

Activité physique et santé

Apports des sciences humaines et sociales
Éducation à la santé par l'activité physique

Coordonné par

Marie - José Manidi
Irène Dafflon - Arvanitou

Le point en
rééducation
et en *APS*

10

préface
de l'AFR-APS
et de la FFEPGV
préface de l'OMS

AFR-APS

STAB

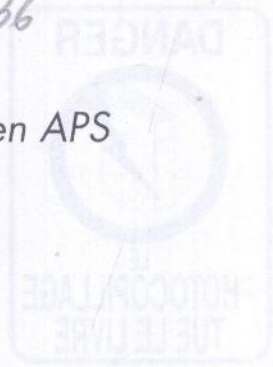
 MASSON



G 136

Le point en rééducation et en APS

10



ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SANTÉ

17814/1

Apports des sciences humaines et sociales
Éducation à la santé par l'activité physique



Ouvrage coordonné par
Marie-José MANIDI,
Irène DAFFLON-ARVANITOU

Préface de l'AFR-APS et de la FFEPGV
Préface de l'Organisation mondiale de la santé



TABLE DES MATIÈRES

Liste des auteurs	V
Préface de l'AFR-APS et de la FFEPGV, par G. BRUANT et G. AUNEAU	VII
Préface de l'OMS, par P. HARTUAN	VIII
Avant-propos	IX
Introduction	XV

1 Éclairages des sciences humaines et sociales

1. APPROCHES HISTORIQUES

Les activités physiques et la santé : orientations des recherches en histoire	3
Le sport c'est la santé : itinéraire d'une représentation	10
Éducation physique « sociétale » et santé : l'apport de quelques maîtres de l'« école française »	17

2. PERSPECTIVES ANTHROPOLOGIQUES ET PSYCHO-CORPORELLES

Le corps et la santé dans la tradition de l'Occident	33
Le corps et la santé dans d'autres traditions	34
La redécouverte de la puissance du symbolique en Occident ..	35
Repères de quelques grandes structures inconscientes de notre fond culturel	36
Le commerce de la condition physique et de la santé	38
L'unité psychosomatique et les motricités de la santé des années soixante à nos jours	40

3. APPROCHES PSYCHOSOCIOLOGIQUES

Des définitions aux représentations sociales de la santé	47
--	----

	Les représentations sociales de l'activité physique dans ses relations avec la santé	50
	Les apports de la psychosociologie aux débats sur l'éducation à la santé des adolescents	52
	Représentation des activités physiques à la retraite	54
4.	LES APPORTS DE LA PSYCHOLOGIE DE LA SANTÉ	
	Origines de la psychologie de la santé	62
	Quelques modèles en psychologie de la santé	64
	États psychiques sur le continuum de la maladie et de la santé ..	67
	Méthodes favorisant les comportements en santé	70
	Évaluation en psychologie de la santé	73
5.	APPROCHES POLITIQUE ET ÉCONOMIQUE	
	Le cadre économique et politique de la santé	83
	Activité physique comme facteur de santé	89
	2 Apports des recherches épidémiologiques	
6.	L'ENFANT ET L'ADOLESCENT	
	Quelques chiffres	101
	La relation activité physique-santé s'applique-t-elle à l'adolescent ?	103
	Facteurs de risque	104
7.	L'ADULTE SPORTIF ET SÉDENTAIRE	
	Quelques définitions	107
	Activité physique et maladies cardio-vasculaires (MCV)	108
	L'activité physique comme moyen de prévention	112
	Quel type d'activité physique ?	113
8.	VIEILLISSEMENT, SANTÉ ET APS	
	Le processus de vieillissement	117
	Vieillessement et effets de l'activité physique (AP)	118
9.	LE SURENTRAÎNEMENT : BILAN DES RECHERCHES ET PERSPECTIVES	
	Définitions	127

Connaissances actuelles	127
Prévention du surentraînement	133
10. LES BIENFAITS DE L'EXERCICE PHYSIQUE : MYTHE OU RÉALITÉ ?	142

3 Interventions et innovations

11. DES OBJECTIFS À L'ÉVALUATION DES CONTENUS	
Réflexions sur l'institution scolaire, nouveau partenaire de la santé publique	155
Méthodologie en éducation scolaire pour la santé	157
Finalités de l'éducation scolaire à la santé	160
L'éducation physique, l'éducation à la santé : deux approches didactiques pour la même discipline	161
Méthodologie pour un programme d'éducation physique à la santé adapté à la planification générale de l'éducation à la santé scolaire	162
Formulation des objectifs spécifiques de l'éducation physique pour la santé	163
Les liens entre activité physique et santé : conceptions repérables chez les enseignants d'EPS et obstacles rencontrés	168
Les obstacles à l'enseignement de l'EPS orienté vers la santé	171
Quelques exemples didactiques au Canada	172
12. DIDACTIQUES DES DISCIPLINES SCOLAIRES ET ÉDUCATION À LA SANTÉ – PERSPECTIVES POUR L'ÉDUCATION PHYSIQUE	
Scolarisation de l'éducation à la santé (ES) et disciplines scolaires	179
Des approches émergentes : autonomisation des élèves et élargissement de l'acceptation de la santé	180
Perspectives : l'éducation physique dans une approche holistique	183
13. UNE RÉALISATION SCOLAIRE AU QUÉBEC	
Le guide pédagogique	189
Réalisation d'une recherche	192
14. EXEMPLES D'APPLICATION AUPRÈS DES ADULTES	

Gymnastique volontaire (GV) : projet politique et représentations des pratiquants	200
Une action de lutte contre la sédentarité : les premiers jeux européens « sport santé »	204
Les spécialistes en sciences de l'activité physique : des professionnels de la santé au Canada	207
15. L'INTERVENTION EN ÉDUCATION À LA SANTÉ : INNOVER, DIFFUSER ET FORMER	
Conditions et exemples d'innovations	212
L'éducation à la santé suppose-t-elle de nouvelles compétences professionnelles ?	219
CONCLUSION	225
INDEX	227

Activité physique et santé

Apports des sciences humaines et sociales Éducation à la santé par l'activité physique

Coordonné par
Marie - José Manidi, Irène Dafflon - Arvanitou

Les liens entre activité physique et santé sont au cœur du débat sur la prévention en santé publique. Cet ouvrage offre une **approche pluridisciplinaire** de la notion d'activité physique qui s'inscrit dans une perspective de **prévention et de promotion de la santé**.

Une première partie réalise une synthèse de l'apport des diverses disciplines de sciences humaines et sociales à ce concept : recherches historiques, perspectives anthropologiques et psycho-corporelles, approches psychologique, économique et politique des relations entre activité physique et santé.

L'ouvrage illustre dans une seconde partie, axée sur la physiologie, les effets bénéfiques de l'activité physique sur la santé, ainsi que les interrogations qui subsistent, grâce à des études épidémiologiques récentes.

À partir de là, l'ouvrage a pour objectif, dans la troisième partie, d'inciter à une nouvelle orientation dans l'enseignement et la recherche : stimuler le développement de l'éducation à la santé par l'activité physique (ES par AP). Après avoir exposé les étapes d'une didactique de l'ES par l'AP, il rend compte de diverses applications faites en France, en Belgique, au Canada et aux États-Unis.

Cet ouvrage est destiné aux **étudiants en STAPS** (sciences et techniques des activités physiques et sportives), ainsi qu'aux **professeurs d'EPS** et à tous les **praticiens** impliqués dans ces domaines.

Marie - José Manidi est docteur en psychologie et maître assistant en STAPS à l'université de Genève ; **Irène Dafflon - Arvanitou** est titulaire d'un DEA en didactique des activités physiques et sportives et collaboratrice scientifique auprès des réseaux helléniques « Villes-Santé ».

Elles se sont entourées de 25 collaborateurs français, belges, suisses et canadiens, tous impliqués dans l'application de programmes d'éducation à la santé par l'éducation physique, dont de nombreux enseignants en UFR STAPS ou facultés des sciences du sport.

ISBN 2-294-00014-5



9 782294 000140