préparation du programme national d'activités périscolaires organisé par Spor Istanbul. Plusieurs centres sportifs ont été visités, ainsi que des réunions avec les coordinateurs locaux du projet et les parties prenantes. Un élément clé de la visite a été la présentation du Programme de protection de l'enfance, élaboré par un psychologue dont les recherches ont constitué le fondement scientifique de cette intervention.

Plutôt que de se concentrer uniquement sur l'augmentation de l'activité physique, l'approche turque visait à associer la pratique sportive à des thèmes tels que le développement personnel, le bien-être et les compétences de vie. Lors de la visite, le plan de mise en œuvre a été affiné et des recommandations pratiques ont été discutées afin de favoriser le succès du lancement du programme.

Italie

La visite à Vérone a porté sur la mise en œuvre du projet Parchi in Movimento, coordonné par l'UISP en étroite collaboration avec la municipalité de Vérone. Des réunions ont été organisées avec les coordinateurs du projet, les formateurs et les représentants municipaux, suivies de visites des parcs publics où se déroulent les activités.

L'une des observations les plus marquantes a été l'impact social du programme. En initiant les enfants aux activités de plein air pendant les heures de classe, on les a encouragés à retourner dans les parcs avec leurs parents, grands-parents, frères et sœurs. Ainsi, l'activité physique est devenue bien plus qu'une simple activité scolaire : elle a également renforcé les liens familiaux, l'engagement communautaire et l'utilisation des espaces publics.


İSTANBUL
BÜYÜKŞEHİR
BELEDİYESİ



3.3 Interventions nationales

Après la phase de préparation et les visites de sites internationaux, chaque partenaire a mis en œuvre son intervention nationale en s'appuyant sur le cadre européen commun. Bien que les interventions diffèrent par leur contenu et leur contexte, elles visaient toutes à encourager les enfants à être plus actifs physiquement et à adopter des habitudes de vie saines, en tenant compte du contexte local.

Les Pays-Bas

L'intervention néerlandaise s'est concentrée sur la Journée scolaire dynamique, utilisant l'apprentissage actif comme moyen concret d'intégrer le mouvement dans l'enseignement quotidien. Les enseignants ont été formés aux principes de l'apprentissage actif et ont mis en œuvre la Beweegbox dans leurs classes.

Quatre écoles primaires ont participé au projet pilote, touchant plus de 900 enfants âgés de 4 à 12 ans, dont 80 enfants ayant des besoins spéciaux.

Tout au long de la mise en œuvre, les écoles ont bénéficié d'un soutien continu de la part d'Assen Sportstad et de SportDrenthe.

Italie

L'initiative italienne Parchi in Movimento a initié les enfants à des activités physiques facilement praticables dans les parcs publics en dehors des heures de classe. En étroite collaboration avec la municipalité de Vérone, les écoles et les animateurs communautaires ont encouragé les enfants à explorer différentes manières de rester actifs en plein air.

Outre l'augmentation de l'activité physique, le programme a favorisé la participation des familles et un engagement communautaire plus fort.

Plus de 600 enfants ont participé à ce programme.

Turquie

L'intervention turque a combiné des activités sportives périscolaires avec le Programme de protection de l'enfance, organisé par Spor Istanbul au complexe sportif Kartal Hasan Doğan. Ce programme a concerné 676 enfants au cours du 5e trimestre et 808 enfants au cours du 6e trimestre.

Ces activités ont non seulement permis d'accroître l'activité physique, mais aussi de renforcer le bien-être, le développement personnel et les compétences de vie grâce au sport.

Bien que chaque intervention ait reflété les priorités nationales et les opportunités locales, elles ont démontré ensemble comment un cadre européen peut être traduit avec succès en différentes approches pratiques tout en poursuivant les mêmes objectifs communs.

3.4 Méthodologie d'évaluation

Afin d'évaluer la mise en œuvre et l'impact du programme EHLA Active Day, un cadre d'évaluation commun a été élaboré pour tous les pays participants. Trois questionnaires ont été créés pour recueillir les avis des principaux groupes d'acteurs : enfants, enseignants/entraîneurs et parents. L'ensemble de ces points de vue a permis d'appréhender la mise en œuvre et l'impact perçu des différentes interventions nationales.

Bien que tous les partenaires aient utilisé le même cadre d'évaluation, chaque pays s'est concentré sur le groupe de parties prenantes le plus pertinent pour sa propre intervention.

Les Pays-Bas ont recueilli les commentaires des trois groupes de parties prenantes et ont introduit une évaluation dynamique supplémentaire des élèves, permettant aux enfants de réfléchir à leurs expériences par le mouvement plutôt que par un questionnaire traditionnel.

L'Italie s'est principalement concentrée sur les enseignants et les entraîneurs, fournissant des informations précieuses sur la mise en œuvre pratique de Parchi in Movimento et la faisabilité des activités d'apprentissage en plein air.

En Turquie, l'accent a été mis principalement sur les parents, reflétant l'importance accordée par le Programme de protection de l'enfance au bien-être, à l'implication familiale et aux saines habitudes de vie. Une évaluation des formateurs est prévue à l'issue du programme.

Ensemble, ces méthodes d'évaluation complémentaires ont permis de dresser un tableau complet du projet EHLA Active Day dans les trois pays participants.

4. Résultats de la journée d'activité EHLA

4. Résultats de la journée EHLA Active, une introduction :

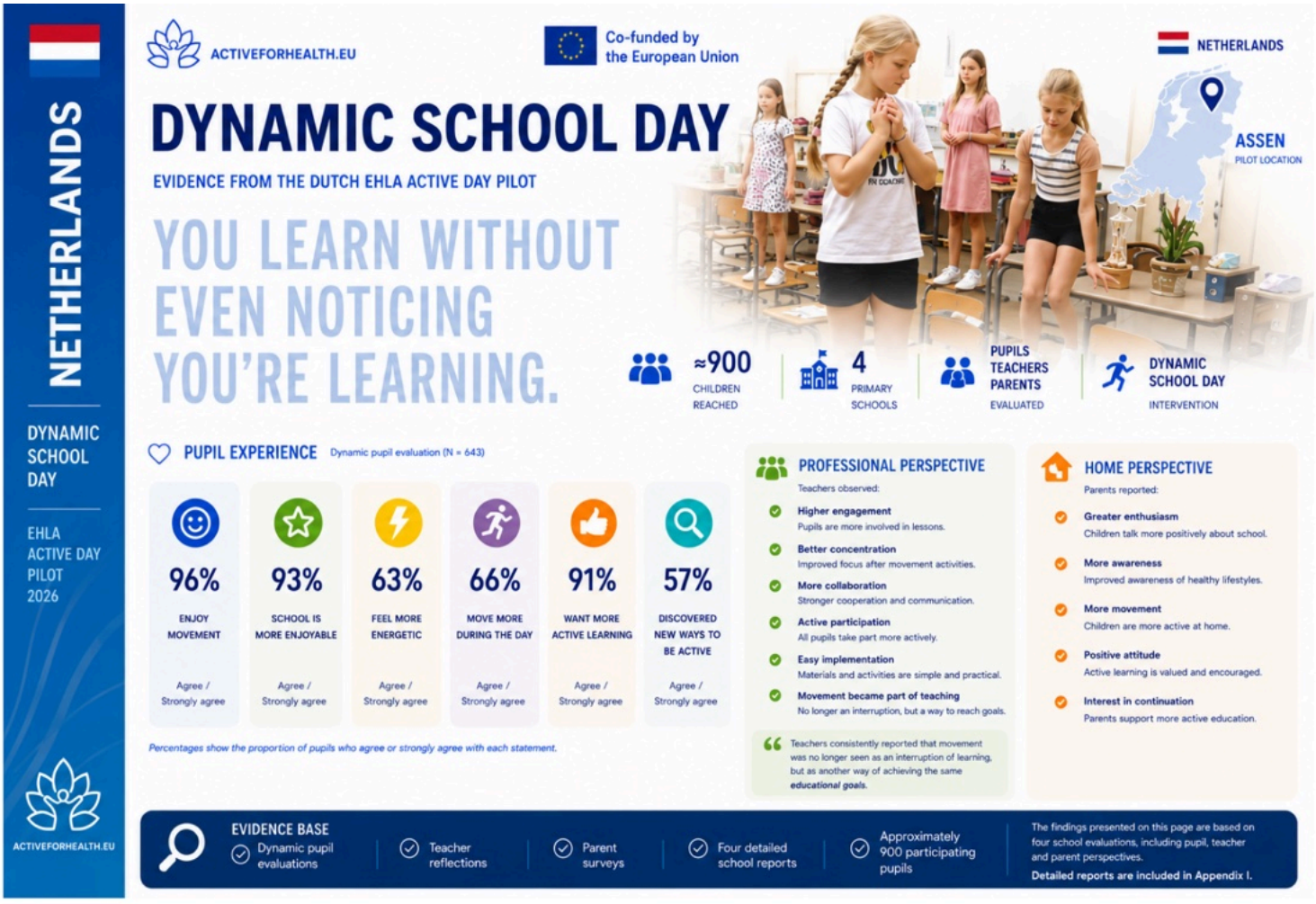
Suite à la mise en œuvre du projet pilote EHLA Active Day, le consortium a évalué le programme aux Pays-Bas, en Italie et en Turquie. Au total, le projet a touché plus de 3 100 enfants grâce à trois interventions nationales complémentaires, impliquant des écoles, des municipalités, des organisations sportives et un large éventail d'acteurs locaux.

Bien que chaque pays ait mis en œuvre une intervention différente, toutes les activités s'appuyaient sur le même cadre européen et partageaient des objectifs communs. Les sections suivantes présentent les résultats nationaux avant de souligner les principaux constats à l'échelle du consortium.

4.1 Les Pays-Bas



Les Pays-Bas ont mis en œuvre le programme EHLA Active Day dans le cadre de la Dynamic School Day, en utilisant l'apprentissage actif et le Beweegbox pour intégrer le mouvement dans l'enseignement quotidien. Quatre écoles primaires ont participé à ce projet pilote. Afin d'évaluer le programme, des retours d'information ont été recueillis auprès des élèves, des enseignants et des parents, constituant ainsi l'ensemble de données le plus complet au sein du consortium.



Interprétation des résultats

L'approche néerlandaise privilégiait l'intégration du mouvement dans l'éducation quotidienne plutôt que l'organisation d'activités sportives supplémentaires. Ce choix

se justifiait principalement par le principe d'inclusion : si tous les enfants vont à l'école, tous ne pratiquent pas d'activités physiques.

Le programme visait à toucher tous les enfants, qu'ils pratiquent un sport organisé ou grandissent dans un environnement où l'activité physique est encouragée. En intégrant le mouvement à la journée scolaire, le programme avait pour objectif de les aider à découvrir l'activité physique de manière positive et agréable.

Le projet pilote a démontré que l'apprentissage actif peut s'intégrer naturellement à l'enseignement. Les enseignants ont indiqué que la formation et le Beweegbox leur avaient fourni des outils pratiques et la confiance nécessaire pour intégrer le mouvement à leurs cours. Loin d'alourdir leur charge de travail, de nombreux enseignants ont perçu l'apprentissage actif comme un moyen efficace d'accroître l'engagement des élèves, d'améliorer leur concentration et de créer une ambiance de classe plus positive.

Les évaluations des élèves ont reflété cette expérience positive. Les enfants ont apprécié l'apprentissage par le mouvement et ont décrit l'école comme plus agréable grâce à l'intégration de l'apprentissage actif. Un élève a parfaitement résumé l'expérience :

« On apprend sans même s'en rendre compte. »

Cette citation illustre parfaitement le principal atout de l'intervention néerlandaise. Le mouvement n'était pas une fin en soi ; il est devenu un moyen naturel de favoriser l'apprentissage, la participation et le plaisir à l'école.

Les parents ont également réagi positivement. Nombre d'entre eux ont indiqué que leurs enfants parlaient avec enthousiasme des activités proposées à la maison et manifestaient un intérêt accru pour l'activité physique en dehors de l'école. Cela suggère que des expériences positives vécues durant la journée scolaire peuvent également encourager un mode de vie plus actif en dehors des cours.

Bien que des thèmes liés à un mode de vie sain, tels que la nutrition, l'hydratation et le bien-être, aient été abordés lors du projet pilote, l'intervention néerlandaise s'est principalement concentrée sur le développement de l'apprentissage actif et la journée scolaire dynamique. Le consortium estime que les futures mises en œuvre pourraient renforcer cette approche en intégrant plus explicitement l'éducation à un mode de vie sain aux activités physiques.

Preuves à l'appui

Les résultats présentés dans ce chapitre sont issus de l'évaluation nationale néerlandaise, qui comprend des évaluations dynamiques des élèves, des questionnaires destinés aux enseignants et des enquêtes auprès des parents. Quatre rapports d'établissement détaillés figurent en annexe I, offrant une vue d'ensemble plus complète du processus de mise en œuvre et des résultats de l'évaluation au niveau des écoles.

4.2 Italie

Le projet pilote italien s'est appuyé sur une initiative communautaire existante plutôt que d'introduire un nouveau programme au sein des écoles. Grâce au programme Parchi in Movimento (« Parcs en mouvement »), EHLA Active Day a étendu un réseau bien établi d'activités physiques en plein air en impliquant spécifiquement les écoles primaires et les jeunes enfants.

Le projet a créé un lien entre l'école et la communauté. Les enfants ont d'abord découvert les activités pendant les heures de classe, puis ont été encouragés à participer avec leurs familles au programme du parc public durant leur temps libre. Ainsi, la Journée active EHLA a permis d'étendre l'activité physique au-delà de la salle de classe et a renforcé les liens entre les écoles, les familles et les communautés locales.

Pour évaluer cette approche, l'Italie s'est principalement attachée à recueillir les avis des enseignants et des entraîneurs chargés de la mise en œuvre des activités. Leurs réflexions apportent un éclairage précieux sur la faisabilité, la valeur pédagogique et le potentiel à long terme de l'intégration des écoles dans les programmes d'activité physique communautaires.




ITALY
EHLA ACTIVE DAY PILOT 2026
ACTIVEFORHEALTH.EU
ACTIVEFORHEALTH.EU
Co-funded by the European Union
EHLA ACTIVE DAY
EVIDENCE FROM THE ITALIAN PILOT
≈749 CHILDREN REACHED
4 PRIMARY SCHOOLS
11 TEACHERS & COACHES EVALUATED
2 PARKS & COMMUNITY INITIATIVES INVOLVED
ITALY
VERONA
PILOT LOCATION
PARCHI IN MOVIMENTO
TEACHER & COACH EVALUATION
Teacher & coach evaluation (N = 11)
100% TEACHERS CONSIDERED THE PROGRAMME VALUABLE. Agree / Strongly agree
91% CHILDREN ACTIVELY PARTICIPATED IN THE ACTIVITIES. Agree / Strongly agree
100% OUTDOOR LEARNING CREATED A POSITIVE ATMOSPHERE. Agree / Strongly agree
91% THE PROGRAMME STRENGTHENED LINKS WITH FAMILIES. Agree / Strongly agree
82% ACTIVITIES WERE EASY TO ORGANISE AND IMPLEMENT. Agree / Strongly agree
91% TEACHERS WOULD RECOMMEND CONTINUING THE PROGRAMME. Agree / Strongly agree
Percentages show the proportion of teachers & coaches who agree or strongly agree with each statement.
PROFESSIONAL PERSPECTIVE
Teachers and coaches reported that:
Children were highly motivated and enthusiastic.
Outdoor environments increased engagement and participation.
Public parks became meaningful and inspiring learning environments.
Schools connected more closely with local communities.
Families were more involved and participated in activities outside school hours.
The combination of movement, nature and community makes this programme unique and very impactful.
– Teacher, Verona
COMMUNITY IMPACT
The Italian pilot created a strong bridge between school and community:
Children discovered activities through school.
Families joined during the summer programme in the parks.
Active lifestyles are promoted beyond the classroom.
Local partnerships are strengthened.
Existing community programmes became more visible through schools.
Sustainable and accessible opportunities for all.
EVIDENCE BASE
Teacher & coach evaluations
Site visit observations
Project dissemination & social media
Local communication materials
Community programme documentation
The findings presented on this page are based on teacher & coach evaluations and additional project materials in Italy.
Supporting documents are included in Appendix II.

Interprétation des résultats

L'intervention italienne a démontré comment une initiative communautaire existante peut être enrichie avec succès grâce à l'implication des écoles et des familles. Plutôt que de développer un programme entièrement nouveau, EHLA Active Day a renforcé un concept local déjà performant en créant des liens plus étroits entre l'éducation, les organisations communautaires et les espaces publics.

Les enseignants et les entraîneurs ont régulièrement constaté que les activités de plein air motivaient les enfants à participer avec enthousiasme. L'environnement du parc créait une atmosphère détendue et inclusive où les enfants étaient encouragés à bouger, à coopérer et à prendre plaisir à être physiquement actifs ensemble. Proposer des activités en dehors du cadre traditionnel

La salle de classe offrait également des opportunités d'apprentissage par l'expérience et favorisait une interaction sociale accrue.

L'un des principaux résultats de l'expérimentation italienne a été le lien établi entre la participation scolaire et l'implication des familles. Les enfants ayant découvert ces activités à l'école ont été encouragés à retourner dans les parcs avec leurs parents, leurs frères et sœurs et leurs amis pendant le programme d'été. Ceci illustre comment les écoles peuvent constituer un tremplin efficace pour promouvoir une pratique sportive régulière et durable au sein de la communauté.

Les évaluations des enseignants et des entraîneurs ont également indiqué que le programme était facile à organiser, bien accueilli par les participants et parfaitement adapté à une mise en œuvre locale. Les personnes interrogées ont particulièrement apprécié la combinaison d'activité physique, de bien-être et d'interaction sociale dans des espaces publics accessibles.

Contrairement à l'intervention néerlandaise, axée principalement sur l'intégration du mouvement dans l'éducation quotidienne, le projet pilote italien a mis l'accent sur la participation communautaire et la création d'opportunités durables permettant aux familles de rester physiquement actives en dehors des heures de classe. Ensemble, ces approches complémentaires démontrent la flexibilité du cadre EHLA Active Day dans différents contextes nationaux.

Ressources du programme

Les résultats présentés dans ce chapitre reposent principalement sur les formulaires d'évaluation remplis par les enseignants et les entraîneurs après la mise en œuvre des activités. Des données complémentaires ont été recueillies grâce à la diffusion du projet, à la documentation des médias sociaux et aux supports de communication locaux du programme Parchi in Movimento. Ces sources illustrent à la fois le processus de mise en œuvre et le fort engagement communautaire observé lors du projet pilote italien.

4.3 Turquie

L'intervention turque s'est déroulée dans le cadre des programmes sportifs scolaires existants de Spor Istanbul, au complexe sportif Kartal Hasan Doğan. Le programme a touché 676 enfants au cours du 5e trimestre et 808 enfants au cours du 6e trimestre, leur offrant la possibilité de pratiquer différents sports et activités physiques.

L'une des particularités de l'approche turque résidait dans l'association de l'activité physique à la culture sportive et à l'éducation aux valeurs. Des fiches pédagogiques, des activités ludiques, des médailles récompensant les valeurs et du matériel de motivation étaient utilisés pour aborder des thèmes tels que le respect, la responsabilité, l'amitié, le fair-play, les choix sains et le développement personnel. Ainsi, le sport était utilisé non seulement pour encourager les enfants à être physiquement actifs, mais aussi comme un vecteur d'éducation sociale, émotionnelle et de bien-être.

L'évaluation finale s'est principalement concentrée sur les commentaires des parents. Au total, 36 réponses parentales valides ont été recueillies. Le taux de réponse étant relativement faible (2,5 %), les résultats doivent être interprétés comme reflétant l'expérience des familles ayant répondu plutôt que comme représentatifs de l'ensemble des enfants participant au programme.

Preuves à l'appui

Les conclusions présentées dans ce chapitre sont basées sur le rapport final turc des Journées actives de l'EHLA et sur l'enquête auprès des parents menée entre juin et septembre 2026. Le rapport national fournit des ventilations supplémentaires par discipline sportive et groupe d'âge, ainsi que la documentation relative aux supports pédagogiques et au processus de mise en œuvre.



Interprétation des résultats

L'intervention turque démontre que le sport peut servir de cadre à bien plus qu'une simple activité physique. En intégrant le mouvement à l'éducation aux valeurs, au développement socio-émotionnel et à la promotion d'un mode de vie sain, le programme a créé une approche où le développement physique et personnel sont abordés conjointement.

Les parents ont généralement perçu une évolution positive chez leurs enfants. Sur l'ensemble des neuf domaines comportementaux et de développement du caractère, le taux de réponse positive global s'élevait à 78,7 %. Les meilleurs résultats ont été observés pour la confiance en soi et le courage (86,1 %), le respect des règles (86,1 %), l'empathie et la tolérance (83,3 %), ainsi que l'amitié et le travail d'équipe (80,6 %). Ces résultats suggèrent que les aspects socio-émotionnels du programme ont été particulièrement visibles pour les parents.

Des scores plus faibles ont été observés concernant le respect et l'honnêteté (72,2 %) ainsi que le sommeil, l'alimentation et l'hygiène (69,4 %). Ce dernier point est particulièrement pertinent dans le contexte de l'EHLA, car ces comportements sont fortement influencés par les habitudes de vie en dehors du cadre sportif. Cela suggère que l'éducation à un mode de vie sain pourrait être encore plus efficace lorsque les enfants, les entraîneurs et les parents sont davantage impliqués.

L'évaluation a également permis de mieux comprendre l'activité physique hebdomadaire des enfants. Ces derniers pratiquent une activité physique d'au moins 30 minutes à une intensité modérée à élevée en moyenne 3,6 jours par semaine. Au total, 77,8 % sont actifs au moins trois jours par semaine, tandis que 27,8 % atteignent cinq jours d'activité ou plus. Ces résultats soulignent l'importance du sport organisé, tout en démontrant que les occasions supplémentaires de pratiquer une activité physique en dehors des séances organisées restent précieuses.

Des différences ont également été observées entre les disciplines sportives et les groupes d'âge. Cependant, plusieurs de ces sous-groupes ne comptaient qu'un petit nombre de participants. Ces résultats doivent donc être considérés comme des indications utiles pour le développement futur des programmes plutôt que comme des conclusions définitives concernant des sports ou des groupes d'âge particuliers.

Globalement, le projet pilote turc apporte une dimension importante à l'approche EHLA Active Day. Alors que le projet pilote néerlandais visait à intégrer le mouvement dans l'apprentissage quotidien et que le projet pilote italien établissait des liens entre les écoles et les activités de plein air et communautaires, la Turquie a démontré comment le sport organisé peut être associé à des valeurs, au bien-être et aux compétences de vie, le gain de confiance étant essentiel à un mode de vie sain et durable.

Ensemble, ces approches illustrent la flexibilité du cadre EHLA partagé dans différents contextes nationaux.

5. Leçons apprises

Les trois interventions nationales ont permis de mieux comprendre les facteurs favorisant une activité physique durable chez les enfants. Les enseignements suivants mettent en lumière les principaux principes qui se sont dégagés du projet et qui peuvent orienter les mises en œuvre futures.

5.1 Intégrer le mouvement dans la vie quotidienne

Dans les trois pays étudiés, l'école demeure un point de départ essentiel, mais les enseignements à tirer dépassent le cadre scolaire. L'étude EHLA a démontré que l'activité physique a le plus grand potentiel d'impact durable lorsqu'elle est intégrée aux routines et à l'environnement quotidiens des enfants.

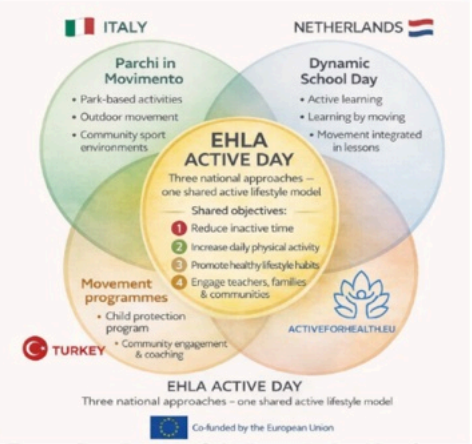
Les activités isolées ne profitent pas à tous les enfants. Ceux qui reçoivent peu d'encouragement, de soutien ou d'accès à l'activité physique à la maison risquent particulièrement d'être oubliés. En intégrant le mouvement dans des contextes quotidiens comme l'école, l'approche devient beaucoup plus inclusive, car l'école est l'un des rares lieux où presque tous les enfants peuvent pratiquer une activité physique.

La leçon essentielle est donc de ne pas considérer les initiatives fructueuses comme des projets pilotes temporaires ou isolés. Le mouvement doit s'ancrer dans le quotidien, les écoles, les familles, les communautés, les espaces publics et les organisations locales se renforçant mutuellement. Cela crée des conditions bien plus favorables à un changement de comportement durable.

5.2 S'adapter localement, tout en préservant les principes communs

L'EHLA a démontré que différentes approches nationales peuvent contribuer à une même ambition européenne. Les objectifs communs demeurent au cœur du dispositif, tandis que la mise en œuvre peut être adaptée aux besoins, aux structures et aux opportunités locales.

Le modèle présenté dans la figure 1 l'illustre clairement : trois approches nationales différentes, construites autour des mêmes objectifs communs. Cette flexibilité est un atout, car elle permet une appropriation locale sans perdre de vue l'orientation européenne commune.



5.3 Soutenez les personnes qui rendent cela possible

La réussite de la mise en œuvre dépend des personnes qui intègrent cette approche dans leur pratique quotidienne. Les enseignants, les entraîneurs, les coordinateurs et les partenaires locaux ont besoin d'outils pratiques, de formation, de temps et de soutien.

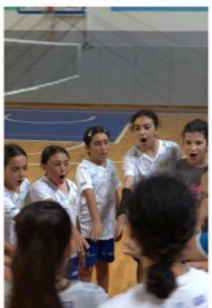
La leçon à retenir est que les nouvelles approches doivent faciliter la mise en œuvre, et non alourdir la charge de travail. Lorsque les professionnels se sentent en confiance et soutenus, le mouvement a plus de chances de s'intégrer aux pratiques courantes et de se poursuivre au-delà de la durée du projet.

5.4 La durabilité commence dès le début

La durabilité ne doit pas être prise en compte uniquement à la fin d'un projet pilote. L'appropriation, la coopération, les ressources et la continuité doivent être intégrées à la conception dès le départ.

L'étude EHLA a démontré qu'un impact durable est plus probable lorsque les éléments efficaces sont intégrés aux organisations, aux routines et aux politiques existantes plutôt que de rester dépendants d'un financement de projet temporaire.

ID d







6. Meilleures pratiques

Les projets pilotes EHLA Active Day ont mis en évidence plusieurs approches pratiques transposables à d'autres contextes. Plutôt que de reproduire des programmes complets, l'intérêt réside dans l'identification d'éléments adaptables aux contextes locaux.

6.1 Pays-Bas – Intégrer le mouvement dans l'apprentissage

Une pratique exemplaire du projet pilote néerlandais a été l'intégration directe du mouvement dans les cours grâce à l'apprentissage actif et à la Beweegbox.

Les enseignants ont reçu du matériel pratique et ont participé à un court atelier, ce qui leur a permis de se lancer facilement. Un animateur local enthousiaste s'est avéré essentiel pour lancer la démarche et motiver ses collègues. Une fois que les enseignants ont constaté l'efficacité de l'apprentissage actif en pratique, l'enthousiasme s'est souvent propagé naturellement au sein de l'établissement.

Éléments transférables : fournir du matériel prêt à l'emploi, l'associer à un court atelier pratique et identifier au sein de l'établissement une personne enthousiaste capable de catalyser sa mise en œuvre.

6.2 Italie – Relier l'école à l'espace public

Le projet pilote italien a démontré l'intérêt de lier les activités scolaires aux parcs publics et aux opportunités communautaires.

Les enfants découvraient le mouvement à l'école et étaient encouragés à poursuivre ces activités en dehors des heures de classe avec leur famille et leurs amis. Cela créait un lien entre l'école, les loisirs et la communauté locale.

Élément transférable : utiliser l'école comme tremplin pour faire découvrir aux enfants des lieux et des activités accessibles qu'ils peuvent poursuivre de manière autonome.

6.3 Turquie – Allier mouvement et développement plus large

Le projet pilote turc a démontré comment l'activité physique peut être combinée à l'éducation aux valeurs, au bien-être et aux compétences de vie.

Du matériel pédagogique, des jeux et un encadrement ont été utilisés pour aborder des thèmes tels que le respect, la responsabilité, l'amitié, le fair-play et les choix sains, en parallèle avec l'activité physique.

Élément transférable : utiliser l'activité physique comme un cadre de développement physique, social et personnel plutôt que de se concentrer uniquement sur le mouvement.

6.4 Points communs entre ces bonnes pratiques

Bien que les trois approches fussent différentes, elles partageaient plusieurs caractéristiques pratiques :

- elles étaient liées aux structures quotidiennes existantes ;
- ils ont fait appel à des professionnels qui faisaient déjà partie de l'environnement des enfants ;
- leur objectif était de rendre la participation facile et accessible ;
- ils ont lié le mouvement à des objectifs éducatifs, sociaux ou communautaires plus larges ;
- Ils ont été conçus pour être adaptés plutôt que copiés à l'identique.

Ces caractéristiques communes reflètent l'approche plus large de l'EHLA : des principes partagés, adaptés aux pratiques locales.



7. Conclusions

La journée d'activité d'EHLA a démontré qu'une ambition européenne commune peut se traduire par des approches locales très différentes sans pour autant perdre son orientation commune.

Le projet est parti des lignes directrices de l'EHLA et d'objectifs communs, tout en permettant à chaque pays de développer une intervention adaptée à son propre système éducatif, à ses structures, à sa culture et à ses opportunités.

Une conclusion importante est que l'innovation efficace ne signifie pas toujours créer quelque chose de totalement nouveau. Après avoir défini les objectifs communs, les partenaires ont d'abord examiné attentivement leur contexte local : les ressources existantes, les solutions performantes, les lacunes et les points à améliorer.

Plutôt que de créer des programmes parallèles, les interventions nationales se sont appuyées sur les structures, les personnes, les contextes et les bonnes pratiques existants. En Italie, par exemple, EHLA a renforcé le lien entre l'approche Parchi in Movimento, les écoles, les familles et les espaces publics. Aux Pays-Bas, le mouvement a été intégré aux routines scolaires existantes par le biais de l'apprentissage actif. En Turquie, les structures périscolaires existantes ont été

développées en associant l'activité physique aux valeurs, au bien-être et aux compétences de vie.

Cette approche s'est avérée précieuse car elle a permis une mise en œuvre plus adaptée au contexte local et a renforcé l'appropriation du projet. La leçon à retenir est donc de ne pas reproduire une intervention réussie d'un pays à l'autre, mais de s'appuyer sur des principes communs, de comprendre le contexte local et de développer les ressources déjà disponibles. EHLA D4.2*Le livre blanc décrit cela comme suit : partager les principes, comprendre le contexte, adapter l'action et tirer des enseignements de la mise en œuvre*.

Dans les trois pays, plus de 3 100 enfants ont bénéficié d'approches associant le mouvement à l'apprentissage quotidien, à la participation communautaire et au développement personnel. Ces projets pilotes ont démontré que l'activité physique peut être bien plus qu'une simple activité sportive lorsqu'elle est intégrée à l'environnement familier des enfants.

Les écoles ont joué un rôle essentiel car elles permettent à presque tous les enfants d'accéder à l'activité physique, y compris ceux qui bénéficient de moins de soutien ou de moins d'occasions de pratiquer une activité physique à la maison. Parallèlement, l'EHLA a démontré que l'école ne doit pas agir isolément. Les familles, les communautés, les espaces publics, les municipalités, les organisations sportives et les professionnels peuvent se renforcer mutuellement et prolonger l'impact au-delà des heures de classe.

Les expériences nationales ont également démontré que le mouvement peut favoriser un développement plus global. Selon le contexte, l'activité physique était associée à l'apprentissage, au plaisir, à la confiance en soi, aux interactions sociales, au travail d'équipe, au bien-être, aux valeurs et aux compétences de vie. Ceci conforte l'idée que l'activité physique ne doit pas être considérée uniquement comme une question de santé ou de sport, mais comme une composante essentielle du développement global de l'enfant.

La principale conclusion de la Journée EHLA Active n'est donc pas qu'un programme unique doive être déployé à l'échelle européenne. Elle est que des objectifs partagés peuvent orienter des solutions adaptées aux contextes locaux, et qu'un impact

durable est plus probable lorsque l'activité physique s'intègre au quotidien plutôt que de rester un projet temporaire.

La Journée active de l'EHLA a également démontré l'importance de l'apprentissage transfrontalier. L'adaptation locale ne signifie pas que les approches doivent rester cantonnées au pays où elles ont été testées. Les éléments qui ont fait leurs preuves dans un contexte donné peuvent inspirer d'autres pays, à condition d'être adaptés aux besoins et aux structures locales.

Par exemple, l'apprentissage actif pourrait être exploré dans les écoles italiennes, le programme Parchi in Movimento pourrait inspirer des activités communautaires en Turquie, et des éléments de l'approche turque en matière de culture et de valeurs sportives pourraient enrichir les programmes scolaires aux Pays-Bas.

L'objectif n'est donc pas de reproduire intégralement les interventions, mais d'échanger des idées, d'identifier les points forts et de tester leur potentiel dans un contexte différent. Ainsi, ces trois projets pilotes nationaux peuvent servir de tremplin à de nouveaux apprentissages et à l'innovation à l'échelle européenne.

Cette approche est également cohérente avec la stratégie plus large de renforcement des capacités de l'EHLA, qui encourage les organisations à identifier les pratiques locales éprouvées, à les adapter à leur propre contexte et à les intégrer progressivement dans leur travail quotidien.

8. Recommandations : Du projet pilote à la pratique durable

La Journée d'activité physique EHLA a permis de tester concrètement la mise en œuvre des recommandations EHLA au niveau local. La prochaine étape ne consiste pas simplement à reproduire ces projets pilotes, mais à tirer parti des

enseignements pour passer d'interventions temporaires à la création d'environnements actifs durables.

8.1 Commencez par définir des objectifs clairs et construisez à partir de ce qui existe déjà.

Commencez par une ambition partagée et des objectifs clairs, et non par un programme tout fait. Une fois la direction définie, analysez le contexte local : l'existant, ce qui fonctionne, ce qui manque et ce qui pourrait être renforcé. La mise en œuvre locale doit s'appuyer autant que possible sur les structures, les personnes, les espaces et les bonnes pratiques existants.

Cela ne signifie pas simplement perpétuer l'existant. Il s'agit d'améliorer, de relier et de développer délibérément les atouts existants afin qu'ils contribuent davantage aux objectifs communs. Cela favorise une plus grande appropriation locale et évite les structures parallèles inutiles.

8.2 S'adapter localement et apprendre des autres

Un transfert réussi ne signifie pas reproduire une intervention à l'identique. Les pays, les municipalités et les écoles diffèrent par leur culture, leurs infrastructures, leurs ressources et leurs pratiques existantes ; l'adaptation locale demeure donc essentielle.

Parallèlement, les projets pilotes EHLA peuvent s'inspirer mutuellement. Les points forts d'un pays peuvent également être utiles dans un autre contexte. Les futures mises en œuvre devront donc identifier les pratiques efficaces, comprendre leurs raisons et explorer comment ces éléments pourraient être adaptés ailleurs.

Les projets pilotes nationaux doivent être considérés comme des éléments constitutifs pratiques et des sources d'inspiration, et non comme des modèles figés à reproduire.

8.3 Investir dans les personnes et créer des liens entre les environnements de l'enfant

La réussite de la mise en œuvre dépend des personnes qui la réalisent. Les enseignants, les entraîneurs, les coordinateurs et les partenaires locaux ont besoin d'outils pratiques, de formation, de temps et de soutien.

L'expérience néerlandaise a démontré l'intérêt d'associer des ressources prêtes à l'emploi à un atelier pratique de courte durée et à un référent local enthousiaste capable d'accompagner les collègues dans leur prise en main. Plus largement, l'EHLA a montré que les professionnels sont plus enclins à adopter de nouvelles approches lorsqu'elles s'intègrent à leurs pratiques habituelles et n'entraînent pas de surcharge de travail inutile.

Parallèlement, les enfants se déplacent entre l'école, la maison, le quartier, le sport et l'espace public. Ces environnements doivent se renforcer mutuellement. Les écoles, les familles, les municipalités, les organisations sportives et les partenaires communautaires ont tous un rôle à jouer dans la création d'un environnement favorable à l'enfant. Le webinaire sur la mise en œuvre du programme a également souligné que les approches coordonnées et multisites sont plus efficaces que les interventions isolées.

La mise en œuvre est renforcée lorsque les organisations désignent des référents locaux, dispensent une formation pratique et confient aux personnes la responsabilité claire de maintenir la dynamique.

8.4 Plan de continuation depuis le début

La question du développement durable ne devrait pas être abordée uniquement à la fin d'un projet pilote.

L'appropriation, la coordination, les ressources, l'évaluation et la pérennité doivent être intégrées à la conception dès le départ. Les éléments qui s'avèrent efficaces doivent être intégrés aux pratiques existantes, aux rôles professionnels, aux structures organisationnelles, aux budgets et, le cas échéant, aux politiques.

L'évaluation devrait appuyer ce processus en examinant non seulement la participation, mais aussi la portée, l'expérience, la qualité de la mise en œuvre, l'inclusion et la continuité des activités dans le temps.

L'objectif est de passer de projets temporaires à une pratique durable : d'un financement à court terme à une appropriation à long terme, et d'activités isolées à des environnements actifs au quotidien.

De la journée active à l'activité physique pour la santé

La Journée d'activité physique de l'EHLA n'était pas seulement une série de projets pilotes nationaux. C'était un test concret de la manière dont les objectifs européens communs peuvent se traduire dans des environnements quotidiens qui encouragent les enfants à bouger davantage, d'une manière adaptée aux structures, aux cultures et aux opportunités locales.

La prochaine étape consiste à dépasser le cadre des projets temporaires. Pour un impact durable, il est nécessaire que l'activité physique devienne partie intégrante des systèmes qui façonnent déjà le quotidien des enfants : éducation, vie communautaire, espace public, sport, santé et politiques locales.

Cela signifie changer :

- des activités aux environnements,
- des projets à la pratique,
- des organisations individuelles à la responsabilité partagée,
- du financement temporaire à la propriété à long terme.

Le rôle de l'EHLA n'est donc pas de proposer un programme européen unique et figé, mais de fournir une orientation commune, des principes pratiques et des exemples éprouvés que d'autres peuvent adapter, renforcer et développer.

L'ambition est claire : faire de l'activité physique un choix facile, normal et inclusif – chaque jour, pour chaque enfant.



9. Valeur ajoutée européenne et contribution à la campagne de sensibilisation

9.1 De la coopération européenne à l'action locale

La valeur ajoutée européenne de la Journée active EHLA réside dans la combinaison d'objectifs partagés, de coopération internationale et de mise en œuvre adaptée au contexte local.

Plutôt que d'introduire un programme standardisé à l'échelle européenne, le consortium a développé un cadre commun permettant aux partenaires de s'appuyer sur leurs propres systèmes éducatifs, leurs initiatives existantes et leur expertise locale.

Il en a résulté trois approches complémentaires : l'intégration du mouvement dans l'apprentissage quotidien aux Pays-Bas, la mise en relation des écoles avec des activités de plein air et communautaires en Italie, et la combinaison de la pratique sportive avec l'éducation aux valeurs et le développement personnel en Turquie.

Ensemble, ces interventions ont démontré comment la coopération européenne peut soutenir l'innovation pratique tout en respectant les différences nationales et locales.

9.2 Apprendre au-delà des frontières

L'une des contributions importantes de la Journée active EHLA a été l'opportunité offerte aux partenaires d'apprendre des expériences des uns et des autres.

Grâce à des réunions internationales, des visites de sites, une préparation et une évaluation conjointes, le consortium a échangé des connaissances sur différentes approches visant à promouvoir l'activité physique chez les enfants.

Les projets pilotes nationaux ont fourni des exemples concrets de la manière dont les écoles, les organisations sportives, les municipalités et les communautés peuvent contribuer à des modes de vie plus sains et plus actifs.

Ces expériences ont également mis en lumière les possibilités de transférer les pratiques efficaces d'un pays à l'autre. L'apprentissage actif, l'activité physique communautaire et l'éducation aux valeurs peuvent inspirer de futures initiatives au-delà des pays où elles ont été initialement mises en œuvre.

L'intérêt de cet échange ne réside pas dans la copie de programmes complets, mais dans la compréhension de ce qui fonctionne, pourquoi cela fonctionne et comment les éléments qui ont fait leurs preuves peuvent être adaptés à différentes circonstances locales.

9.3 Contribution à la campagne de sensibilisation EHLA

Le programme EHLA Active Day a contribué à la campagne de sensibilisation plus large en traduisant l'importance de l'activité physique et des modes de vie sains en expériences concrètes et visibles.

Dans les trois pays participants, plus de 3 100 enfants ont été touchés grâce à des activités qui encourageaient le mouvement, la participation et des expériences positives liées à l'activité physique.

Le programme a également impliqué les enseignants, les entraîneurs, les parents, les écoles, les municipalités et les organisations locales, étendant ainsi la sensibilisation au-delà des enfants directement concernés.

Les interventions nationales ont démontré différentes manières de promouvoir des modes de vie actifs :

- Aux Pays-Bas, l'activité physique est devenue partie intégrante de l'apprentissage quotidien en classe, permettant aux enseignants et aux enfants de bénéficier des bienfaits du mouvement pendant la journée scolaire.
- En Italie, les activités scolaires ont permis aux enfants de découvrir les possibilités d'activité physique dans les parcs publics, favorisant ainsi les liens entre les écoles, les familles et les communautés locales.
- En Turquie, la pratique sportive était associée à une éducation aux valeurs, au bien-être et aux habitudes de vie saines, renforçant ainsi le lien entre activité physique et développement personnel.

Outre la participation directe, les évaluations nationales, les supports de communication, la documentation visuelle et les résultats partagés du projet constituent des ressources permettant de sensibiliser un public européen plus large.

Ainsi, la campagne de sensibilisation a dépassé le simple cadre de la communication sur l'importance de l'activité physique. Elle a démontré comment encourager des modes de vie actifs grâce à des approches pratiques intégrées au quotidien.

9.4 Établir les bases d'une mise en œuvre future

Les résultats de la Journée active EHLA constituent une base pratique pour la diffusion, l'échange de connaissances et la mise en œuvre future.

Ces trois projets pilotes nationaux offrent des exemples concrets que les écoles, les municipalités, les organisations sportives et autres parties prenantes peuvent utiliser comme source d'inspiration pour élaborer leurs propres approches.

Les lignes directrices de l'EHLA, le programme de renforcement des capacités, les webinaires, le livre électronique, l'application et le site Web du projet soutiennent le partage et l'application plus larges de ces expériences.

Une leçon importante à retenir est que le changement durable exige bien plus que des actions isolées ou des projets temporaires. Il repose sur l'appropriation locale, la coopération entre les organisations, un soutien concret aux professionnels et l'intégration du mouvement dans les structures existantes.

La valeur ajoutée européenne de la Journée EHLA Active dépasse donc la simple mise en œuvre de trois projets pilotes nationaux. Elle réside dans le partage des connaissances, l'expérience pratique et les principes transposables qui peuvent soutenir de futures initiatives à travers l'Europe.

La Journée EHLA Active démontre qu'une ambition européenne partagée peut conduire à différentes solutions locales, tout en contribuant à un objectif commun : faire d'une vie active et saine une partie naturelle, accessible et inclusive du quotidien.

Réflexion finale / Note de clôture

La Journée de l'activité physique d'EHLA a démontré que des objectifs européens partagés peuvent aboutir à des solutions très différentes et adaptées aux contextes locaux. Les projets pilotes menés aux Pays-Bas, en Italie et en Turquie ont montré qu'il n'existe pas de modèle unique pour encourager les enfants à adopter des modes de vie plus actifs. L'essentiel est de partir d'une ambition claire, de comprendre le contexte local, de s'appuyer sur les ressources existantes et d'intégrer l'activité physique dans l'environnement quotidien d'une manière adaptée aux personnes et aux structures concernées.

La valeur de ce projet réside non seulement dans les trois projets pilotes eux-mêmes, mais aussi dans les enseignements qui peuvent désormais être tirés. Écoles, municipalités, organisations sportives, entraîneurs et collectivités peuvent s'inspirer de ces expériences, adapter les éléments les plus pertinents à leur propre contexte et continuer à développer des approches qui intègrent l'activité physique au quotidien.

Le projet EHLA, dans son ensemble, soutient cette prochaine étape. Le guide, le programme de renforcement des capacités, les webinaires, le livre électronique, l'application et le site web fournissent des connaissances, des outils et des ressources supplémentaires qui peuvent aider les organisations à appliquer, adapter et pérenniser les principes testés lors de la Journée active. Ensemble, ces éléments font le lien entre les données probantes, l'expérience pratique et la mise en œuvre future.

La journée d'activité EHLA ne s'arrête donc pas à la fin des projets pilotes. Elle laisse derrière elle des approches éprouvées, des enseignements partagés et une source d'inspiration pratique sur laquelle d'autres pourront s'appuyer.



La théorie et la pratique sont rarement en accord. Il est relativement aisé de dessiner un diagramme avec trois cercles qui se chevauchent et qui sont censés générer des résultats quasi automatiquement. En revanche, mener à bien ce travail dans trois pays différents, auprès de plus de 3 000 enfants, est une tâche bien plus complexe. Nous sommes fiers d'y être parvenus, même si cela a exigé une grande flexibilité. Les annexes suivantes présentent un aperçu pour chaque pays, incluant les questionnaires et, plus spécifiquement pour la Turquie, les documents relatifs au projet. Ces annexes ne constituent qu'un aperçu ; les

résultats détaillés figurent dans le rapport de projet, WP4.2 : Campagne de sensibilisation.

LES PAYS-BAS

Séance de réflexion active EHLA (anglais)

Méthode d'évaluation des enfants basée sur le mouvement
Journée d'activité EHLA – Pays-Bas | Italie | Turquie

« Le projet pilote EHLA a également exploré des méthodes d'évaluation actives et basées sur le mouvement, conformément à la philosophie d'intégration du mouvement dans tous les aspects de la journée scolaire. »

Il ne s'agira PAS d'une séance de questionnaire classique où les enfants restent assis tranquillement derrière un bureau.

Ce sera :

- évaluer par le mouvement,
- réflexion active,
- amusant,
- interaction,
- et en même temps en collectant des données utiles.

Grâce à cette évaluation active, nous souhaitons explorer :

- si les enfants ont commencé à apprécier davantage le mouvement,
- qu'ils soient devenus plus actifs physiquement,
- comment ils ont vécu les activités,
- quel a été l'effet sur leur expérience scolaire et leur niveau d'énergie,
- et quelles parties ont eu le plus grand impact.

Structure de la session

- Durée totale : environ 30 à 40 minutes
- Introduction – brève explication
- Partie 1 – Activité des 4 coins actifs
- Partie 2 – Activités de réponse basées sur le mouvement
- Partie 3 – Réflexion en binôme
- Partie 4 – Réflexion individuelle sur la sortie

Principes clés

- OUI, en groupe/en classe : plaisir, motivation, préférences, niveaux d'énergie et activités préférées.
- NON en groupe/en classe : problèmes de sécurité, insécurité, exclusion ou expériences négatives.

Matériel nécessaire

- 4 affiches d'angle – voir pièce jointe
- cartes souriantes
- post-it
- Feuilles A4
- stylos
- 4 récipients/bocaux pour recueillir les notes de réponse anonymes aux questions finales

Début de la session

« Aujourd'hui, nous allons revenir sur les activités de la Journée active EHLA de manière ludique et interactive. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Ce qui nous intéresse avant tout, ce sont vos expériences et vos idées. »

Informations de base pour la session

L'enseignant/animateur enregistre les informations du groupe :

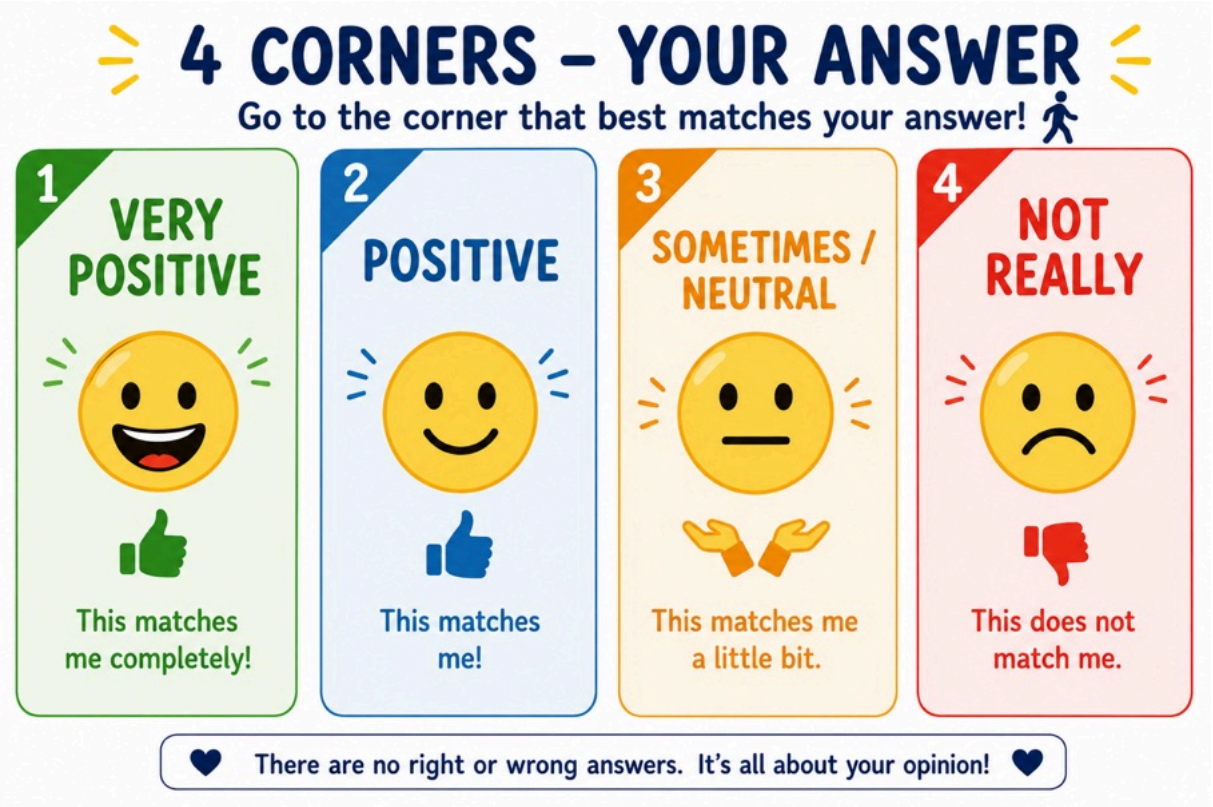
- nombre de garçons/filles,
- groupe d'âge,
- école,
- et le pays.

Puis commencent les questions d'évaluation active.

Partie 1 – Mouvement et plaisir

Questions sur les 4 coins actifs

Imprimez les affiches ci-dessous et placez-les dans différents coins de la salle de classe, du gymnase ou du parc.



Questions

1. Aimez-vous être physiquement actif ?

2. Êtes-vous devenu plus actif grâce à EHLA ?
3. Avez-vous davantage apprécié l'école grâce aux activités physiques supplémentaires ?
4. Vous sentiez-vous plus énergique pendant les jours d'école ?
5. Souhaiteriez-vous avoir plus de moments actifs à l'école ?
6. Avez-vous découvert de nouvelles activités que vous appréciez ?

Collecte de données

- L'animateur compte le nombre d'enfants dans chaque coin ou prend une photo pour chaque question comme preuve.

Partie 2 – L'école et la vie quotidienne

Activités de réponse basées sur le mouvement

Projetez les images sur un écran ou imprimez-les et placez-les bien en vue afin que les enfants comprennent clairement à quelle réponse correspond chaque mouvement.



- Jumping Jacks = vraiment amusant
- Les squats = amusant
- Les fentes = parfois amusant
- Rester immobile = pas très amusant

Pour chaque question :

- Choisissez la réponse qui vous convient le mieux.
- Effectuez le mouvement associé à votre réponse.

Question 7

Aimes-tu bouger davantage pendant les cours ?

Répondre	Mouvement
😀 Beaucoup	Jumping Jacks

Répondre	Mouvement
🙂 Oui	Squats
😐 Neutre	Fentes
🙁 Non	Immobile

Question 8

Peut-on mieux se concentrer après un déménagement ?

Répondre	Mouvement
😀Oui, bien mieux	Jumping Jacks
🙂Oui, un peu mieux	Squats
😐 Parfois	Fentes
🙁 Non	Immobile

Question 9

Vous sentez-vous plus énergique les jours d'école ?

Répondre	Mouvement
😀Oui, beaucoup plus énergique	Jumping Jacks
🙂Oui, un peu plus d'énergie	Squats
😐 Parfois	Fentes
🙁 Non	Immobile

Question 10

L'EHLA a-t-elle rendu l'école plus agréable ?

Répondre	Mouvement
😀Oui, beaucoup plus agréable	Jumping Jacks
🙂Oui, un peu plus agréable	Squats
😐 Parfois	Fentes
🙁 Non	Immobile

Question 11

Le programme EHLA vous a-t-il aidé à mieux coopérer avec les autres enfants ?

Répondre	Mouvement
😀Oui, beaucoup plus	Jumping Jacks
🙂Oui, un peu plus	Squats
😐 Parfois	Fentes

Répondre	Mouvement
😕 Non	Immobile

Partie 3 – Réflexion en binôme / Entretien en marchant

Inscrivez ces questions sur des feuilles A4 et laissez les enfants se promener dans la classe, la cour de récréation ou le parc tout en en discutant.
S'il n'y a pas assez de place pour marcher, les enfants peuvent simplement en discuter par deux.

Questions

- Qu'avez-vous le plus apprécié ?
- Qu'avez-vous appris de ces activités ?
- Qu'aimeriez-vous faire plus souvent ?
- Que devraient continuer à faire les écoles ?
- Votre vision du mouvement et d'une vie saine a-t-elle changé depuis ?
- Avez-vous des idées pour rendre EHLA encore plus amusant ou meilleur ?

Commentaires et observations

Quelques enfants partageront peut-être leurs réponses avec le groupe.

L'animateur consigne ses observations (l'enregistrement audio est encore mieux, car il peut être analysé ultérieurement).

L'animateur observe :

- fiançailles,
- enthousiasme,
- coopération,
- et la participation durant la séance.

Important à collecter :

- citations,

- déclarations remarquables,
- thèmes récurrents.

Cela constitue un élément précieux pour le rapport final.

Questions individuelles anonymes facultatives

Les dernières questions peuvent également être remplies individuellement et anonymement.

Cela peut se faire en :

- projeter ou lire les questions à la classe,
- donner à chaque enfant 4 petits billets.

Les enfants écrivent leur réponse sur un bout de papier et le placent dans :

- Pot 1 pour la réponse 1,
- Pot 2 pour la réponse 2,
- Pot 3 pour la réponse 3,
- Bocal 4 pour la réponse 4.

Aucun nom n'est inscrit sur les notes — elles sont totalement anonymes et remplies à leur propre rythme.

Une fois l'activité terminée, les enfants peuvent passer tranquillement à une autre.

Partie 4 – Réflexion individuelle sur la sortie

1. Je me suis sentie à l'aise pendant les activités de l'EHLA.
2. Je me sentais en sécurité.
3. Tout le monde a pu participer.
4. Avez-vous autre chose à ajouter ?

Pourquoi cette méthode est efficace

- Cela correspond à la philosophie de l'EHLA et à l'apprentissage par le mouvement.
- Cela abaisse les barrières à la participation.
- Cela rend l'évaluation agréable.
- Cela crée une interaction directe.
- Elle fournit à la fois des données quantitatives et des témoignages personnels.
- Cela fonctionne à l'échelle internationale.

Cette méthode combine :

- Activités aux quatre coins,
- réponses basées sur le mouvement,
- entretiens en marchant,
- et la réflexion individuelle.

De cette manière, elle crée une méthode d'évaluation qui correspond pleinement à la vision de la Journée active EHLA :

Intégrer le mouvement dans tous les aspects de la journée scolaire.

Séance de réflexion active EHLA

Méthode d'évaluation mobile pour les enfants
Journée d'activité EHLA – Pays-Bas | Italie | Turquie

« Le projet pilote EHLA a également exploré des méthodes d'évaluation actives et basées sur le mouvement, conformément à la philosophie d'intégration du mouvement dans tous les aspects de la journée scolaire. »

Il ne s'agira pas d'une séance de questionnaire classique où les enfants restent assis tranquillement derrière une table.

Ce sera :
- évaluer par le mouvement,
- réfléchir activement,
- plaisir,
- interaction,
— et collecter simultanément des données exploitables.

Grâce à cette évaluation active, nous souhaitons étudier :
- si les enfants ont tiré davantage de plaisir de l'activité physique,
- s'ils ont commencé à bouger davantage,
- comment ils ont vécu les activités,
- quel a été l'effet sur l'expérience scolaire et l'énergie,
— et quelles parties ont eu le plus d'impact.

structure de la session

- Durée totale : ± 30 à 40 minutes
- Introduction – brève explication
- Partie 1 – Quadrilatères actifs
- Partie 2 – méthodes de travail actives
- Partie 3 – double réflexion
- Partie 4 – Sortie individuelle

Principes clés

- En classe, OUI : plaisir, motivation, préférences, énergie et activités préférées.
- PAS en salle de classe : sécurité, incertitude, exclusion ou expériences négatives.

Fournitures

- 4 affiches d'angle – voir pièce jointe
- cartes souriantes
- post-it
- Feuilles A4
- le stylo
- 4 bocaux pour y mettre des notes pour les questions de dernière minute.

Début de la leçon

- Aujourd'hui, nous allons revenir sur les activités de la Journée active EHLA. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Vos expériences et vos idées nous intéressent tout particulièrement.

Base de la leçon :

L'enseignant/le superviseur renseigne les données du groupe : nombre de garçons/filles, âge, etc.
quelle école et quel pays

Passons maintenant aux réponses aux questions (actives)

Partie 1 – Mouvement et amusement Questions à quatre coins

Imprimez les affiches ci-dessous et accrochez-les dans différents coins de la salle de classe/du gymnase/du parc.



- Question 1 – Aimez-vous faire de l'exercice ?
- Question 2 – Avez-vous commencé à bouger davantage à cause de l'EHLA ?
- Question 3 – Avez-vous préféré l'école lorsqu'il y avait plus de mouvement ?
- Question 4 – Vous sentiez-vous plus énergique pendant les jours d'école ?
- Question 5 – Souhaiteriez-vous voir davantage d'activités physiques à l'école ?
- Question 6 – Avez-vous découvert de nouvelles activités que vous appréciez ?

Collecte de données

- Le surveillant compte le nombre d'enfants par coin ou prend une photo par question (preuve).

Partie 2 – L'école et la vie quotidienne

Déplacer les formes de réponse – projetez les images sur le tableau ou imprimez-les et affichez-les de manière à ce qu'il soit clair quel mouvement correspond à quelle réponse.

- Les sauts avec écart latéral = super amusant
- Les squats, c'est amusant
- Les fentes = parfois amusant
- Rester immobile = pas très amusant



Pour chaque question :

- Choisissez la réponse qui vous convient le mieux.
- Effectuez le mouvement correspondant à votre réponse.

Question 7

Aimes-tu qu'il y ait plus de mouvement pendant les cours ?

Répondre	Mouvement
😀Très agréable	Jumping Jacks
🙂 Bien	Squats
😐Neutre	Fentes
😕Pas agréable	Restez immobile

Question 8

Peut-on mieux se concentrer après avoir fait de l'exercice ?

Répondre	Mouvement
😀Oui, bien mieux	Jumping Jacks
🙂Oui, un peu mieux	Squats

Répondre	Mouvement
😐Parfois	Fentes
😕Néant	Restez immobile

Question 9

Vous sentez-vous plus énergique les jours d'école ?

Répondre	Mouvement
😀Oui, beaucoup plus énergique	Jumping Jacks
🙂Oui, un peu plus énergique	Squats
😐Parfois	Fentes
😕Néant	Restez immobile

Question 10

L'EHLA a-t-elle rendu l'école plus amusante ?

Répondre	Mouvement
😀Oui, beaucoup plus amusant	Jumping Jacks
🙂Oui, un peu plus amusant	Squats
😐Parfois	Fentes
😕Néant	Restez immobile

Question 11

Avez-vous davantage collaboré avec d'autres enfants grâce à EHLA ?

Répondre	Mouvement
😀Oui, beaucoup plus	Jumping Jacks
🙂Oui, un peu plus	Squats
😐Parfois	Fentes
🙁Néant	Restez immobile

Partie 3 – Par deux ; entretien (en marchant)

Écrivez ces questions sur une feuille A4 et laissez les élèves se promener dans la classe, la cour de récréation ou le parc. S'il n'y a pas assez de place pour se déplacer, discutez-en ensuite par deux.

- Qu'est-ce qui vous a le plus plu ?
- Qu'avez-vous appris de ces activités ?
- Qu'aimeriez-vous faire plus souvent ?
- Que devraient vraiment conserver les écoles ?
- Votre vision de l'exercice physique et d'une vie saine a-t-elle également évolué depuis ?
- Avez-vous des idées pour rendre EHLA encore plus amusant ou meilleur ?

RETOUR
Il se peut que quelques enfants partagent quelque chose.
L'animateur prend des notes (l'enregistrement est encore mieux, car il permet de revenir sur certains points ultérieurement). Pendant la séance, il observe l'engagement, l'enthousiasme, la collaboration et la participation des participants.

- Citations, déclarations marquantes, thèmes récurrents

Voilà une mine d'or pour nos reportages.

Vous pourriez faire remplir les dernières questions individuellement (de manière anonyme).

Vous pouvez le faire en posant la question à toute la classe ou en la projetant/imprimant au tableau et en distribuant à chacun 4 petits papiers.
Question 1, question 2, question 3 et question 4.
Ils écrivent la réponse sur un bout de papier, puis se rendent au bocal n° 1 pour la réponse n° 1 et y déposent le papier. Bocal n° 2 pour la réponse n° 2, bocal n° 3 pour la réponse n° 3 et bocal n° 4 pour le dernier papier. Aucun nom n'est inscrit dessus, l'anonymat est total et chacun travaille à son rythme. Une fois terminé, ils peuvent vaquer à d'autres occupations.

Partie 4 – Sortie individuelle

1. Je me suis sentie à l'aise pendant mon séjour à EHLA.
2. Je me sentais en sécurité.
3. Tout le monde pouvait participer.
4. Que voulez-vous ajouter ?

Pourquoi cette méthode est efficace
Cela correspond aux principes de l'EHLA et à l'apprentissage actif.
Cela abaisse le seuil d'achèvement
Cela rend l'évaluation amusante
Elle permet une interaction directe
Elle fournit à la fois des données et des récits.
Elle opère à l'international

Cette méthode combine :
- Méthodes de travail à 4 coins,
- réponses émouvantes,
- entretiens en marchant,
— et la réflexion individuelle.

Cela crée une forme d'évaluation qui correspond parfaitement à la vision de la Journée active d'EHLA : intégrer le mouvement dans toutes les parties de la journée scolaire.

ITALIE

Séance de réflexion active EHLA - Évaluation par le mouvement pour les enfants

Journée active EHLA – Italie | Parcs en mouvement

« Le projet pilote EHLA a également exploré des méthodes d'évaluation actives et basées sur le mouvement, conformément à la philosophie d'intégration du mouvement dans tous les aspects de la journée scolaire et de la vie communautaire. »

Il ne s'agit PAS d'une séance de questionnaire standard où les enfants restent assis tranquillement derrière une table.

Cette session porte sur :

- réfléchir par le mouvement,
- participation active,
- plaisir,
- interaction,
- et recueillir des commentaires pertinents de manière attrayante.

Grâce à cette évaluation active, nous souhaitons explorer :

- si les enfants appréciaient davantage de bouger,
- qu'ils soient devenus plus actifs physiquement,
- comment ils ont vécu les activités de l'EHLA et de Parchi in Movimento,
- quels effets les activités ont eu sur l'énergie, le bien-être et l'expérience scolaire,
- et quelles activités ont eu le plus d'impact.

Structure de la session

- Durée totale : ± 30 à 40 minutes
- Introduction – brève explication
- Partie 1 – Questions à quatre coins actives
- Partie 2 – Activités de réponse basées sur le mouvement

- Partie 3 – Entretien en binôme
- Partie 4 – Réflexion individuelle sur la sortie

Principes fondamentaux

OUI – Discutez-en ensemble en groupe :

- plaisir
- motivation
- activités préférées
- expériences de mouvement en plein air
- énergie et participation

NE FAIT PAS PARTIE DU GROUPE :

- insécurité
- le sentiment d'exclusion
- des expériences désagréables ou négatives

Matériel nécessaire

- 4 affiches d'angle – voir pièce jointe
- cartes souriantes
- Post-it
- Papiers A4
- stylos/crayons
- 4 contenants ou boîtes pour les réponses anonymes
- musique facultative

Début de la session

« Aujourd'hui, nous allons réfléchir de manière interactive aux activités de la Journée active EHLA et de Parchi in Movimento. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Vos expériences, opinions et idées nous intéressent. »

Informations de base pour la session

L'enseignant/animateur consigne :

- nombre de garçons/filles,
- groupe d'âge,
- école,

- ville,
- et le pays.

La séance de réflexion active commence alors.

Partie 1 – Mouvement et plaisir

Questions actives à 4 coins

Imprimez les affiches et placez-les dans différents coins de la salle de classe, du gymnase, de la cour de récréation ou du parc.

Question 1

• Aimez-vous bouger et être actif ?

Question 2

• Êtes-vous devenu plus actif grâce à EHLA et Parchi in Movimento ?

Question 3

• Les activités en plein air et au parc ont-elles rendu l'école ou votre journée plus agréables ?

Question 4

• Vous sentiez-vous plus énergique pendant les jours d'école ?

Question 5

• Souhaiteriez-vous avoir davantage d'activités physiques en extérieur pendant ou après l'école ?

Question 6

• Avez-vous découvert de nouveaux jeux, sports ou activités de plein air que vous appréciez ?

Collecte de données

• L'animateur compte le nombre d'enfants qui se trouvent dans chaque coin.
OU
• L'animateur prend une photo des positions du groupe pour chaque question (preuve/documentation).

Partie 2 – L'école et la vie quotidienne

Activités de réponse basées sur le mouvement

Projetez les illustrations des mouvements au tableau ou imprimez-les et affichez-les afin que les enfants comprennent clairement à quelle réponse correspond chaque mouvement.

• Les sauts avec écart latéral sont très positifs
• Les squats = Positif
• Fentes = Parfois / neutre
• Rester immobile = Pas vraiment / négatif

Pour chaque question :

- Les enfants choisissent la réponse qui leur convient le mieux.
- et effectuez le mouvement associé à cette réponse.

Répondre	**Mouvement**
😀Très positif	Jumping Jacks
🙂 Positif	Squats
😐Parfois / Neutre	Fentes
😕 Pas vraiment	Immobile

Question 7

Aimez-vous avoir plus de mouvement et d'activités en plein air pendant les heures de classe ?

Répondre	Mouvement
😀 Beaucoup	Jumping Jacks
🙂 Oui	Squats
😐 Neutre	Fentes
😕 Pas vraiment	Immobile

Question 8

Arrive-t-on à mieux se concentrer après avoir bougé ou fait des activités en plein air ?

Répondre	Mouvement
😀Oui, bien mieux	Jumping Jacks
🙂Oui, un peu mieux	Squats
😐 Parfois	Fentes
😕 Non	Immobile

Question 9

Vous sentez-vous plus énergique les jours d'école ?

Répondre	Mouvement
😀Beaucoup plus énergique	Jumping Jacks
🙂Un peu plus d'énergie	Squats
😐 Parfois	Fentes

Répondre	Mouvement
😕 Non	Immobile

Question 10

Est-ce que EHLA et Parchi in Movimento ont rendu vos journées d'école plus agréables ?

Répondre	Mouvement
😀Oui, beaucoup plus agréable	Jumping Jacks
🙂Un peu plus agréable	Squats
😐 Parfois	Fentes
😕 Non	Immobile

Question 11

Avez-vous davantage collaboré avec d'autres enfants pendant les activités ?

Répondre	Mouvement
😀Oui, beaucoup plus	Jumping Jacks
🙂Oui, un peu plus	Squats
😐 Parfois	Fentes
😕 Non	Immobile

Partie 3 – Entretien en binôme

Inscrivez ces questions sur des feuilles A4 et laissez les enfants se promener dans la salle de classe, la cour de récréation ou le parc tout en en discutant par deux.
S'il n'y a pas assez de place pour marcher, les enfants peuvent discuter des questions en restant assis ensemble.

- Quelle a été votre activité préférée ?
- Qu'avez-vous appris de ces activités ?
- Quelle activité de plein air ou en parc aimeriez-vous pratiquer plus souvent ?
- Quelles activités les écoles devraient-elles absolument continuer à utiliser ?
- Votre vision du mouvement et d'une vie saine a-t-elle changé depuis ?
- Avez-vous des idées pour améliorer encore EHLA ou Parchi in Movimento ?

MOMENT DE RETOUR D'INFORMATION

Quelques enfants partageront peut-être leurs réflexions.

L'animateur prend des notes (cet enregistrement peut également être utile pour un compte rendu ultérieur) :

- citations,
- commentaires remarquables,
- thèmes récurrents.

L'animateur observe également :

- fiançailles,
- enthousiasme,
- coopération,
- et la participation durant la séance.

Ces réflexions peuvent s'avérer extrêmement précieuses pour la production de rapports et la diffusion des informations relatives à l'EHLA.

Réflexion individuelle anonyme

Les dernières questions peuvent être posées individuellement et anonymement.

L'animateur pose la question à voix haute ou la projette au tableau.

Chaque enfant reçoit 4 petites cartes-réponses :

- Réponse 1
- Réponse 2
- Réponse 3
- Réponse 4

Enfants:

- notez leur réponse,
- marcher jusqu'au conteneur correspondant,
- et placez la carte à l'intérieur.

Aucun nom n'est inscrit sur les cartes.

Les enfants répondent de manière autonome et à leur propre rythme.

Une fois terminé, ils peuvent passer tranquillement à une autre activité.

Partie 4 – Réflexion individuelle sur la sortie

1. Je me suis sentie à l'aise pendant EHLA et Parchi in Movimento.
2. Je me suis sentie en sécurité pendant les activités.
3. Tout le monde a pu participer.
4. Avez-vous autre chose à ajouter ?

Pourquoi cette méthode est puissante

• Cela correspond parfaitement aux principes de l'EHLA et de l'apprentissage actif
• Il abaisse la barrière des questionnaires traditionnels
• Cela rend l'évaluation agréable et active
• Cela crée une interaction et un engagement directs

• Elle recueille à la fois des données et des témoignages
• Cela fonctionne à l'international
• Cela s'intègre naturellement aux activités de plein air et communautaires

---

Cette méthode combine :

- Activités aux quatre coins,
- réponses basées sur le mouvement,
- entretiens en marchant,
- et la réflexion individuelle.

Cela crée une méthode d'évaluation qui correspond pleinement à la philosophie d'EHLA Active Day et de Parchi in Movimento :

Intégrer le mouvement, le bien-être et la participation active dans la vie quotidienne de l'école et de la communauté.

TURQUIE

PROJET DOWNMise en œuvre des journées actives

Enquête sur la satisfaction des parents et le développement du caractère de l'enfant

Métrique / Informatio	Détail
Période d'enq	16 juin - 8 septembre 2026
Taux de répo	2,5%
Réponses val	36









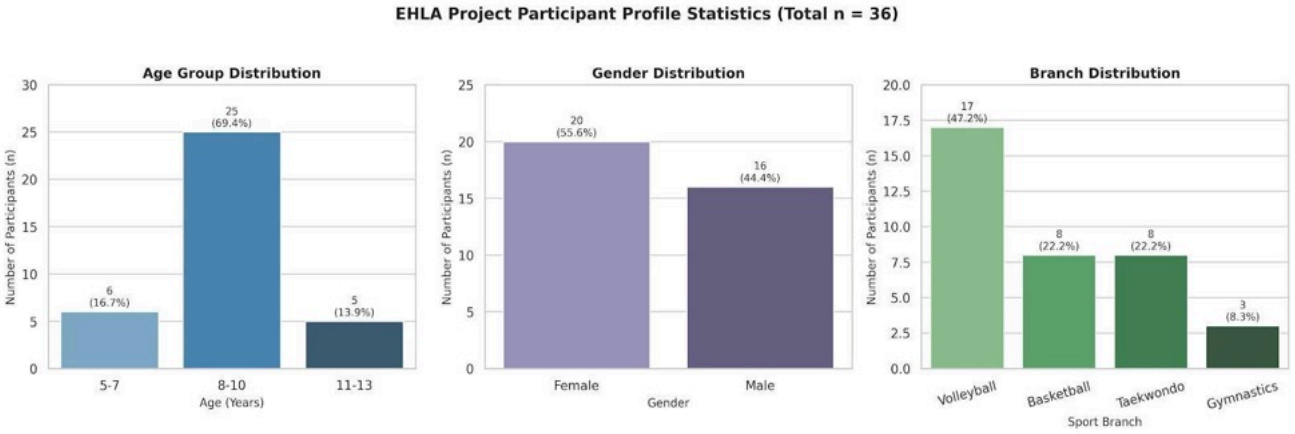


Dans le cadre du programme EHLA-Active Days mis en œuvre dans le cadre du projet EHLA aux écoles de sport de l'IMM (municipalité métropolitaine d'Istanbul), des cartes éducatives ont été utilisées pour enseigner aux enfants la doctrine de la « culture et des valeurs sportives »,

des bracelets pour motiver les enfants, et des médailles de valeurs et des cartes de jeu pour enseigner les valeurs fondamentales.

Profil du participant

Le sondage a été rempli par les parents d'enfants fréquentant les écoles de sport.



Plus des deux tiers de l'échantillon (69,4 %) appartiennent à la tranche d'âge des 8-10 ans. Le volley-ball représente à lui seul près de la moitié des réponses, les filles étant nettement majoritaires dans cette discipline (14 filles pour 3 garçons), tandis que les garçons sont majoritaires au basket-ball et au taekwondo. Les 3 enfants inscrits en gymnastique appartiennent à la tranche d'âge des 5-7 ans ; par conséquent, les résultats concernant la gymnastique et la tranche d'âge des 5-7 ans se recoupent largement et ne doivent pas être interprétés séparément.

Perception du développement du personnage (échelle de Likert 1 à 4)

On a demandé aux parents, sur une échelle de 1 à 4, si leurs enfants avaient progressé dans 9 domaines comportementaux différents après avoir pratiqué un sport (1 = pas du tout d'accord, 4 = tout à fait d'accord). Une « réponse positive » correspond à la somme des scores 3 et 4. Code couleur : vert 89 % (bon niveau), rouge < 75 % (priorité à l'amélioration).

Classement général

EHLA Project - Participant Behavioral & Character Development Evaluation

Statement	Mean (1-4)	Positive %	Strongly Agree (4)
Self-confidence & courage to join new environments	3.36	86.1%	58.3%
Compliance with rules (home, school, social)	3.28	86.1%	47.2%
Empathy and tolerance	3.17	83.3%	36.1%
Friendship building and teamwork	3.28	80.6%	50.0%
Sense of responsibility	3.17	77.8%	41.7%
General character development	3.19	77.8%	44.4%
Patience and perseverance	3.08	75.0%	38.9%
Respect and honesty	3.17	72.2%	47.2%
Sleep, nutrition, and hygiene habits	2.94	69.4%	30.6%
OVERALL (9 Statements)	**3.18**	**78.7%**	**43.8%**

EHLA

Aucune des déclarations n'a dépassé le seuil de 90 %, mais aucune n'est descendue en dessous de 65 %. Les résultats montrent que les parents perçoivent de façon constante la contribution du programme au développement du caractère, même si ce constat n'est pas incontestable.

Points forts : Les domaines socio-émotionnels (confiance en soi, respect des règles, empathie, esprit d'équipe) donnent les meilleurs résultats. Cela correspond à la nature même des sports collectifs : s'investir au sein d'une équipe, respecter l'autorité des arbitres et des entraîneurs, et interagir directement avec ses pairs contribuent au développement de ces compétences.

Zone nécessitant une attention particulière : Le respect et l'honnêteté sont les domaines sociaux les moins bien notés (72,2 %) ; 10 parents sur 36 (27,8 %) ont attribué à cette affirmation la note de 1 ou 2. Il est nécessaire d'accroître visiblement le fair-play et l'importance accordée au respect dans la formation.

Priorité d'amélioration : Le sommeil, la nutrition et l'hygiène sont les seuls domaines qui restent dans la zone rouge (69,4 % ; moyenne : 2,94). Ces comportements se forgent davantage à la maison que sur le terrain de sport ;

l'impact de l'école de sport ne peut être renforcé que par l'information des parents et des conseils simples à appliquer à la maison.

Comparaison des disciplines

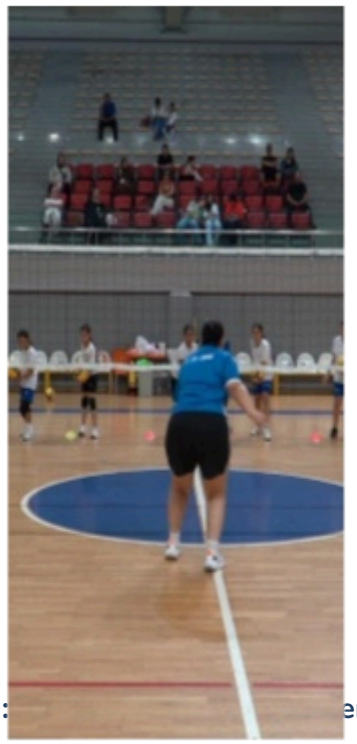
Les valeurs représentent le taux de réponses positives (3+4). Entre parenthèses : nombre de réponses. « Gymnastique » indique une tendance uniquement depuis .

EHLA Project - Branch Comparison Table of Behavioral Evaluations

Statement	Volleyball (17)	Basketball (8)	Taekwondo (8)	Gymnastics (3)
Respect and honesty	V: 76.5%	B: **100.0%**	T: 37.5%	G: 66.7%
Sense of responsibility	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 50.0%	G: 66.7%
Sleep, nutrition, and hygiene	V: 70.6%	B: 75.0%	T: 62.5%	G: 66.7%
Friendship and teamwork	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 62.5%	G: 66.7%
Patience and perseverance	V: 76.5%	B: 87.5%	T: 62.5%	G: 66.7%
Empathy and tolerance	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 75.0%	G: 66.7%
Self-confidence and courage	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 75.0%	G: 100.0%
Compliance with rules	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 75.0%	G: 100.0%
General character development	V: 64.7%	B: 87.5%	T: 87.5%	G: 100.0%
TOTAL / OVERALL	**V: 77.8%**	**B: 94.4%**	**T: 65.3%**	**G: 77.8%**

EHLA project







La discipline est la variable la plus déterminante dans cette enquête. Le taux de positivité global atteint 94,4 % (moyenne de 3,60).**Basket-ball**, se situant dans la catégorie « très haute satisfaction », tandis qu'elle chute à 65,3 % (moyenne de 2,75) en**Taekwondo**un écart de 29 points de pourcentage entre les deux disciplines.**Volley-ball**(77,8%) et**Gymnastique**moyenne générale.

Basket-ball: Sept des huit affirmations ont reçu 100 % de réponses positives. Seule la question de la nutrition et du sommeil fait exception (75 %). L'approche pédagogique et la dynamique de groupe mises en œuvre par ce groupe devraient servir de modèle de bonnes pratiques pour d'autres disciplines.

Taekwondo : Seulement 37,5 % de réponses positives concernent le respect et l'honnêteté, soit le score le plus bas de l'ensemble du rapport. La responsabilité (50 %), le travail d'équipe, la patience et la nutrition (62,5 %) figurent également parmi les priorités. À l'inverse, le score de 87,5 % d'avis positifs concernant le « développement général du caractère » est paradoxal : les parents perçoivent un bénéfice général, mais ne le constatent pas dans les comportements concrets. Le taekwondo étant un sport fondé sur la discipline et le respect, ce constat justifie une analyse plus approfondie (âge des participants, communication avec l'entraîneur, mise en place de rituels pendant les cours).

Volley-ball: Les résultats sont équilibrés entre 76 et 82 % dans tous les domaines ; cependant, le « développement général du caractère » (64,7 %) est inférieur aux scores des différents domaines. Bien que les parents constatent des progrès individuels, ils ne les regroupent pas en un « progrès majeur ». Rendre le développement visible pour les parents (par exemple, avec une fiche de suivi en fin de trimestre) peut faire toute la différence.

Comparaison par groupe d'âge

EHLA Project - Age Group Comparison Table of Behavioral Evaluations

Statement	5-7 Years (6)	8-10 Years (25)	11-13 Years (5)
Respect and honesty	50.0%	**76.0%**	**80.0%**
Sense of responsibility	**66.7%**	**80.0%**	**80.0%**
Sleep, nutrition, and hygiene	**66.7%**	**68.0%**	**80.0%**
Friendship and teamwork	**66.7%**	**84.0%**	**80.0%**
Patience and perseverance	**66.7%**	**72.0%**	**100.0%**
Empathy and tolerance	**66.7%**	**84.0%**	**100.0%**
Self-confidence and courage	**83.3%**	**84.0%**	**100.0%**
Compliance with rules	**83.3%**	**84.0%**	**100.0%**
General character development	**66.7%**	**80.0%**	**80.0%**
OVERALL	**68.5%**	**79.1%**	**88.9%**

EHLA project

Les valeurs représentent le taux de réponse positive (3+4). Les groupes d'âge 5-7 et 11-13 ans correspondent à des échantillons de petite taille.

Le taux de réponses positives augmente progressivement avec l'âge : 68,5 % (moyenne de 2,83) chez les 5-7 ans, 79,1 % (moyenne de 3,22) chez les 8-10 ans et 88,9 % (moyenne de 3,42) chez les 11-13 ans. L'écart de 20 points de pourcentage entre les 5-7 ans et les 11-13 ans est notable. Le respect et l'honnêteté sont les qualités les moins bien perçues chez les plus jeunes (50 %), tandis que la patience, l'empathie, la confiance

en soi et le respect des règles obtiennent 100 % de réponses positives chez les 11-13 ans.

Ce schéma peut s'interpréter de deux manières : (1) les enfants plus âgés traduisent plus systématiquement leurs apprentissages en comportements ; (2) les parents sont plus attentifs aux changements chez les plus jeunes. Dans les deux cas, il sera bénéfique de bien gérer les attentes concernant les enfants de 5 à 7 ans et de conseiller les parents sur les points à observer à cet âge. Il est important de noter que la moitié des enfants de 5 à 7 ans pratiquent la gymnastique.

Niveau d'activité physique hebdomadaire

On a demandé aux parents combien de jours la semaine dernière leur enfant avait fait de l'exercice pendant au moins 30 minutes à une intensité qui accélérait sa respiration (modérée à élevée).

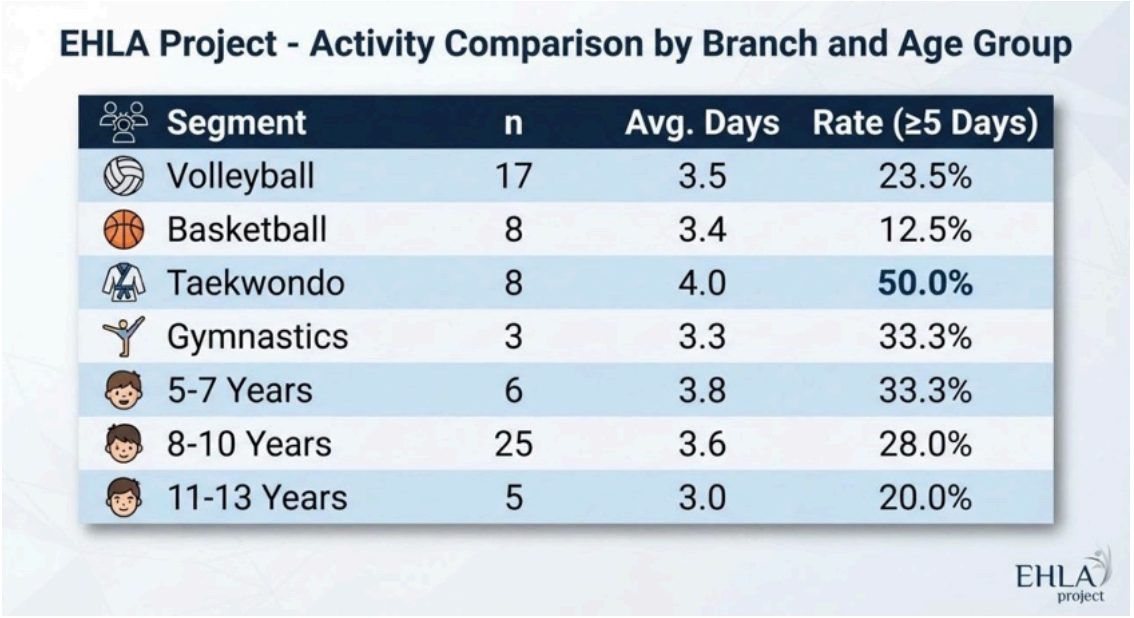
EHLA Project - Physical Activity Indicators (Total n=36)

Indicator	Value
Average active days / week	3.6
Median	3
Active ≥ 3 days a week	77.8% (28 children)
Active ≥ 5 days a week	27.8% (10 children)
Active every day (7)	11.1% (4 children)
0-1 day a week (inactive)	13.9% (5 children)

EHLA Project

Les réponses se concentrent autour de 3 jours (36,1 %), ce qui reflète très probablement la fréquence hebdomadaire des entraînements à l'école de sport. Autrement dit, pour une part importante des enfants, l'école de sport représente l'intégralité de leur activité physique hebdomadaire.

L'Organisation mondiale de la Santé recommande en moyenne 60 minutes d'activité physique d'intensité modérée à élevée par jour pour les enfants de 5 à 17 ans ; la proportion d'enfants atteignant ce niveau (5 jours ou plus par semaine) n'est que de 27,8 %, et 5 enfants (13,9 %) ne pratiquent pratiquement aucune activité physique en dehors de l'école de sport.



Une contradiction frappante : alors que les enfants pratiquant le taekwondo sont actifs en moyenne 4 jours par semaine, la moitié d'entre eux atteignant même 5 jours (le maximum), ce même groupe a obtenu les scores les plus faibles en matière de perception du développement du caractère. Le fait que les parents n'observent aucune amélioration comportementale malgré une forte participation physique suggère que le problème ne réside pas dans un manque de sport, mais plutôt dans l'approche pédagogique en classe. Par ailleurs, la diminution du nombre de jours d'activité physique avec l'âge (groupe des 11-13 ans : 3,0) est une tendance bien connue chez les préadolescents dont la charge scolaire

augmente, ce qui nécessite des incitations supplémentaires à l'activité physique pour ce groupe d'âge.

Évaluation globale

Les écoles de sport EHLA contribuent de manière significative, aux yeux des parents, notamment au développement socio-émotionnel des enfants (confiance en soi, respect des règles, empathie, esprit d'équipe). Le taux de satisfaction global s'élève à 78,7 %, ce qui les place dans la catégorie « bon niveau ». Pour atteindre un niveau de « très haut niveau de satisfaction », il est nécessaire de résoudre les incohérences entre les disciplines et de renforcer les aspects liés aux habitudes familiales.

Les points de convergence entre les objectifs fondamentaux du projet EHLA (European Healthy Lifestyle Actions) et le programme de doctrine de la culture et des valeurs sportives mis en œuvre dans les écoles de sport, ainsi que les principaux domaines d'intervention dans ce cadre, sont regroupés sous les rubriques suivantes :

Encourager les habitudes d'activité physique :L'objectif de promouvoir une activité physique régulière chez les enfants, l'un des principaux objectifs du projet EHLA, recoupe directement les séances hebdomadaires et le suivi des journées actives dans les écoles de sport ; les enfants sont accompagnés pour abandonner un mode de vie sédentaire et rester actifs 3 jours ou plus par semaine.

Santé et mode de vie holistiques : La philosophie du projet, axée sur un mode de vie sain, est renforcée par des sujets abordés dans les écoles de sport, tels que le sommeil, une alimentation équilibrée et l'hygiène personnelle, ce qui contribue à sensibiliser les enfants à la santé tout en favorisant leur développement physique.

Éducation au caractère et aux valeurs : Les objectifs de cohésion sociale et d'inclusion d'EHLA s'alignent directement sur les valeurs enseignées dans les écoles de sport, telles que le respect, l'honnêteté, le sens des responsabilités, l'empathie, la patience et le respect des règles ; l'aspect formateur du sport est mis en avant au même titre que l'aspect physique.

Esprit d'équipe et socialisation :L'intégration sociale et la participation communautaire soutenues par le projet renforcent les compétences

sociales des enfants grâce au travail d'équipe, à l'amitié, à la confiance en soi et au courage acquis dans les écoles de sport.

Développement ciblé par groupe d'âge :L'approche inclusive d'EHLA envers les groupes d'âge est combinée à la dynamique de différentes disciplines (volley-ball, basket-ball, taekwondo, gymnastique) pour favoriser l'acquisition de comportements sportifs adaptés aux capacités motrices et aux caractéristiques de développement de chaque groupe d'âge.

Rapport sur les médias sociaux

Une vidéo de présentation récapitulative du programme EHLA Active Days a été réalisée.

Pages Facebook (au 14 septembre 2026) :

Facebook : https://www.facebook.com/reel/1406711068251972
460 vues, 4 mentions « J'aime », 1 partage

X : https://x.com/ibbsporistanbul/status/2096192996643360869
914 vues, 1 j'aime

Instagram : https://www.instagram.com/p/Dc5y_thsl4f/ 32 200 vues, 98 mentions « J'aime »

Exemples :

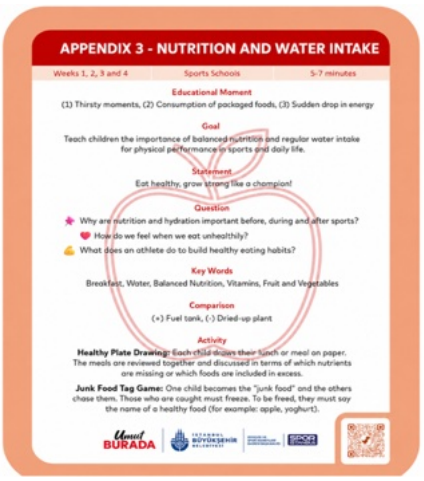

İSTANBUL'UN SPOR OKULLARI
ANTRENMAN İZLENCESİ
BAŞTAKİN AKTARIMI
5
KARŞILAMA
2
ISINMA
8
BİTİRME
5
ANA EVRE
40
Ümut BURADA

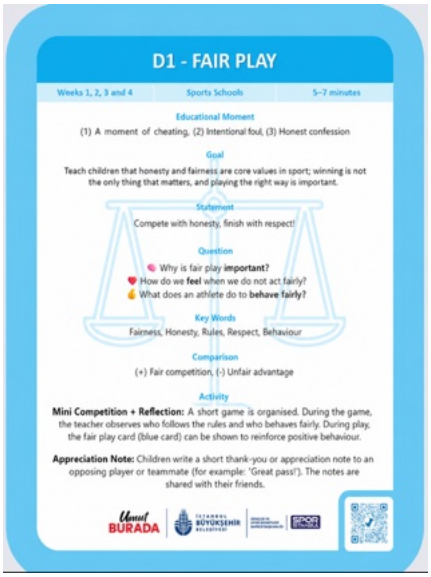

İSTANBUL'UN SPOR OKULLARI
DEĞERLER MADALYASI
arkadaşlık
saygı
ADİL OYUN
eşitlik
katılım
mükemmellik
kararlılık
Ümut BURADA


İSTANBUL'UN SPOR OKULLARI
REHBERLİK MÜFREDATI
SPOR KÜLTÜRÜ & DEĞER ÖĞRETİLERİ
SİSTEMATİK YAKLAŞIM
EĞİTİCİ ANLAR YAKLAŞIMI
AMAÇ
ODAK
KONULAR
ARAÇ
ZAMAN
SÜRE
YÖNTEM
ROL
İLETİŞİM
İZLENCE
Ümut BURADA


APPENDIX 2 - REST AND SLEEP
Weeks 1, 2, 3 and 4
Sports Schools
5–7 minutes
Educational Moment
(1) Body flexibility, (2) Post-training fatigue, (3) Difficulty concentrating
Goal
Teach children that rest and regular sleep are essential for the body to recover during sports and in daily life.
Statement
Sleep Sweet, Wake Up Strong Like a Lion!
Question
Why are rest and sleep important?
How do we feel if we do not get enough rest?
What does an athlete do to build good sleep and rest habits?
Keywords
Energy, Growth, Recovery, Vitality, Performance
Comparison
(+) A charged battery, (-) An empty battery
Activity
Sleep Chart: Children are given a one-week sleep chart. They fill in the chart with their families by noting what time they go to bed each day. At the end of the week, they talk about sleep together.
Stretch and Tell: After exercise, children do simple stretching movements accompanied by music. Then they discuss the question: Why is rest important?
Ümut BURADA


D5 - FRIENDSHIP
Weeks 1, 2, 3 and 4
Sports Schools
5–7 minutes
Educational Moment
(1) Conflict within the team, (2) Helping a teammate who has fallen, (3) Excluding a peer
Goal
Teach children the importance of building trust-based relationships through sport, showing solidarity, and being a good friend for emotional development.
Statement
Strong with your team, happy with your friend!
Question
Why is friendship important?
How do we feel when we behave in a hostile way?
What does an athlete do to behave like a good friend?
Key Words
Trust, Support, Solidarity, Sharing, Friendship
Comparison
(+) Hand in hand, (-) Broken chain
Activity
Friendship Story: "Can Bartu, one of the legendary names of Turkish sport, and Metin Oktay of Galatasaray remained very close friends despite playing for rival teams. In his jubilee match in 1969, the two legends even swapped shirts and played for each other's teams."
Greeting Game: During the lesson, each child greets a different friend in a special way (handshake, fist bump, smile). In this way, social bonds are strengthened through practice.
Ümut BURADA


APPENDIX 3 - NUTRITION AND WATER INTAKE
Weeks 1, 2, 3 and 4
Sports Schools
5–7 minutes
Educational Moment
(1) Thirsty moments, (2) Consumption of packaged foods, (3) Sudden drop in energy
Goal
Teach children the importance of balanced nutrition and regular water intake for physical performance in sports and daily life.
Statement
Eat healthy, grow strong like a champion!
Question
Why are nutrition and hydration important before, during and after sports?
How do we feel when we eat unhealthily?
What does an athlete do to build healthy eating habits?
Key Words
Breakfast, Water, Balanced Nutrition, Vitamins, Fruit and Vegetables
Comparison
(+) Fuel tank, (-) Dried-up plant
Activity
Healthy Plate Drawing: Each child draws their lunch or meal on paper. The meals are reviewed together and discussed in terms of which nutrients are missing or which foods are included in excess.
Junk Food Tag Game: One child becomes the "junk food" and the others chase them. Those who are caught must freeze. To be freed, they must say the name of a healthy food (for example: apple, yoghurt).
Ümut BURADA


D1 - FAIR PLAY
Weeks 1, 2, 3 and 4
Sports Schools
5–7 minutes
Educational Moment
(1) A moment of cheating, (2) Intentional foul, (3) Honest confession
Goal
Teach children that honesty and fairness are core values in sport; winning is not the only thing that matters, and playing the right way is important.
Statement
Compete with honesty, finish with respect!
Question
Why is fair play important?
How do we feel when we do not act fairly?
What does an athlete do to behave fairly?
Key Words
Fairness, Honesty, Rules, Respect, Behaviour
Comparison
(+) Fair competition, (-) Unfair advantage
Activity
Mini Competition + Reflection: A short game is organised. During the game, the teacher observes who follows the rules and who behaves fairly. During play, the fair play card (blue card) can be shown to reinforce positive behaviour.
Appreciation Note: Children write a short thank-you or appreciation note to an opposing player or teammate (for example: 'Great pass!'). The notes are shared with their friends.
Ümut BURADA


APPENDIX 1 - THE IMPORTANCE OF EXERCISE
Weeks 1, 2, 3 and 4
Sports Schools
5-7 minutes
Educational moment
(1) Lack of motivation during the warm-up, (2) Low energy, (3) Signs of fatigue
Goal
Help children understand the positive effects of regular exercise on their physical and mental health, and encourage them to make movement a regular part of their daily lives.
Statement
A healthy mind lives in a healthy body!
Question
Why is exercise important?
How do we feel when we do not exercise?
What does an athlete do to build an exercise habit?
Keywords
Health, Energy, Growth, Getting stronger, Feeling good
Comparison
(+) A living machine, (-) a rusty robot
Activity
Energy Game: At the teacher's command 'Low energy', the children move slowly, sluggishly and like rusty robots. At the command 'High energy', they transform into enthusiastic, jumping and powerful superheroes. Through this lively role-play, they discover how movement directly affects how energetic their bodies feel.
Superhero Obstacle Course: An obstacle course is set up (climbing, running, crawling). Each child completes the course like a superhero and says loudly at the end: 'Exercise makes me strong!'
Ümut BURADA


INFORMATION
Sports, Culture and Values Cards are thematic cards that teachers use to actively engage children in lessons. These cards form the basis for Movement Culture, Values Culture and Culture Culture, which together make up our core values.
Movement Culture
Values Culture
Culture Culture
The Importance of Exercise
Healthy Nutrition and Hydration
Sleep
Hygiene
Rules
History of the Olympic Games
Olympic Quiz Competition
Approach
Cards address two basic approaches to engage students.
(1) Systematic Approach: Sports, Culture and Values Cards are covered in a particular sequence within a 5–7 week lesson plan.
(2) Educational Moments Approach: Teachers address the cards at different moments throughout the school year.
Motivation
When schools use the cards, Sport Istanbul awards Education Stars. These stars encourage and reward students for their effort.
Interventions
Use Fair Play Cards to promote positive and honest behaviour.
Use Responsibility Cards to encourage awareness and personal responsibility.
Ümut BURADA