

# Youp'là bouge



**Nom du Projet**

Youp'là bouge

**Canton(e)**

JU, NE, VD, GE, VS

**Description du projet  
Contenu**

"Youp'là bouge" s'adresse prioritairement aux enfants âgés de 2 à 4 ans. Son but est de promouvoir le mouvement dans les crèches, garderies et jardins d'enfants. Il est inspiré d'un projet similaire mené depuis plusieurs années avec succès en Suisse allemande, "Purzelbaum".

Actuellement, face à l'augmentation du surpoids chez les jeunes enfants, et dans le but de combattre la sédentarité, il est important d'intervenir et prévenir dès le plus jeune âge.

La place du mouvement dans le développement de l'enfant ne doit pas être sous-estimée. Différentes études ont montré l'importance d'agir avant l'âge de 6 ans; en effet avant cet âge il est plus facile d'intervenir sur la qualité du mouvement.

Bouger ainsi que le plaisir qu'il en découle est naturel chez le jeune enfant. "Youp'là bouge" est un projet qui a pour but de soutenir cet élan naturel. La notion de plaisir est essentielle. Un enfant se développe à travers ce qu'il voit, perçoit et comprend de l'environnement qu'il côtoie. Or, un entourage averti et conscient de l'importance du corps en mouvement ne peut que le mobiliser et l'encourager à bouger, sauter, jouer etc. de sorte à ce qu'il apprenne à connaître son corps.

L'idée du projet "Youp'là bouge" consiste à offrir une formation continue au personnel des crèches qui souhaitent mettre en place un programme de mouvement faisant partie intégrante de la vie courante et des activités quotidiennes. Concrètement cela signifie, d'une part de pouvoir encadrer et soutenir les jeunes enfants dans leurs explorations corporelles tout en leur proposant un espace adapté et sécurisé ainsi qu'un cadre propice aux acquisitions de leur âge, d'autre part de penser le mouvement quotidiennement par de petites activités spontanées et ludiques groupales, ainsi qu'un coin mouvement "vivant".

Le but est de permettre aux jeunes enfants d'explorer en soutenant au maximum leur potentiel en terme de mouvement spontané (grimper, sauter, rouler...), améliorant ainsi leur coordination, leur endurance et leur équilibre.

<b>Description du projet Contenu</b>	<p>Youp'la bouge en résumé</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les enfants dont les crèches participent au projet pratiquent une activité physique régulière, favorable à la santé et intégrée au programme de l'institution qu'ils fréquentent.</li> <li>- Le mouvement fait partie intégrante des activités intérieures et extérieures menées par la crèche avec les enfants.</li> <li>- Le projet favorise une augmentation de l'activité physique pratiquée par les enfants des crèches impliquées, ainsi qu'une amélioration de leur endurance et coordination.</li> <li>- Le projet favorise une amélioration de la qualité de vie, de la concentration et de la cognition chez les enfants.</li> <li>- Les éducateurs officiant dans les crèches participant au projet connaissent l'importance du mouvement pour le développement global de l'enfant. Ils acquièrent des compétences sur les possibilités d'intégrer le mouvement dans leurs activités quotidiennes, de manière ludique et adaptée au développement de l'enfant.</li> <li>- L'infrastructure des lieux de vie infantine impliqués dans le projet est adaptée pour répondre aux besoins de mouvement des enfants et aux normes du projet.</li> </ul>
--	--

<b>Depuis combien de temps cette offre existe-t-il dans sa forme actuelle?</b>	Depuis 2009
--	-------------

<b>S'agit-il d'un projet pérenne?</b>	X Ja / <input type="checkbox"/> Nein
---------------------------------------	--------------------------------------

<b>Combien d'écoles/de classes ont participé durant l'année scolaire 2012-13?</b>	30 structures d'accueil
---	-------------------------

<b>Combien d'écoles/de classes ont participé jusqu'à présent?</b>	180
---	-----

<b>Niveau scolaire concerné</b>	aucun
---------------------------------	-------

<b>Public-cible</b>	Jeunes enfants inscrit dans une structure d'accueil de jour (4 mois à 4 ans)
---------------------	--

<b>Autres publics</b>	Educateur de la petite enfance
-----------------------	--------------------------------

<b>Autres acteurs concernés</b>	Parents		
<b>Approche/méthodologie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formation de base de 5 demi-journées</li> <li>- Création par structure d'accueil d'un projet pour promouvoir l'activité physique au quotidien en vue de la labellisation</li> <li>- Mise en place du projet</li> </ul>		
<b>Intensité de l'activité physique/motrice</b>	<input type="checkbox"/> élevé (transpiration et respiration accélérée, par ex. jeu de balle ou Streetdance, sauter, trampoline)		<input checked="" type="checkbox"/> moyen (un peu essoufflé, par ex. jongler, lire en marchant ou exercices d'équilibre)
<b>Objectifs du projet</b>	<p>Les enfants des crèches et jardins d'enfants participant au projet pratiquent une activité physique régulière, favorable à la santé et intégrée au programme de l'institution qu'ils fréquentent.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le mouvement fait partie intégrante des activités intérieures et extérieures menées par la crèche avec les enfants.</li> <li>- Le projet favorise une augmentation de l'activité physique pratiquée par les enfants des crèches/jardins d'enfant participant, ainsi qu'une amélioration de leur endurance et coordination.</li> <li>- Le projet favorise une amélioration de la qualité de vie, de la concentration et de la cognition chez les enfants.</li> <li>- Les éducateurs officiant dans les crèches et jardins d'enfant participant au projet connaissent l'importance du mouvement pour le développement global de l'enfant. Ils acquièrent des compétences sur les possibilités d'intégrer le mouvement dans leurs activités quotidiennes, de manière ludique et adaptée au développement de l'enfant.</li> <li>- L'infrastructure des lieux de vie infantile impliqués dans le projet est adaptée pour répondre aux besoins de mouvement des enfants et aux normes du projet.</li> <li>- Les parents sont impliqués dans le projet. Lors d'une soirée d'information et d'une journée mouvement, ils découvrent les possibilités de mettre en pratique l'idée du projet également à la maison ou durant les loisirs.</li> </ul>		
<b>Temps de mobilité par classe/école</b>	Sur combien de temps l'offre/le projet mobilise chaque classe/école?	Quelle est la périodicité de l'offre/du projet dans la classe/école?	Combien de temps dure une seule séquence de l'offre/projet?
	Toute l'année	Quotidiennement dans chaque groupe d'enfants	Très variable (mais entre 1h30 à 2h00 au total par jour)

<b>Temps passé par les enseignant-e-s pour la planification</b>	Très variable en fonction de l'organisation d'une structure d'accueil.
<b>Le moment et le lieu de l'activité</b>	<p><i>Le moment de l'activité:</i>    <input type="checkbox"/> Pendant la leçon                      <input type="checkbox"/> Durant la pause</p> <p>   <input type="checkbox"/> Sur le chemin de l'école    X Autres: Il peut avoir lieu partout et à tout moment</p> <p><i>Le lieu de l'activité:</i></p>
<b>Espace supplémentaire nécessaire</b>	Un espace fixe dédié au mouvement (en accès libre)
<b>Matériel mis à disposition par le projet</b>	Support de cours (théorie en lien avec l'activité physique) + 1000.-/1500.- Fr. par structure pour acquérir du matériel favorisant le mouvement.
<b>Matériel supplémentaire nécessaire</b>	aucun
<b>Conditions de participation</b>	Engagement et accord de la direction de la structure d'accueil.
<b>Tâches, compétences et responsabilités de l'école</b>	Offrir 1h30 à 2h00 de mouvement (libre ou/et dirigé) au quotidien aux enfants, être attentif aux aspects de sécurité.
<b>Tâches, compétences et responsabilités du mandant</b>	S'assurer que l'offre de mouvement est mise en œuvre par les structures participantes.
<b>Evaluation et documentation du projet</b>	Par une auto-évaluation, 3 critères sont à remplir pour obtenir la labellisation. Renouvelable chaque 2 ans.
<b>Coûts pour l'école</b>	Aucun, sauf le temps offert au professionnel qui se forme + le temps pris pour élaborer et mettre en place le projet.

## Contact et support

Pour les cantons JU, NE, VD, VS  
Malika Baioia Lehmann & Claire Le Bas Despeisse  
[info@youplabouge.ch](mailto:info@youplabouge.ch)  
021 623 37 87

Pour le canton GE  
Délia Danesin-Démarest & Fabienne Blandenier  
[geneve@youplabouge.ch](mailto:geneve@youplabouge.ch)  
022 546 41 63

[www.youplabouge.ch](http://www.youplabouge.ch)