

FICHE D'ÉVALUATION GÉNÉRALE DU PROJET FOURCHETTE & BASKET- 2007

Nombre d'établissements touchés: 5

Nombre d'élèves touchés: 970

Niveaux d'études: 6ème; 5ème; 4ème; 3ème

Nombre d'enseignants concernés: 49 (Sciences de la Vie et de la Terre ; Éducation Physique et Sportive) + 3 infirmière + 1 documentaliste + 1 CPE + 1 surveillante

Nombres de séances: 3 à 4 séances de 1 heure à 2 heures par classe soit 88 interventions au total sur les 101 prévues (10 annulations pour cause de grève).

Objectifs du projet:

- Permettre aux adolescents d'être acteur de leur santé dans le champ de la nutrition en les sensibilisant à travers différentes activités à l'importance de l'alimentation et de l'activité physique.
- Renforcer et développer leurs capacités à faire des choix adaptés à leurs besoins, leurs goûts, leurs habitudes et leur mode de vie.
- Les inciter à poser un regard critique sur le lien entre leur environnement, l'alimentation et l'activité physique.
- Sensibilisation du C.E.S.C. élargi (membres de la communauté éducative, les acteurs locaux qui interviennent dans l'établissement) de l'établissement à l'éducation alimentaire et à l'utilisation de l'outil pédagogique « Fourchette et Baskets ».

Thèmes travaillés:

- Les groupes d'aliments et les repères de consommation (Fiche Activité 02)
- Entre qualité nutritionnelle et apport énergétique: es aliments plus ou moins intéressants (Fiche Activité 03)
- Quizz sur les besoins alimentaires (Fiche activité 5)
- Des journées alimentaires à construire et à critiquer (Fiche Activité 08)
- Bouger plus: comment ? Pourquoi ? (jeux de rôle) (Fiche activité 13)
- Ressentir les effets de l'activité physique (Fiche Activité 16)
- Débat sur l'inaptitude au sport (Fiche Activité 18)
- Décrypter la publicité alimentaire (Fiche Activité 20)
- Apprendre à lire les étiquettes de produits alimentaires (Fiche Activité 24)
- Découvrir le commerce équitable (Fiche Activité 27)
- Analyser la répartition de leurs prises alimentaires sur une journée (Fiche Activité 28)
- Les aliments et la santé des dents (Fiche Activité 29)
- Leur rapport au petit-déjeuner (Fiche Activité 30)
- L'importance du goûter (Fiche Activité 32)
- Mieux gérer le grignotage (Fiche Activité 33)
- Concilier l'influence du groupe et les choix alimentaires de chacun (Fiche Activité 37)
- Vivre le corps que je suis: débat sur la stigmatisation du surpoids (Fiche Activité 39)
- le goût des aliments et leurs préférences: manger avec les cinq sens (Fiche Activité 40)
- Construire les repas de midi sur une semaine (Fiche Activité 42)

Calendrier des actions: Novembre 2007 à juin 2008

Partenariat:

- *Financier:* le GRSP
- *Humain:* l'équipe enseignante et le CESC des établissements

Points forts:

- Grande mobilisation des équipes enseignantes (55 professeurs, documentalistes et infirmières mais plus de 100 personnes avec les chefs d'établissements, les CPE...) sur le thème de l'alimentation et/ou de l'activité physique. Certains professeurs de français, mathématiques, documentalistes, surveillants étaient motivés par ce projet ce qui a instauré une dynamique dans les établissements.

- Les objectifs de l'action ont été atteints:

les élèves ont pu retenir des informations importantes sur l'alimentation et l'activité physique. Ce projet a permis principalement d'enrichir leurs connaissances et de les faire réfléchir sur leurs représentations.

Concernant l'utilisation de l'outil, les équipes éducatives sont satisfaites de l'outil « fourchette & baskets » et pensent le réutiliser pour d'autres projets. De plus sur les 45 fiches activités de l'outil 20 ont été travaillées, ce qui montre que les équipes éducatives se sont appropriées l'outil et le projet et ont personnalisé les parcours.

Points faibles:

- Les fiches activités choisies par l'équipe enseignante n'ont pas toujours de cohérence entre elles, les professeurs ne se sont pas toujours concertés lorsqu'ils choisissaient les fiches. Parfois, certaines bases sur l'équilibre alimentaire n'avaient pas été abordées alors qu'il y a eu des redondances pour d'autres classes.
- Manque d'implication dans la préparation des interventions de certains professeurs (manque de matériel nécessaire à l'intervention; oubli de séance; enseignants absents lors des séances)
- Durée des séances globalement insuffisante compte tenu des objectifs de chaque fiche activité en regard du temps réel d'intervention.

Évaluation des séances

Ce bilan a été réalisé à partir :

- d'un questionnaire distribué aux élèves à la fin de la dernière intervention qu'ils ont eu afin de mesurer leur satisfaction immédiate ainsi que les informations principales retenues. Au total, 583 questionnaires ont été complétés.
- d'un questionnaire envoyé à l'équipe éducative dans le but de connaître leur satisfaction générale ainsi que leur point de vue concernant le déroulement de l'action, l'utilisation de l'outil et l'impact du projet. Parmi les 37 questionnaires distribués ou envoyés, 11 ont été retournés par courrier soit un taux de retour de 29 %, taux faible qui s'explique par le fait que les questionnaires ont été envoyés en fin d'année.
- d'une fiche de suivi, complétée par la chargée de projets du CODES 45 à l'issue de chaque séance pour noter si les objectifs de la séance avaient été atteints et commenter le déroulement de la séance.

1. Satisfaction des élèves et enseignants

◆ Elèves

Taux de satisfaction des élèves	Fréquence	%
Satisfait	390	67
Moyennement satisfait	161	28
Insatisfait	32	5
Total	583	100

Plus de deux tiers (67 %) des élèves se disent satisfaits des interventions.

◆ Équipe éducative

Satisfaction générale	Fréquence	%
Satisfait	9	82
Moyennement satisfait	2	18
Insatisfait	0	0
Total	11	100

Avons-nous répondu à vos attentes?	Fréquence	%
Oui	11	100
Non	0	0
Total	11	100

L'équipe enseignante se dit satisfaite à 82 % et pense que le CODES du Loiret a su répondre à ses attentes.

Pour 91 % de l'équipe éducative, le nombre de séance et leur durée était suffisant.

Lors des interventions, 91 % ont trouvé la qualité de l'information donnée satisfaisante et 82 % ont pensé que les échanges qui ont eu lieu au sein de la classe l'étaient également.

Nombre de séances	Fréquence	%
Suffisant	10	91
Insuffisant	1	9
Total	11	100

Durée des séances	Fréquence	%
Trop courte	1	9,09
Suffisante	10	90,91
Trop longue	0	0
Total	11	100

Qualité des informations apportées	Fréquence	%
Satisfaisante	10	91
Moyennement satisfaisante	1	9
Insatisfaisante	0	0
Total	11	100

Les échanges au sein de la classe lors des séances	Fréquence	%
Insatisfaisants	0	0
Moyennement satisfaisants	2	18
Satisfaisants	9	82
Total	11	100

2. Préparation, déroulement des séances et évaluation de l'outil

● Préparation des interventions

Pour tous les enseignants, le temps de préparation des séances qu'ils ont passé avec la chargée de projets a été suffisant et ils ont eu le sentiment d'être soutenu sur un plan méthodologique à 91 % .

Temps de préparation	Fréquence	Pourcentage
Suffisant	11	100
Insuffisant	0	0
Total	11	100

Soutien du chargé de projet pendant l'intervention	Fréquence	%
Oui	10	91
Non	0	
Total	11	91

● Déroulement des interventions:

Lors des séances, 91 % des enseignants pensent avoir réussi à co-animer avec la chargée de projets, chacun complétant ce que disait l'autre.

Le binôme formé avec la chargée de projets	Fréquence	%
J'ai réussi à co-animer, chacun complétant l'autre	10	91
J'ai animé seul(e) l'intervention	0	0
La chargée de projet a animé seule l'intervention	1	9
Total	11	100

● Évaluation de l'outil:

La majorité (82 %) de l'équipe enseignante trouve l'outil « fourchette & baskets » simple d'utilisation et les trois quarts (73 %) trouvent les fiches activité proposées appropriées pour réaliser eux-mêmes des séances d'information. Tous pensent réutiliser à l'avenir cet outil.

Utilisation de l'outil	Fréquence	%
Simple d'utilisation	9	82
Relativement simple d'utilisation	2	18
Trop compliqué à utilisé	0	0
Total	11	100

Avis sur l'utilisation des fiches d'activités toutes prêtes	Fréquence	%
Appropriées pour réaliser soi – même une intervention	8	73
Plus difficile que de réaliser soi – même une intervention	0	0
Total	11	73

Réutilisation de l'outil « fourchette et baskets » ?	Fréquence	%
Oui	10	100
Non	0	0
Total	10	100

3. Information retenues et impact des actions sur les élèves

Lorsqu'on leur demande quelles sont les informations qu'ils ont retenu, presque un quart (21 %) des élèves a répondu qu'il était important de manger équilibré; 13 % précisent qu'il s'agit de « ne pas grignoter, ne pas manger entre les repas » ou « ne pas manger trop sucré, trop gras et trop salé » pour 8 % d'entre eux.

Les élèves (11 %) relèvent également l'importance de pratiquer une activité physique régulière qui selon eux permet de « se dépenser », « être en forme » et de « ne pas grossir », préoccupation qui émerge chez un grand nombre d'adolescentes de 5ème et 4ème.

Intitulé citation	Fréquence	%
Manger équilibré, bien mangé	118	21
Ne pas grignoter, manger pendant les repas	72	13
Importance de pratiquer une activité physique, de se dépenser	60	11
Éviter de manger trop gras, trop salé, trop sucré	47	8
Prendre un petit déjeuner	43	8
Prendre soin de ses dents (se brosser les dents à chaque repas; éviter les caries, allez chez le dentiste)	36	6
Le goût et les 5 sens (sentir, regarder, écouter...)	36	6
Adapter son alimentation à son activité physique	33	6
Effets du sport sur l'organisme (augmentation du pouls; du rythme cardiaque...)	22	4
Rôle du sport (être en forme, se dépenser; faire travailler les muscles, dépense d'énergie, solidifier ses os, ne pas grossir...)	20	4
Se méfier des publicités, regarder les emballages	18	3
Faire attention à ma ligne, garder un poids stable (je vais)	14	2
Manger varié	13	2
Prendre un goûter	10	2
Solutions quand on grignote (trouver une occupation; parler à quelqu'un; se déstresser; manger un fruit...)	9	2
Rôle du petit-déjeuner	8	1
Faire 4 repas par jour	7	1
Éviter de manger trop tard, respecter les heures des repas	6	1
Modérer les quantités, manger moins	4	1
Manger installé à une table	3	1
Manger quand on a faim pour mieux savourer	3	1
L'équilibre alimentaire se fait sur 1 semaine pas sur 1 jour	3	1
Total participation	565	100

Lorsqu'on leur demande de citer quelques repères de consommation ou d'activité physique ou des aliments qu'il leur semble important de consommer, un tiers (35 %) des élèves évoquent les fruits et les légumes. Parmi eux, très peu citent précisément le repère de consommation du PNNS soit « 5 fruits et légumes par jour ».

En deuxième position, les élèves ont mentionné les produits laitiers pour 23 % d'entre eux et ils sont 22 % à avoir soulevé l'importance des féculents, cependant tout comme pour le groupe des fruits et légumes, très peu ont cité précisément le repère de consommation du groupe des féculents ou des produits laitiers.

Ces résultats laissent penser que les informations principales sur lesquelles le CODES a souhaité insister, au regard des études actuelles qui montrent que les adolescents sous-consomment des produits laitiers et des fruits et légumes, ont été retenues et que l'un des objectifs qui consistait à sensibiliser les élèves à l'importance de l'alimentation et de l'activité physique a été atteint.

Intitulé citation	Fréquence	%
Fruits et légumes	200	35
Produits laitiers	128	23
Féculents	125	22
Activités physiques importantes pour eux (marche, foot...)	25	4
Faire ½ à 1 heure d'activité physique / jour (il le faut; je le fais)	15	3
Viandes, poissons, oeufs	13	2
Sucres lents	12	2
Manger du calcium quand on est petit ou adolescent pour les os	12	2
Boire 1,5 L d'eau /jour	11	2
Produits gras et sucrés (viennoiseries, chips...)	11	2
produits gras et sucrés (ment)	7	1
Fer pour les règles	6	1
Vitamines	3	1
Protéines	3	1
Matières grasses (beurre; huile)	3	1
Manger des fruits et légumes protège la santé	3	1
Supprimer les omelettes à 6 oeufs	2	<1
Manger moins d'aliments qui font grossir	1	<1
Sucres rapides	1	<1
Manger moins d'aliments qui font grossir	1	<1
Manger des aliments équilibrés	1	<1
Total participation	565	100

• Impact sur les élèves

Les élèves en ont parlé à leur entourage	Fréquence	Pourcentage
Oui	5	45
Non	0	0
Ne sais pas	6	55
Total	11	100

Impact des séances selon les élèves	Fréquence	%
Apport de connaissances sur l'alimentation et l'activité physique aux élèves	8	73
Modification des comportements alimentaires et / ou d'activité physique des élèves	2	18
Fait réfléchir sur ses propres comportements	5	45
Total	11	100

Malgré la formulation de leurs réponses qui montrent que certains élèves ont le souhait de faire évoluer leurs comportement comme par exemple: « ça va me servir au niveau des quantités », « je vais manger moins car je mange trop »; « merci car ça va nous aider à nous remettre en forme », il reste difficile, à court terme, d'évaluer l'impact de cette action sur les comportements. Ainsi, comme le soulèvent huit professeurs, leur a apporté des connaissances sur

l'alimentation et l'activité physique (« j'ai eu la chance de savoir comment manger équilibré aujourd'hui »). et leur a permis de réfléchir sur leurs comportements et leurs représentations « ça m'a fait réfléchir sur le fait de ne pas manger les mêmes proportions selon mon activité » et

3. Impact des actions pour les professeurs et perspectives

Pour les professeurs, le fait de travailler sur ce projet en binôme a enrichi les connaissances de la moitié (45 %) et leur a permis de les faire réfléchir sur leurs représentations et leurs pratiques en terme d'alimentation pour un tiers (45 %). d'entre eux. 27 % déclarent également avoir amélioré leurs techniques d'enseignement et/ou d'animation.

Ce que le binôme a permis	Fréquence	%	Total
Enrichir les connaissances	5	45	11 (100 %)
Améliorer les techniques d'animation et d'enseignement	3	27	11 (100 %)
Faire réfléchir sur ses propres représentations et pratiques concernant l'alimentation	4	36	11 (100 %)

Ce projet a permis d'initier un projet avec leurs élèves pour presque 50 % des enseignants malgré le fait que seuls 27 % d'entre eux avaient inclus le projet dans le cadre de leur travaux scolaires.

Initiation d'un travail avec les élèves grâce à la séance?	Fréquence	%
Oui	5	45
Non	6	55
Total	11	100

Inscription du projet dans le travail scolaire	Fréquence	%
Oui	3	27
Non	5	45
Sans réponse	3	27
Total	11	100

Pour l'année 2008-2009, 73 % des enseignants se déclarent prêts à mettre en place un nouveau projet sur l'alimentation et l'activité physique et ce, éventuellement avec le CODES.

Souhait d'un projet sur l'alimentation et l'activité physique l'année prochaine	Fréquence	%
Oui	8	73
Non	2	18
Non répondu	1	14
Total	11	100

Souhait d'un nouveau projet avec le CODES	Fréquence	%
Oui	8	73
Non	0	0
Non répondu	3	27
Total	11	100

4. Points positifs et négatifs du projet

A l'issue du questionnaire, les enseignants avaient la possibilité de citer les points positifs du projet, les points négatifs et ceux à améliorer pour un prochain partenariat avec le CODES 45.

- Points positifs:

Trois enseignants ont relevé l'importance d'une intervention extérieure, de nouveaux supports éducatifs et de sensibiliser les adolescents à « l'hygiène ».

Un professeur de SVT a été satisfait qu'il y ait « un autre discours renforçant le cours ».

Un professeur d'EPS a exprimé son contentement quant au travail en équipe mené et à la transdisciplinarité entre l'alimentation et l'activité physique.

Un autre professeur a trouvé positif « l'échange entre enfants » et « la découverte des habitudes alimentaires des camarades » et pense que le projet a permis une prise de conscience des élèves. Enfin, un autre a trouvé « l'outil très intéressant ».

- Points négatifs ou à améliorer selon les professeurs :

Certains ont déclaré qu'il manquait des supports, que la mise en place de débats étaient parfois un peu floue enfin, une personne a regretté qu'il n'y ait pas eu une enquête post-intervention mesurant l'impact de l'action sur les élèves. Il a été regretté pour un enseignant de ne pas être plus suivi par la chargée de projets.

Deux personnes ont estimé que le changement de la personne référente du CODES en cours d'année a eu un impact sur le suivi de l'action.

Un enseignant a déclaré qu'il aurait « souhaité que les enfants repartent avec des indications concrètes à faire ou à changer » et « que les actions soient directement applicables au quotidien ».

Pour une personne, il aurait fallu faire ces actions plus tôt dans l'année et ensuite en reparler pour évaluer les changements d'habitudes alimentaires.

Enfin certains auraient souhaité que les parents soient impliqués.