



Sport dans les collèges à Marseille, à partir du projet ICAPS



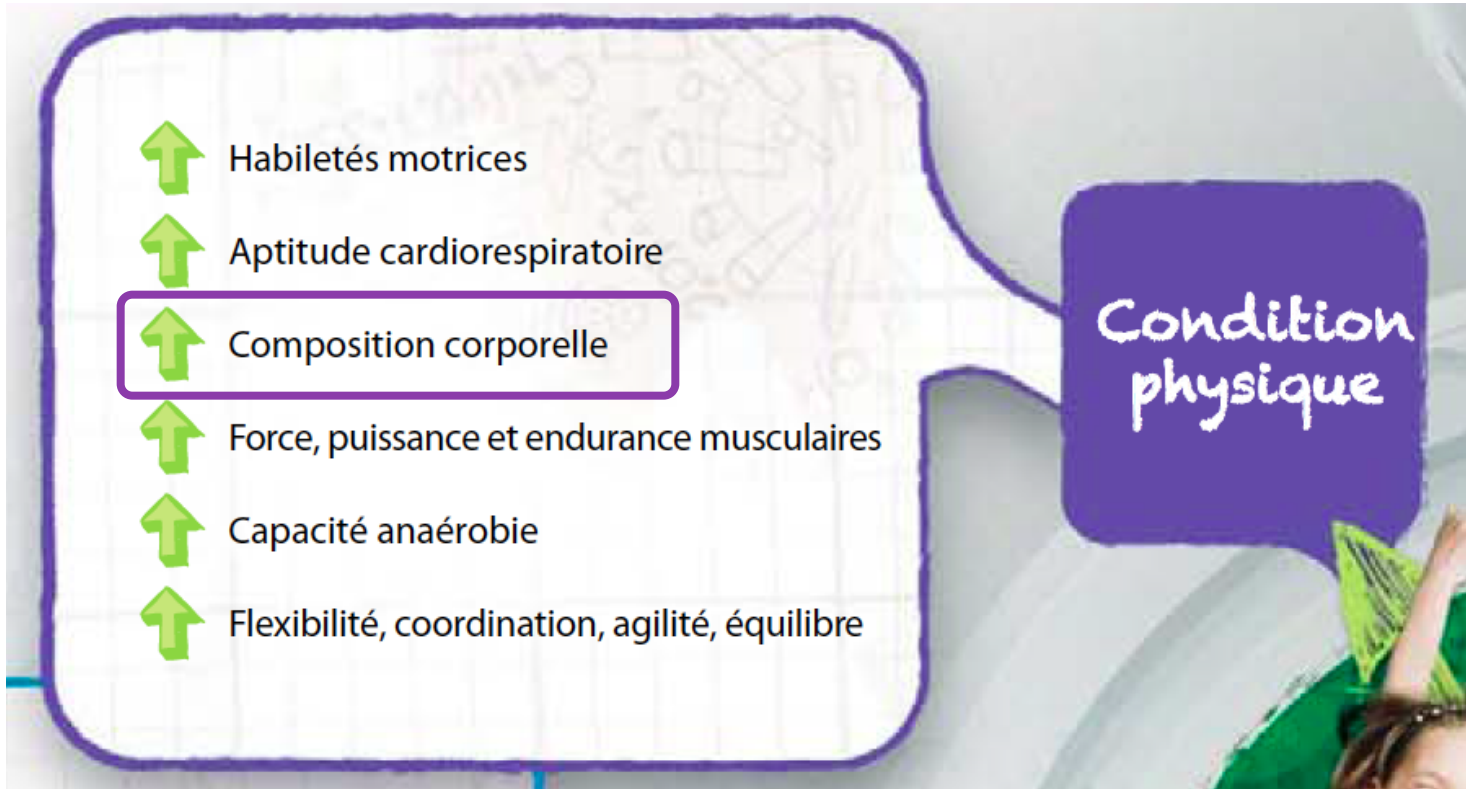
Mr Louis CARA

docteur en sciences des aliments
chargé de mission CDOMS 13

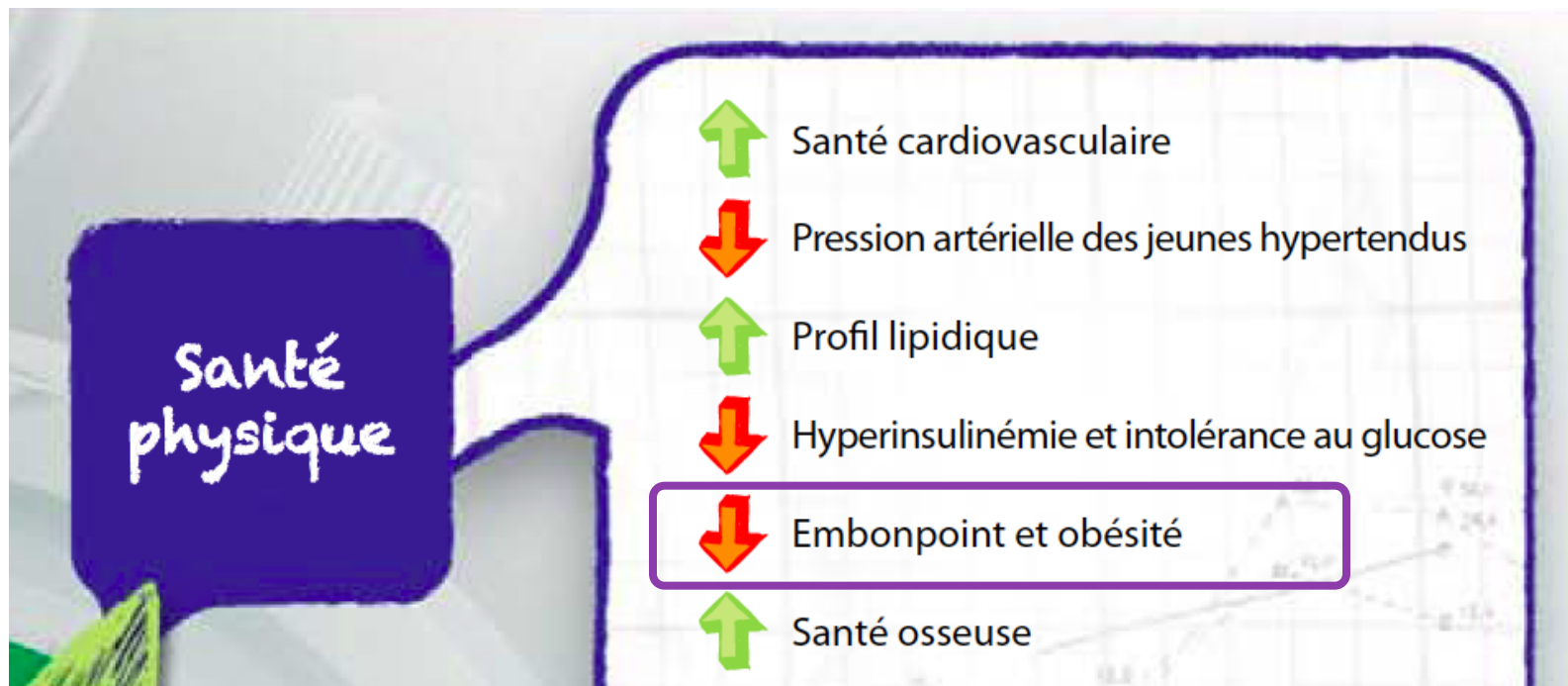
Dr Véronique NEGRE Pédiatre

Coordination des Centres Spécialisés Obésité
Région PACA, Présidente APOP

+ Effet de l'activité physique chez l'enfant



+ Effet de l'activité physique chez l'enfant



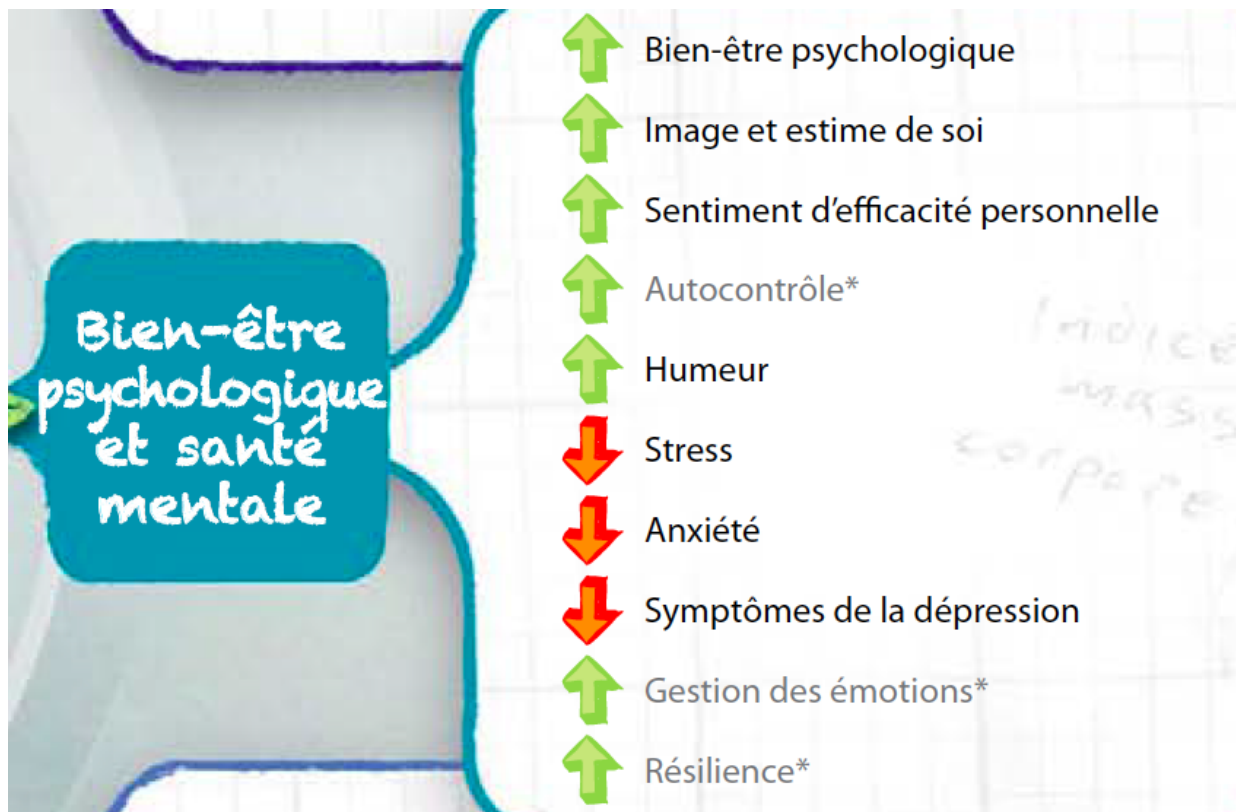
+ Effet de l'activité physique chez l'enfant



- ↑ Fonctions exécutives
- ↑ Attention
- ↑ Concentration
- ↑ Mémoire*
- ↑ Relaxation*
- ↑ Comportement en classe
- ↑ Sentiment d'appartenance à l'école
- ↑ Résultats scolaires
- ↑ Persévérance scolaire*
- ↑ Nombre d'années de scolarité*

Habiletés
cognitives
et réussite
scolaire

+ Effet de l'activité physique chez l'enfant





Promouvoir l'activité physique des jeunes

*De l'essai randomisé ICAPS
à une stratégie partenariale de déploiement*

Direction de l'animation des territoires et des réseaux
et Pr Chantal Simon, Laboratoire Carmen INSERM U1060, Université de Lyon

Décembre 2012

I
C
A
P
S

ntervention
entrée sur l'
ctivité
hysique et la
édentarité des adolescents



- Une étude randomisée et contrôlée de 4 ans
 - Ciblant les élèves de 6ème (11.6 ans)
 - De collèges du Bas-Rhin
- Randomisation au niveau de l'école
 - 4 paires de collèges
 - Stratification sur des critères sociogéographiques
- Cohorte de 954 élèves
 - Programme d'intervention de 4 ans
 - Groupe contrôle: programme scolaire habituel
 - Suivi se poursuivant 2 ans après l'intervention



Un programme implanté dans et autour des écoles

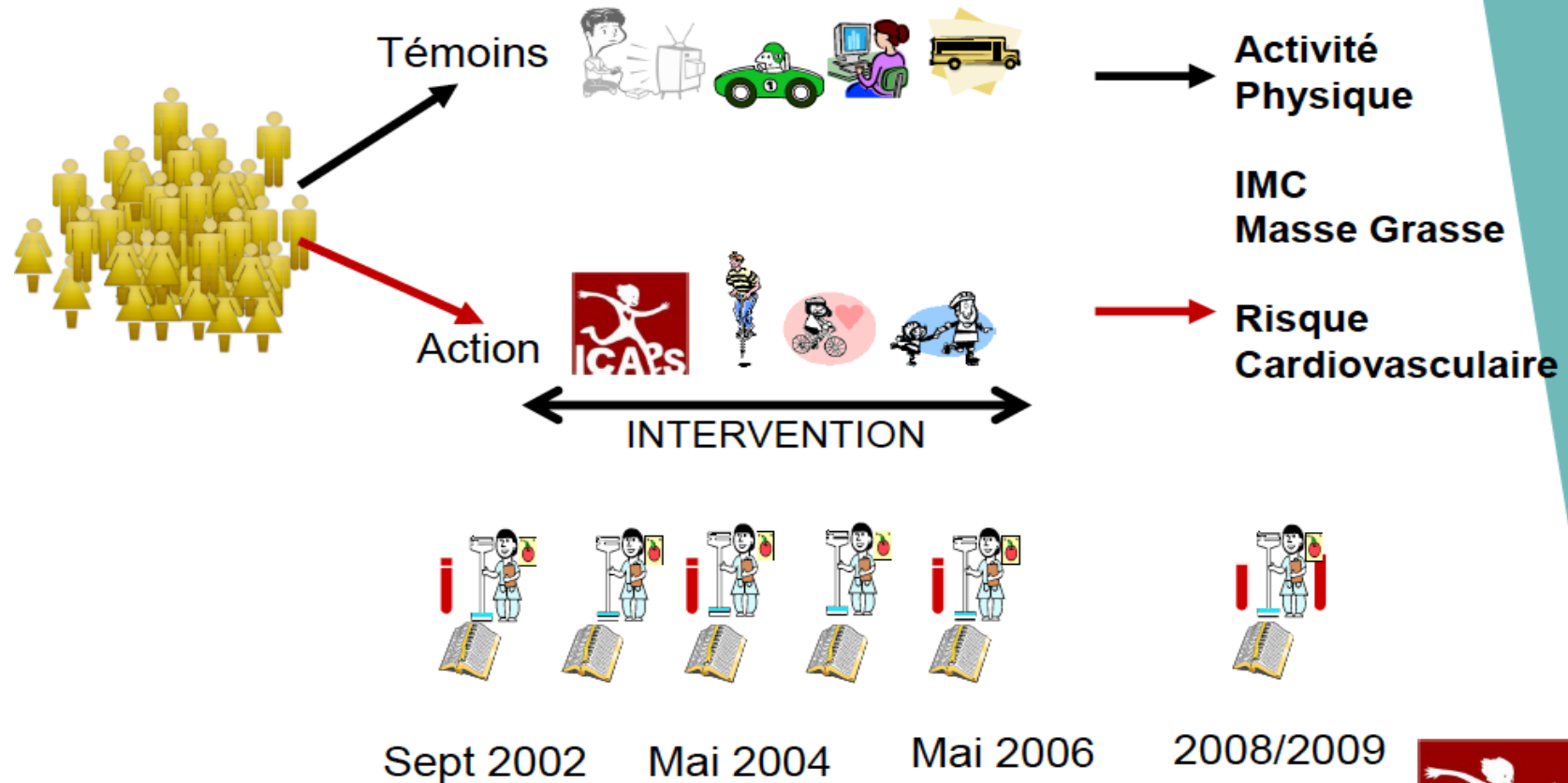
- **Ciblant l'individu :** connaissances, attitude, motivation, acquisition des compétences nécessaires à la pratique y compris chez les moins actifs
 - Actions de sensibilisation, rencontres, débats
 - 'Mise à l'étrier' grâce à des activités ludiques, itinéraires de découverte..
- **Mobilisant l'entourage:** développement d'une culture commune afin qu'il valorise l'activité physique, relaie l'information, favorise et soutienne les changements de comportements
 - Rencontres avec les familles, enseignants, éducateurs...
 - Co-construction d'actions



Un programme implanté dans et autour des écoles

- ***Fournissant les conditions matérielles et institutionnelles de pratique:*** offre d'activités
 - Variées, sécurisées, allant au devant des obstacles à la pratique (temps, distance..)
 - Attrayantes, mettant l'accent sur le plaisir de participer
 - Temps méridien et périscolaire, heures de permanence
 - Journées événementielles: 'tous à vélo à l'école', journées multi-activités, journées 'parents/jeunes'...
- ***Impliquant les partenaires:*** établissements scolaires, associations, collectivités territoriales
 - Accessibilité des lieux de pratique d'activités
 - Organisation des transports...
- ***Mobilisant les médias et valorisant l'intervention***

Méthodologie



Simon C, ICAPS: a multilevel program to improve physical activity in adolescents. *Diabetes Metab*, 2006



Résultats

- **Un effet bénéfique de l'intervention sur les comportements et le poids**
 - augmentation de l'activité physique encadrée (+54 min/sem),
 - diminution du temps passé devant la télévision (-20 min/jour),
 - limitation de la prise de poids et prévention du surpoids.
- **Des effets qui se maintiennent après l'intervention: 2 ans après celle-ci, les élèves « action »**
 - font plus d'activité pendant les loisirs et le quotidien (transports actifs) que les sujets « contrôle »,
 - regardent moins la télévision,
 - sont moins souvent en surpoids.
- **Des effets plus marqués chez les jeunes des milieux les moins favorisés**

Incidence cumulative du surpoids chez les élèves ne présentant pas de surpoids initialement

