



# PIPSa

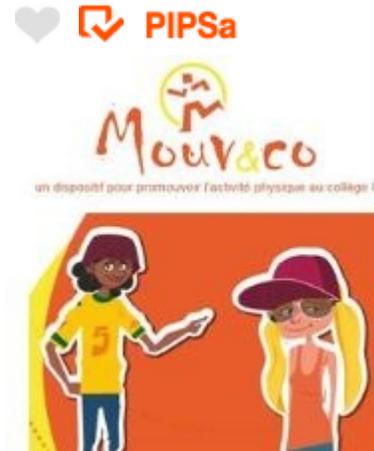
Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé

## Mouv&Co

2015 - fiche modifiée le 05 mai 2017

Ce dispositif vise à aider les collégiens à intégrer l'activité physique à leur quotidien, notamment en utilisant les transports doux, et à leur donner de bonnes habitudes qu'ils pourraient bien conserver tout au long de leur vie.

<b>Support</b>	Kit pédagogique
<b>Âge du public</b>	De 11 à 15 ans
<b>Thèmes associés à cet outil</b>	Sécurité, Activité physique, Environnement
<b>Obtention</b>	Téléchargeable
<b>Participants</b>	Inconnu
<b>Prix</b>	Gratuit



### Sur l'outil

---

#### Description selon l'éditeur

#### Matériel :

- Une application à installer sur tablette ou PC :
  - Téléchargements :
    - [l'application pour tablette](#) (paquet android.apk)
    - [l'application pour PC](#) (nécessite l'installation gratuite de [Adobe AIR](#))
- [Une Fiche "Défi"](#) par élève à remplir à l'issue de chaque activité (PDF)
- [Un Guide pour l'enseignant](#) (PDF)
- [4 fiches thématiques](#) (PDF):
  - Activité physique et santé
  - Eco-mobilité
  - Sécurité routière
  - Transports et pollution atmosphérique
- [5 quiz avec questions/réponses](#) : un quiz global toutes thématique et un par thématique (PDF)
- Espace [Parents](#)
  - [Guide Parents](#) (PDF)

[Page web de présentation, avec les liens](#)

#### Concept :

Les effets favorables d'une pratique régulière d'activité physique sur la santé ne sont plus à prouver. Cependant, des études récentes ont montré que le niveau d'activité physique chez les jeunes français était insuffisant. En quelques décennies, le niveau d'activité physique et sportive des jeunes a diminué de près de 40%, ce qui entraîne une diminution globale de leur forme physique, contribue à l'augmentation du risque d'obésité, voire peut entraîner des répercussions sur leur état de santé à l'âge adulte.

La promotion des modes de transport "actifs" au quotidien constitue une solution optimale pour atteindre le niveau recommandé d'activité physique. Les mobilités actives sont non seulement bénéfiques pour la santé mais également positives pour l'environnement, notamment la pratique de la marche ou du vélo.

#### Objectifs

- Faire comprendre à l'élève l'intérêt pour sa santé de pratiquer une activité physique quotidienne,
- Faire comprendre à l'élève les bénéfices directs de l'utilisation des mobilités actives dans ses trajets quotidiens sur sa santé et sur l'environnement.

#### Où trouver l'outil

#### Chez l'éditeur :

GIP FTLV de Bourgogne  
3, Avenue Alain Savary  
21000 - Dijon  
France  
+33 3 45 62 76 38 - [gip-ftlv@ac-dijon.fr](mailto:gip-ftlv@ac-dijon.fr)  
<http://www.ac-dijon.fr>

#### Dans les centres de prêt :

Centre de ressources documentaires provincial (Namur)  
+32 (0)81 77 67 29 – 77 67 99 - [anastasia@province.namur.be](mailto:anastasia@province.namur.be)  
Catalogue : <http://anastasia.province.namur.be>

#### L'avis de PIPSA

---

##### Appréciation globale :

Cet outil au thème pertinent innove en proposant un support interactif en ligne pour sensibiliser les jeunes élèves à l'intérêt d'augmenter leur niveau d'activité physique dans les loisirs et leurs déplacements, à l'âge où on change ses habitudes d'activités physiques au profit des copains. La norme de 60 min par jour est "martelée".

L'application calcule le nombre de points acquis par un élève, à travers son activité physique et ses modes de mobilité quotidiens. La pénalisation du transport en voiture, qui n'est pas toujours de l'ordre de son choix ni jamais de sa responsabilité, peut se révéler décourageante et culpabilisante.

Hélas, de nombreux freins techniques limitent l'accès à l'application : téléchargement laborieux (et pas toujours réussi sur les smartphones), bugs nombreux en cours d'utilisation, problème de sécurité, impossibilité de sauvegarder ses données entre différentes utilisations, manipulations fastidieuses par rapport aux pratiques actuelles, ...

Mais il est possible de se passer de l'application pour mener des activités collectives : l'outil, qui à la base travaille sur une comptabilisation des déplacements et des heures d'activité physique des jeunes, propose en plus de nombreuses ressources documentaires permettant au professeur de monter sa séquence pédagogique, voire de développer des projets d'école (journée santé, mobilisation des parents).

##### Objectifs :

- Prendre connaissance de l'intérêt de pratiquer au moins 60 min d'activité physique par jour pour la santé et l'environnement
- Prendre connaissance des bénéfices de l'utilisation des mobilités actives dans ses trajets quotidiens sur la santé et l'environnement

##### Public cible :

12 -13 ans

##### Utilisation conseillée :

- Construire une animation à partir des sites référencés dans le dossier
- L'application n'est pas nécessaire à l'utilisation pédagogique (heureusement vu les bugs)
- Mobiliser l'école à une activité collective et apprentissage par les pairs
- Lien avec les parents possible, mais le comment faire est à construire

##### Critères d'évaluation :

Cohérent ★★★★★  
Attractif ★★★★★  
Interactif ★★★★★  
Soutenant pour l'utilisateur ★★★★★  
Soutenant pour la prom. de la santé ★★★★★

##### Temps de préparation :



**Points forts :**

Nombreuses ressources, lien entre activité physique et mobilité.

**Points d'attention :**

Technologie limitante.

**Sujets abordés :**

Activité physique, santé, éco-mobilité, sécurité routière, transports et pollution atmosphérique.

**Complémentarité :**

[11bouge](#) (pour défis collectifs), [Optimove](#), [Fourchettes et baskets](#)

**Date de l'avis :** 21 mars 2017

<https://www.pipsa.be/outils/export-2139614036/mouv-co.html?export>

28-03-2024 10:42