



RAPPORT SUR L'EXPÉRIMENTATION DES VÉLOS-BUREAUX AU COLLÈGE BOIS-RADA DE SAINTE-ROSE

CE RAPPORT A ÉTÉ RÉDIGÉ DANS LE RESPECT DES PROCÉDURES QUALITÉ DE L'AGENCE URBRAND



VALIDÉ PAR
QUENTIN BALIGAN
DIRECTEUR DE CLIENTÈLE
LE 20 MARS 2017





PRÉSENTATION DE L'ÉTUDE

■ RAPPEL DU CONTEXTE

- ❖ La société TEKACTIVE par sa position de créateur et de pionnier en matière de vélo-bureau scolaire et de vélo bureau entreprise est particulièrement concernée par l'usage des dispositifs actifs au sein de l'administration et des établissements scolaires Français.
- ❖ En fournissant une aide à l'équipement des vélos-bureaux du Réseau d'Education Prioritaire de La Boucan et en diligentant une étude de l'action "Bouger pour être en bonne santé et réussir" TEKACTIVE à souhaité observer la réception, l'usage et l'impact des vélos-bureaux en terme de santé publique et de réussite scolaire.
- ❖ Au travers de l'appréciation de cette action aux visées sanitaires et éducatives l'objectif de TEKACTIVE est de mesurer le retentissement et les conséquences de l'introduction du vélo-bureau au sein de la communauté scolaire en général : Elèves, Professeurs et Parents.
- ❖ Historique : La recherche action " Bouger pour être en Bonne Santé et Réussir" a commencé durant l'année scolaire 2014/2015 sur le territoire de Nord Basse-Terre en Guadeloupe. Elle se déploie progressivement après observation depuis septembre 2015 sur l'ensemble des cinq établissements scolaires du REP de La Boucan et plus particulièrement au sein du collège Bois-Rada initiateur du projet et premier établissement scolaire Européen à faire usage de vélo-bureau dans ses classes

■ PRÉSENTATION DE L'ACTION VÉLO-BUREAU

Titre de l'action

« *Bouger pour être en bonne santé et réussir* »

Résumé de l'action

Le collège Bois Rada de Sainte Rose « collège actif » accentue ses actions à travers le développement d'environnements favorables à la pratique de l'activité physique et à la réussite scolaire.

Ce projet a une approche pédagogique innovante qui réunit à la fois l'apprentissage scolaire et le bien-être à travers un nouveau mobilier scolaire le vélo-bureau.

Ce dispositif permet de contribuer à changer les modes de vie sédentaires, en utilisant le temps sédentaire d'apprentissage à l'école en un temps actif pour l'élève. Apprendre en pédalant.

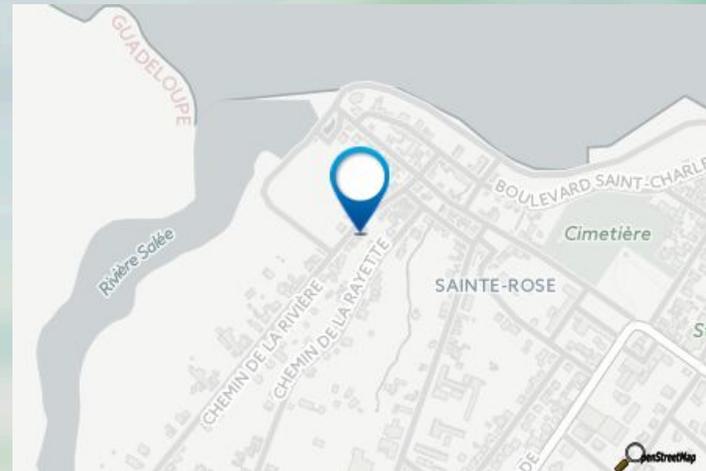
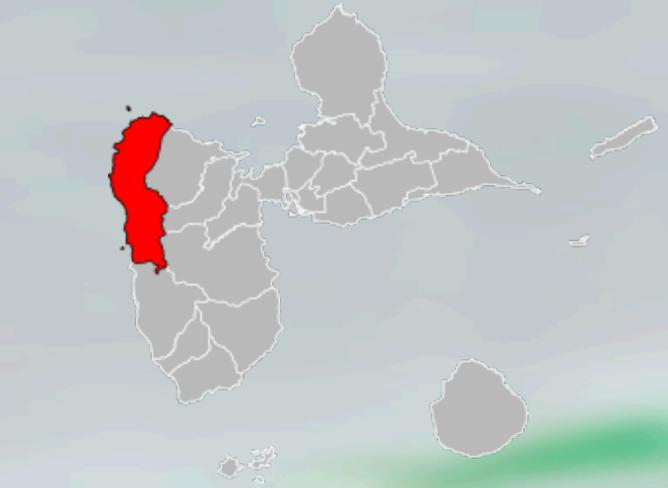
Contexte et diagnostic

1.1 Exposé du contexte local et des besoins qu'il révèle

Sainte Rose est une commune française, située dans le département de la Guadeloupe. Pôle d'interface entre la centralité Pointoise et les Communes rurales de la Côte Sous le Vent, Sainte-Rose se structure autour de polarités affirmées et d'une urbanisation linéaire prononcée. Le territoire est structuré par la RN2 supportant des trafics importants et dispose d'une façade littorale de 17km pour une superficie de 12 358 hectares dont la majorité est occupée par un patrimoine naturel remarquable et protégé.

Sainte-Rose est une commune agricole de première importance, principalement par ses multiples plantations de canne à sucre. C'est aussi un port de pêche assez important et typique. Point de départ des excursions vers les îlets et la mangrove avoisinante.

Depuis le 1er janvier 2015, il existe deux quartiers prioritaires avec la Boucan et le bourg catégorisés réseau d'éducation prioritaire (REP). Des quartiers caractérisés par la concentration de difficultés sociales et économiques.



Avec **20 721 habitants** en 2013, (La commune comptait 17574 habitants en 1999) la dynamique démographique de Sainte Rose demeure positive.

- 24.6% des familles sont des familles monoparentales.
- 7892 résidences principales dont 25.5% sont occupées par des locataires.
- 6% des résidences principales sont des logements locatifs.
- 1586 logements sont vacants soit 16.2% du parc total.). Ils sont situés pour une grande part dans le périmètre du quartier prioritaire.
- 200 logements sont présumés indignes, pour la plupart dans le périmètre du quartier prioritaire.
- 53,2 % de la population non scolarisée de 15 ans ou plus en 2011 est de niveau inférieur au CAP/BEP.
- 20,9 % ont un CAP/BEP et 26,4 % sont de niveau supérieur ou égal au baccalauréat.
- L'évolution de la population est essentiellement liée au solde migratoire. 61.6% de la population travaille dans une commune autre que la commune de résidence.

- Parmi les **15/64 ans**, **65,56 % sont actifs** avec un emploi, répartis dans différentes catégories socio professionnelles
- Au recensement de 2011, **34,4 % des 15-64 ans étaient au chômage.**
- Il y a **3285 emplois** à Sainte Rose.
- En 2011, **le revenu fiscal médian** déclaré est de **14 853 €.**
- **L'impôt moyen sur le revenu est de 407 € et 27 % des foyers fiscaux sont imposables.**

La commune de Sainte-Rose compte huit écoles maternelles et dix écoles élémentaires accueillant en tout 2501 élèves et 2 collèges, le collège de la Boucan et celui de Bébel accueillent respectivement 520 et 842 élèves.

Il apparaît opportun de souligner **que le collège de la Boucan, a la particularité de se situer au cœur du Quartier Prioritaire** de la politique de la Ville de la Boucan (un collège dans la cité).

Le collège accueille 518 collégiens dont 114 élèves de 6^{ème}. Ils sont répartis dans 6 divisions. Il n'existe pas de classe SEGPA.

La majorité des élèves est issue d'un milieu social très défavorisé.

- **Le taux de chômage dans ce secteur est très élevé et atteint les 38%.**
- **32% des familles sont des familles monoparentales.**
- **39% des parents sont sans diplôme.**
- **Les enfants boursiers sont très nombreux, ils représentent 58% de la population de l'établissement.**

La ruralité du quartier qui est très excentré de la vie sociale, sportive et de loisirs ne participe pas à faciliter un environnement favorable à la pratique d'activité physique pour les jeunes et leurs parents. L'urbanisation et les déplacements actifs ne sont pas favorisés, développés et adaptés sur la commune.

Ce constat est appuyé par l'étude APHYGUAD intitulé activités physiques, activités sportives et activités sédentaires des enfants en Guadeloupe.

Cette étude met en évidence qu'une part importante des **enfants âgés de 6 à 14 ans pratiquent peu d'activités physiques** dans le cadre scolaire, ni par le biais des trajets pour se rendre à l'école ni pendant les récréations.

De plus, **la moitié des enfants** ne font pratiquement **pas de sport**, en dehors des cours obligatoires d'éducation physique et sportive.

Cette étude met également l'accent sur **l'intérêt de promouvoir le sport en famille** et la nécessité **d'impliquer les parents** afin qu'ils créent les premières opportunités de leurs enfants à faire du sport.

Cette étude relève également l'intérêt de rendre **accessible les infrastructures** scolaires en dehors des heures de classes.

ENCOURAGER LA
PRATIQUE DU
SPORT

PROMOUVOIR LE
SPORT EN
FAMILLE

ACCESSIBILITÉ
DES
INFRASTRUCTURE

1.2 L'ENJEUX

Face aux inégalités scolaires qui augmentent, aux inégalités sociales de santé qui influent largement sur l'état de santé de la population guadeloupéenne et la pandémie du surpoids et de l'obésité sur l'archipel Guadeloupéen, les politiques régionales inscrivent leurs programmes dans le plan territorial de santé notamment les contrats locaux de santé (CLS) dont les deux objectifs qui nous intéressent sont :

- Participer, dans le champ de la santé, à la réduction des inégalités sociales et territoriale,
- Faciliter la coordination de tous les acteurs et porteurs de politiques publiques pour plus d'efficience des projets développés au bénéfice des usagers,

Ainsi Le projet d'académie Guadeloupe 2012-2015 a inscrit dans son premier objectif, un axe de progrès destiné à **« assurer dans les écoles et établissements la qualité de vie et les conditions de travail favorables à la réussite de tous et de chacun »**.

Cette initiative est confortée par la politique éducative sociale et de la santé du ministère de l'éducation nationale, et la loi du 8 juillet 2013 et en cohérence avec le projet de loi de santé publique, qui a pour objectif d'offrir à l'élève de la maternelle au lycée le « parcours de santé de l'élève » structuré autour de 3 axes ; l'éducation à la santé fondée sur le développement des compétences psychosociales, la prévention axée sur les conduites à risques et addictives et la protection de la santé permettant l'accès à un environnement favorable à la santé et au bien-être.

Le conseil administratif de l'établissement scolaire a orienté ces actions au travers d'un des leviers : **la nutrition à l'école**. Concrètement, c'est d'**offrir des séances d'éducation alimentaire, d'éducation au goût et d'activité physique étant des facteurs de bien-être sur la santé des élèves**.

Depuis plusieurs années, de nombreux acteurs se mobilisent sur le territoire Guadeloupéen, autour de cette problématique de la sédentarité qui n'épargnera pas nos citoyens de demain.

L'Instance Régionale d'Education et de Promotion pour la Santé est l'un de nos partenaires actifs sur le territoire.

Cette association œuvrant pour l'éducation, la promotion de la santé développe 3 programmes de santé en éducation nutritionnelle suivant le parcours éducatif de santé de l'élève notamment **Ti'Karanbol**, les écoles carambole et **T'CAPS** (de la maternelle au collège).

Ces programmes agissent sur le modèle socio-écologique à la fois sur l'individu que son entourage proche, et sur un environnement favorable.

Après l'expérimentation **T'CAPS, révélée efficace et positive**, et son déploiement de 2012 à 2017, sur la plus-value éducative de réussite que génère un établissement qui bouge, le projet « **Bouger pour être en bonne santé et réussir** » devient **complémentaire en faisant entrer l'activité physique au sein même de la classe**.

1.3 Genèse du projet

Ce projet est né du constat que les enseignants témoignent, dans leurs pratiques professionnelles...

- **l'augmentation d'un mal être chez les élèves engendrant des échecs scolaires répétés.**
- **La communauté éducative doit faire face à des élèves décrocheurs et remuants.**
- **Les élèves ont des difficultés à avoir le « bon » positionnement pour faire un bon parcours d'apprentissage scolaire.**
- **Ils souffrent d'immobilité dans les salles de cours durant 7 heures d'affilées.**
- **Associée à la ruralité du quartier, les élèves de « la boucan », n'ont pas d'activité physique postscolaire, le plus souvent, par manque de moyens financier, mais aussi par manque d'un environnement favorable. En effet le réseau de transport en commun est peu développé et déficient dans certaines zones d'habitation, ce qui rend l'accès à une pratique d'activité physique régulière très difficile**

Au démarrage de l'action une étude de faisabilité a été l'occasion de rechercher des outils particulièrement adaptés à l'environnement scolaire et d'expérimenter les premiers effets sur les élèves.

Aucun mobilier de ce type n'existait à la vente, la première étape a été de **créer l'appareil**.

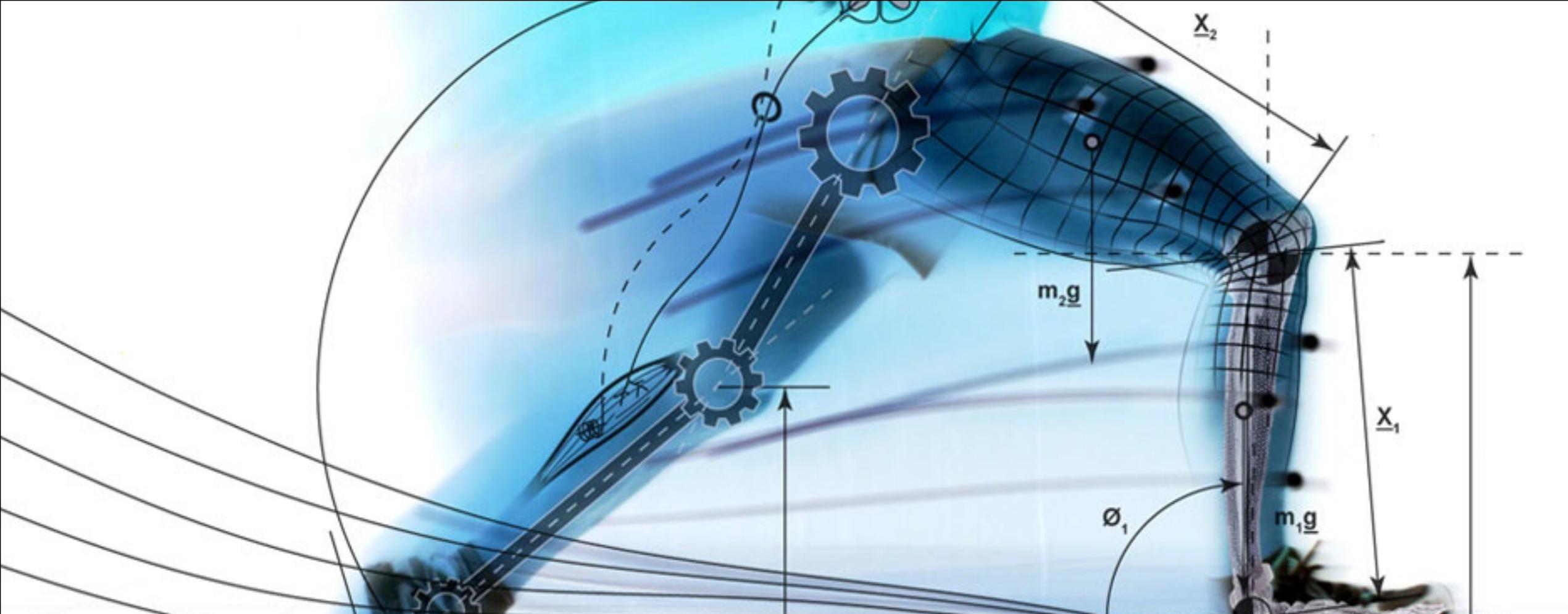
Une classe de 6^{ème} et 2 classes de 3^{ème} ont participé aux essais de l'appareil : vélo-bureau sur une période de 6 mois, lors des cours de Français avec le professeur de Français, pilote de l'action.

Les parents ont été informés et se sont engagés dans cette action.

Des prototypes ont été élaborés successivement, qui ont permis la création de deux modèles fonctionnels et fiables.

Ces prototypes ont été conçus et élaborés par la société Tekactive qui développe une gamme de vélo-bureau et de dispositifs actifs auprès des entreprises, des organismes publiques et des établissements scolaires.

Cette expérimentation a obtenu "le prix du public" lors de la journée académique de l'innovation du 27 avril 2016 dernier.



OBJECTIFS ET MÉTHODOLOGIE

1. Rappel des objectifs

I - Principaux objectifs

- **Mettre au jour les fondements de la satisfaction et/ou de l'insatisfaction des différentes populations étudiées concernant l'usage des vélos bureaux dans le contexte scolaire.**
- **Comprendre, éclairer et approfondir tout ce qui structure les perceptions, l'appropriation et l'adhésion :**
 - Au projet dans son ensemble
 - A l'inscription effective de ce nouveau matériel dans la vie pédagogique et Sanitaire de l'établissement
- **Identifier les axes d'amélioration les plus susceptibles d'augmenter la satisfaction globale et de rencontrer les attentes de chacun**

II – Objectifs détaillés

- La réponse aux précédents objectifs nécessitera d'investiguer auprès de chaque public concerné
 - **Le rapport au mobilier vélo bureau en général**
 - **Les liens ressentis et vécus entre mobilier innovant et réussite scolaire**
 - **Les liens ressentis et vécus entre mobilier innovant et santé**
 - **L'impact sur les enseignements des professeurs et sur les apprentissages des élèves**
 - **Les potentiels du vélo bureau à l'école : intérêt et limites ; opportunités et risques**
 - **L'apport du mobilier actif innovant vs le mobilier ancien du collège**
 - **La pertinence d'équiper d'autres classes du collège et des écoles du REP**
 - **La pertinence d'élargir l'usage de ce dispositif actif à d'autres établissements**
 - **Les perceptions de l'objet technologique vélo bureau : attentes et freins à son égard**

2. Rappel de la méthodologie

Module 1

Depuis l'introduction du vélo bureau dans l'établissement, des **entretiens ont été conduits auprès des élèves des classes concernées par l'action.**

- ❖ **Entretiens individuels audiovisuels par étapes d'une durée de 40 minutes au total** en fonction des occupations des élèves et des possibilités de leur emploi du temps.
- ❖ **Virgules audiovisuelles de courtes durées et de paroles libres** sous forme de confessionnal (durée moyenne totale de 5 minutes environ)

Module 2

- ❖ Réalisation d'**entretiens en face à face avec l'équipe des professeurs** concernés par l'action : durée 1h
- ❖ Réalisation de **2 entretiens de personnel d'encadrement : Le Principal du collège et le principal adjoint en face à face** ; durée 1h.



I – RÉCEPTION DE L'OBJET VÉLO-BUREAU PAR LA COMMUNAUTÉ DES ÉLÈVES

1. Perception globale du vélo bureau

Dans l'établissement le vélo bureau est reçu majoritairement de façon favorable par les élèves

- J'aime beaucoup
- C'est bien
- C'est génial

Il est souvent attaché à des valeurs solides d'esthétisme et de design

- C'est beau
- C'est trop la class
- C'est design

Le vélo bureau est perçu comme un changement et un apport positif par rapport aux tables et aux chaises qui meublent habituellement les classes

- C'est plus haut qu'une table on se sent mieux
- Ça change des petits bureaux qui sont pas bien
- C'est mieux que les tables normales



Il apparaît comme mieux adapté au monde d'aujourd'hui

- C'est mieux adapté
- C'est plus d'aujourd'hui

Le vélo bureau est perçu comme un dispositif qui véhicule des potentialités de liberté et d'émancipation du mouvement qui sont ressenties comme essentielles par les élèves

- On se sent plus libre
- Je peux enfin bouger
- J'étais assis tout raide et je me retrouve à bouger, c'est top !
- Il faut toujours que je bouge sinon je stresse et là j'ai le droit de remuer

2. Les bienfaits du vélo bureau

Les élèves déclarent généralement ressentir des effets positifs

a) Un mobilier qui génère du bien-être

Comparativement au **vécu majoritairement négatif de la chaise**, le vécu du vélo bureau **véhicule une part non négligeable de bien-être.**

- On a tellement d'énergie à gaspiller que c'est agréable
- Le vélo bureau est formidable
- On est bien quand on pédale
- Je me sens bien

C'est **un mobilier vers lequel on se dirige facilement et avec enthousiasme** car son utilisation est **ressenti comme génératrice de bienfaits**

- Quand on arrive en classe on se bagarre presque pour aller dessus. C'est tellement agréable

b) Des bienfaits physiques indéniables

Les participants qui utilisent le vélo bureau ressentent majoritairement **des modifications physiques bénéfiques à leur santé**

- Ça me fait des muscles aux jambes
- Je respire et je me sens mieux en pédalant
- Ça me rend plus fort
- Ça me donne de la force
- J'ai mal aux jambes quand je pédale beaucoup et ça me muscle
- On est en meilleure forme
- Je sens que ça fait du bien à mon corps
- Je vais devenir un sportif musclé
- Je suis plus endurant

c) Un outil qui contribue à lutter contre le surpoids

Certaines personnes interrogées pensent que le vélo bureau est **un instrument de lutte contre l'obésité** et l'utilise dans le but de maigrir

- Je veux maigrir alors je pédale pour perdre du poids

Ils ont même conscience que cette pratique doit être **accompagnée d'une meilleure nutrition**

- Je pédale mais il faut aussi que je mange moins de bonbons

3. L'utilité du vélo bureau pour les élèves

Pour les personnes interrogées le vélo....

... Permet la concentration

- Les élèves excités arrivent plus facilement à se concentrer

... Réduit l'énergie en trop

- Quand tu pédales tu peux te défouler
- Ça permet de dépenser l'énergie qu'on a en trop.

... Canalise l'énergie

- Ça canalise
- Mon excitation est canalisée

... Calme et réduit le stress

- Si on est trop excité ça nous calme
- Ça me fatigue et je suis moins excité
- tu peux pédaler et ça retire le stress en même temps
- Quand je suis stressé ou énervé je pédale et ça me détend
- Ça me relaxe
- Ça utilise notre énergie pour nous calmer en classe

... Sort de l'ennuie

- Ça te sort de l'ennuie



LE VÉLO-BUREAU : UN IMAGINAIRE DE
MODERNITÉ ET DES REPRÉSENTATIONS
INVITANT AU CALME ET À L'APAISEMENT

1. Des lieux agréables et apaisants

Lorsque les personnes interrogées se prononcent sur l'univers imaginaire du vélo bureau et notamment sur les figurations et les paysages qui se rattachent à celui-ci, ils citent souvent des lieux qui renvoient à **des univers apaisants et calmes**.

- C'est Marie-Galante parce que c'est vert et les plages sont magnifiques
- C'est Marie-Galante parce que c'est beau et apaisant
- Les Saintes parce que c'est jolie et agréable
- Un volcan qui est calme
- La barrière de corail

Ou encore à **des univers connotés "cyclisme"** qui rappellent **des expériences conviviales ou des compétitions sportives**

- Les balades en VTT
- Le tour de Guadeloupe

Ces lieux évoqués représentent souvent aussi **le bien-être, la joie, le bonheur**

- C'est le bonheur
- On est heureux

Pour certains élèves en difficulté cela peut représenter même **un voyage...**

- On voyage...

... un envol sur la mer et l'ailleurs

- C'est Marie-Galante je vais m'envoler avec et voyager sur l'eau...

Ils entrevoient ainsi au travers de ce mobilier innovant un **nouvel horizon, une possibilité de ne pas échouer, de ne pas "couler"**. Mais toutefois, liée peut-être à une image de soi négative souvent récurrente, tout cela ne semble pas se faire sans certaines craintes ou doutes sur l'actualisation réelle de cet espoir de réussite.

- ...Si je ne coule pas

2. Les objets rattachés au Vélo-bureau sont des objets à valeur technologique forte et innovante

Ils évoquent le voyage vers le lointain et la vitesse

- Une fusée qui t'emporte
- Un TGV

Ou les technologies innovantes et les énergies durables

- Un avion solaire
- Une éolienne
- Un chargeur d'énergie

Au regard des personnes interrogées le vélo bureau produit **une image de modernité et d'innovation forte** qui apporte une valeur ajoutée aux enseignements.

- C'est moderne
- C'est innovant
- C'est pour les collèges où on apprend mieux

Dans l'imaginaire des élèves le vélo bureau représente donc **un objet quotidien et familier** qui...

- ❖ évoque des valeurs indéniables de calme et d'apaisement.
- ❖ apporte du bien-être et de la sécurité
- ❖ invite à l'action.

C'est aussi **un objet innovant plutôt design** qui représente **une modernité qui va de l'avant** et qui **fait progresser les choses en général**. Ainsi il...

- ❖ possède des qualités esthétiques élaborées
- ❖ Renvoie à des technologies d'excellence situées à la pointe de la nouveauté

Il est globalement perçu comme **un objet durable et moderne** qui **peut contribuer à la réussite**.

Porteuse de **potentialités positives** cette station de travail **semble aider et concourir à la bonne réalisation du travail scolaire**.

C'est **une valeur ajoutée** à la classe et au parcours des élèves dans l'établissement.



LES DESTINATAIRES DU VÉLO-BUREAU

Les finalités et les destinataires du dispositif actif "vélo bureau" sont bien repérés par l'ensemble des personnes interrogées. Ils se déclinent suivant trois typologies : **les hyperactifs, ceux qui veulent être en bonne santé, et ceux plus rare qui veulent poursuivre leurs activités sportives durant les cours**

1- Un mobilier adapté pour les hyperactifs

- C'est pour les gens qui bougent beaucoup en classe ou à la maison
- Pour les élèves excités qui bougent tout le temps
- Pour les hyperactifs



2- Pour ceux qui veulent être en bonne santé

- Pour que les élèves gardent la forme
- Pour les élèves qui veulent maigrir
- Pour qu'on soit en bonne santé

3- Pour ceux qui veulent continuer le sport pendant les cours

- J'aime bien faire du vélo chez moi et ça me permet de continuer en classe



VÉLO-BUREAU VERSUS MOBILIER TRADITIONNEL : PERCEPTION D'ENSEMBLE ET POSITIONNEMENT

1. Un mobilier vétuste et archaïque...

En comparaison avec le vélo bureau **le mobilier classique est perçu par les participants comme un équipement scolaire vieux et dépassé.**

- Les tables c'est vieux
- C'est avant
- Ça date
- C'est complètement dépassé

2. ... porteur d'une immobilité délétère

Pour la majorité des élèves interrogés la table et la chaise sont perçues comme des objets générateurs de carcéralité et d'ennui

- C'est la prison
- Je me sens prisonnier sur ma chaise
- Enfermé immobile à une table c'est nul
- J'ai envie de bouger et je peux pas
- Je peux pas rester toujours assis immobile
- C'est ennuyeux de rester à une table assis
- Je m'ennuie, je voudrais que ça bouge plus

3. Un mobilier synonyme d'interdits et de sanctions

Le **bureau traditionnel** est souvent perçu par les élèves comme l'objet qui **limite le mouvement et l'expression de soi**. De fait il **représente** souvent **l'interdit voire la sanction**.

- J'ai envie de bouger mes jambes mais se lever est interdit
- J'ai envie de bouger et je peux pas
- Je suis puni parce que je me lève
- J'ai du mal à rester assis alors je suis puni parce que je bouge
- C'est difficile toute la journée sans bouger à une table, je peux pas, je suis sanctionné
- Je me lève sans autorisation et je dérange le professeur

4. Un mobilier générateur de souffrances

Les longues heures à rester assis sont très majoritairement mal perçues par les élèves, elle peuvent parfois être **vécues comme une véritable souffrance**.

- C'est beaucoup toutes ces heures à être assis
- J'aime pas rester assis toute la journée, c'est fatiguant
- C'est difficile de rester assis tout le temps, c'est très dur
- C'est pas bien assis, j'ai mal

On remarque de manière complémentaire que **La position assise est principalement perçue par les élèves comme une posture productrice de multiples douleurs physiques et psychologiques**

- Ça me fait mal aux épaules
- Je suis fatigué de rester assis, ça fait mal aux fesses
- J'ai souvent mal dans mes jambes et au derrière
- J'ai des douleurs au dos et au cou
- C'est pas bon pour mon dos



- Je me sens mal à rester assis
- On peut pas évacuer le stress
- Je suis plus stressé et nerveux
- C'est pas cool ça me rend encore plus excité



LES RAPPORTS ENTRE LE VÉLO-BUREAU ET L'ACTIVITÉ PHYSIQUE EN GÉNÉRAL

Un tremplin vers des pratiques régulières...

Le vélo bureau apparaît souvent comme un dispositif qui **génère l'envie de prolonger l'activité physique au-delà de la classe**. En effet les élèves éprouvent l'envie de pratiquer non plus une simple activité physique mais un sport au-dehors de l'établissement scolaire. Ils désirent **s'inscrire dans un club pour pratiquer régulièrement une activité**. Cet effet d'entraînement qu'occasionne la pratique du vélo bureau **optimise encore son utilisation et permet aux élèves de développer des pratiques de santé fréquentes et inscrites dans une certaine durée**.

- J'ai envie d'aller plus loin et de m'inscrire dans un club de vélo
- Ça me donne de la force et j'ai envie de continuer en club

A l'inverse le vélo-bureau peut apparaître pour certains élèves comme **une continuité de l'activité physique que l'on pratique déjà**

- Je continue à faire du sport en classe et j'aime ça

... et une amélioration de l'estime de soi

En rapport à la pratique du sport en général, ce dispositif actif restaure ou développe souvent **une image de soi positive**.

- Je vais être meilleur en sport
- Je vais être plus fort quand j'irais faire du sport
- Je m'améliore en sport



VÉLO-BUREAU ET RÉUSSITE SCOLAIRE

Le vélo-bureau pour les élèves participants est perçu globalement comme **une aide à la réussite scolaire.**

- Je réussis mieux
- Je suis bien mieux les cours
- Ça m'aide à travailler

Le vélo-bureau contribue de façon notable à l'apprentissage des leçons de même qu'il apparaît comme un outil capable de lutter contre l'ennui

- ça aide à apprendre les leçons quand tu t'ennuies
- pour apprendre les leçons ou faire ses devoirs c'est vraiment bien



Il est perçu comme **un mobilier bien adapté à l'univers scolaire et aux apprentissages**

- C'est bien adapté pour étudier
- On peut pédaler et en même temps suivre le cours

Il apparaît comme un outil qui favorise la concentration des apprenants

- C'est mieux pour écouter le cours
- C'est mieux pour se concentrer pour les cours
- Je suis plus concentré
- On est plus attentif

Ce mobilier actif se révèle souvent **capable d'apporter une énergie positive aux élèves**

- Ça donne de l'énergie positive

Certains élèves font le constat qu'ils **réussissent mieux leurs évaluations et réclament son utilisation lors des contrôles**

- Je veux être sur le vélo bureau pour les évaluations
- J'ai de meilleures notes
- Je réussis mieux mes contrôles



DÉCROCHEURS

Pour conclure le vélo bureau n'est jamais perçu comme un obstacle à la réussite au contraire il apparaît plutôt comme **un atout** et **un avantage indéniable** si l'on veut cheminer vers le succès. Dans tous les cas les participants ont fait le constat que ce dispositif était plutôt **favorable** à la réussite et au progrès.

Le vélo bureau apparaît donc comme **un élément structurant** qui contribue de manière non négligeable à la construction des élèves. De ce point de vue il s'oppose à l'aspect destructif et étouffant du mobilier ancien

- Ça fait progresser la tête
- J'étouffais Je réussis mieux Je progresse
- Avant c'était « *destructif* » maintenant c'est « *constructif* »



CONSTRUCTIF



PERCEPTIONS POSITIVES DE L'OBJET VÉLO-BUREAU

1. Une double fonction

Les participants dans leur majorité perçoivent le vélo bureau comme **un mobilier qui offre la capacité de pratiquer en même temps une activité physique et une activité intellectuelle**. En effet ce dispositif est bien perçu comme **un deux en un**, la tête et les jambes. C'est sa particularité remarquable et sa différence avec le mobilier classique.

- Ça permet de faire du sport en même temps que de travailler
- Ça me fait faire du sport et en même temps je reste concentrée
- La tête et les jambes
- C'est amusant et en même temps on travaille

2. Une liberté retrouvée

Les élèves dans leur ensemble relient souvent le vélo bureau à des images de liberté. Ils éprouvent souvent la sensation que ce **mobilier libérateur de mouvement** est pour eux comparativement à la chaise un **vecteur de liberté**. Cette liberté retrouvée **participe d'ailleurs à un vécu plus positif des apprentissages et à un mieux être en classe**.

- Je me sens plus libre
- On est plus libéré., c'est bien mieux pour apprendre.

3. Un dispositif qui élimine l'énergie superflue

Ce dispositif est vu comme un moyen qui permet de dissiper le surplus nuisible d'énergie que l'on possède en soi.

- Ça permet de dépenser l'énergie qu'on a en trop
- Ça permet d'utiliser sa mauvaise énergie en pédalant





PERCEPTIONS NÉGATIVES DE L'OBJET VÉLO-BUREAU

1. Introduction du mobilier et premier contact

L'entrée d'un vélo-bureau dans une classe n'est pas une chose aussi aisée ou aussi simple que cela paraît. Si du côté des élèves l'accueil est très majoritairement enthousiaste et l'usage du vélo bureau comme nous l'avons vu globalement très bien compris...

- C'est cool
- Parfait, vive le collège Bois Rada !
- Ouah, génial
- Ça c'est vraiment bien
- **Vous pensez à nous** c'est bien

...du côté de certains enseignants, dans des établissements (collège et écoles) qui toutefois possèdent des équipes de professeurs investis et travaillant globalement avec efficacité à la réussite des élèves qui leurs sont confiés, cela peut parfois être problématique.

En effet lors de la mise en place du dispositif de nombreux freins ou barrières peuvent produire un accueil assez neutre voire très mitigé avec des variabilités importantes suivant les corps d'enseignement :

- ❖ Accueil enthousiaste et très bonne acceptation du projet par les professeurs d'EPS
- ❖ Accueil très favorable des professeurs des écoles

La variabilité de l'ancienneté dans les corps n'influençant pas les comportements

Les freins éprouvés par les professeurs :

- ❖ Un ressenti global de dérangement
- ❖ Des habitudes bien ancrées parfois difficiles à changer
- ❖ Des difficultés à modifier les pratiques d'enseignement et les manières d'occuper l'espace classe
- ❖ Un dispositif parfois vécu comme une surcharge de travail et une contrainte supplémentaire
- ❖ Une difficulté à collaborer et à accepter un nouveau projet

Toutefois l'ensemble des professeurs malgré ces quelques appréhensions a su se montrer coopératif et constructif

Ces **deux positionnements** ont donc été retrouvés lors de l'introduction des vélos bureaux dans l'établissement.

- Cela va être génial , j'en veux deux de plus
- A super. Ils sont arrivés
- Bravo



- Je suis habitué a mon organisation de classe il faudrait les mettre dans un coin là-bas
- Ça me dérange un peu C'est un gros changement pour moi
- Cela va me déstabiliser J'ai mon programme a terminer
- On pourrait m'en enlever quelques-uns

Les habitudes bien ancrées, la peur de la nouveauté et la perte d'une certaine stabilité établie de longue date et sur laquelle on peut s'appuyer, la surcharge de travail, la peur du ridicule, la méconnaissance de ce mobilier... sont autant de freins et de limitations à la bonne réceptivité de cette nouveauté assez radicale qu'est un vélo-bureau.

Il faut dire que depuis le 19^{ème} siècle et l'école de Jules Ferry les classes ont peu changé. De ce point de vue **on peut comprendre la révolution qu'apporte ce mobilier innovant dans un univers scolaire resté statique et inchangé durant plus d'un siècle.**

2. Des mouvements parfois perturbateurs

Utiliser un vélo bureau c'est pédaler et donc faire **des mouvements qui ont été perçus par quelques-uns parfois comme dérangeants...**

- Le mouvement me gêne un peu.

et demandant **une certaine habitude.**

- Je me suis habitué à ça

Il est évident que **voir une classe en mouvement n'est pas habituel.** Cela **peut troubler.** Ce sont **surtout les professeurs** qui sont touchés par ce phénomène et exceptionnellement les élèves.

On constate qu'il faut pour les utilisateurs **passer par une acceptation** de celui-ci et envisager que ce mouvement qui peut déranger un temps est aussi ce que l'on peut appeler une **« agitation pédagogique nécessaire »** au même titre que l'on peut avoir un « bruit pédagogique nécessaire » lorsque l'on met en place des enseignements collaboratifs et des groupes de travail.



Certains remarquent d'ailleurs que cette « agitation pédagogique » engendrée par la présence des vélos-bureaux est **essentielle et indispensable au développement harmonieux et au bien-être des élèves.**

- Ils bougent. Et alors, si c'est positif pour leur bien-être et leur développement. C'est notre rôle de favoriser ça
- Ce mouvement n'est pas un problème quand on sait à quoi il sert



Toutefois **avec le temps et l'habitude** chez tous les participants **ce problème disparaît**



- Après quelques jours je me suis habitué, je n'y fait plus attention maintenant
- Non cela ne me dérange plus

3. Des douleurs physiques notables

Le vélo bureau est générateur d'une activité physique faible à modérée qui peut être la cause de douleurs physiques.

Les personnes interrogées remarquent que des douleurs musculaires peuvent apparaître au début de l'utilisation du vélo bureau.

Elles sont **majoritairement d'origine musculaire** et se situent essentiellement **au niveau des jambes**

- Ça fait mal aux muscles des jambes
- J'ai des douleurs dans les muscles
- J'ai mal aux mollets et aux cuisses

La plupart de ses douleurs sont repérées au commencement de la pratique du vélo bureau. Elles apparaissent chez des individus dont la pratique de l'activité physique est peu développée en général et aussi chez des individus dont les pratiques sportives à l'extérieur du collège sollicitent peu les segments bas du corps.

Elle disparaissent avec le temps et l'amélioration de la condition physique générale.

Ces douleurs amènent aussi à penser et prouvent que la pratique du vélo bureau a bien **une action concrète et des répercussions physiques réelles sur les individus et leur condition de santé.**

4. La peur du ridicule

L'apparition d'un vélo bureau dans la classe et les changements que cela occasionne peuvent perturber les pratiquants. Il peut s'installer des craintes psychologiques qui peuvent être autant de freins à l'utilisation de ce mobilier.

En effet on remarque chez quelques-uns une certaine appréhension voire même un certain mal-être. **La pratique du Vélo bureau pour eux génère de la honte, une crainte du jugement d'autrui, une peur du ridicule et des moqueries que cela pourrait susciter.**

- J'avais peur d'être ridicule
- Je suis timide et j'osais pas l'utiliser
- Je pensais qu'on allait se moquer de moi



On remarque que **cette appréhension se dissipe avec le temps** et que cette nuisance disparaît.

De ce point de vue on peut dire que **la nouveauté du vélo bureau demande à être apprivoisée par certains élèves mais aussi par certains adultes au comportement plus réservé et/ou soucieux du regard des autres**

5. Acceptation et refus du vélo bureau

Certains rares élèves, qui ont des habitudes sédentaires bien ancrées et une mauvaise image de l'activité physique, déclarent ne pas être concernés par l'usage du vélo-bureau.

Souvent, dans le cadre de leur scolarité, l'activité physique en général est vécue comme une contrainte et une difficulté

- Moi je n'aime pas l'EPS alors ça j'aime pas non plus
- J'aime pas faire du vélo. Le sport c'est fatiguant, j'aime pas

On remarque aussi sur ce point que **ces élèves confondent souvent activité physique et sport**. Pour eux le vélo-bureau est un dispositif étiqueté « sport » donc effort, voire effort intense, fatigue, mesure de la performance, évaluation... alors qu'il ne s'agit dans son utilisation courante que d'une **activité physique classée très facile à modérée sur l'échelle de Borg** (Grille de référence pour apprécier la perception de l'effort durant une activité physique), et **non notée par les professeurs**

	0. Aucun effort	Je dors
	1. Très très facile	Je regarde la TV en mangeant des chips
	2. Très facile	Je suis bien et je peux maintenir ce rythme toute la journée
	3. Facile	Je suis toujours bien mais je respire un peu plus difficilement
	4. Effort modéré	Je transpire un peu mais je me sens bien et je peux tenir une conversation sans problème
	5. Moyen	Légèrement fatiguant, je transpire un peu plus mais je peux toujours parler facilement
	6. Un peu difficile	Je peux toujours parler mais je suis un peu essoufflé et j'ai du mal à finir mes phrases. Je transpire vraiment.
	7. Difficile	Je peux toujours parler mais je n'en ai pas envie et je transpire abondamment.
	8. Très difficile	Je peux grogner pour répondre aux questions et je ne peux tenir ce rythme que pour une courte période
	9. Très très difficile	Je vais probablement tomber d'épuisement bientôt !
	10. Maximal	Je suis tombé !!!

Echelle de Borg modifiée

Le vélo-bureau demande donc pour ces utilisateurs, mais aussi de manière générale pour tous les utilisateurs, une information détaillée sur les possibilités de ce dispositif actif et ses modes d'utilisation.

En effet, tous les élèves ont globalement besoin de savoir que ce dispositif n'est pas un outil d'évaluation mais tout simplement un moyen simple et agréable pour améliorer sa santé, mais aussi, comme le montrent différentes études récentes, optimiser sa cognition et ses capacités cognitives

Le manque d'activité physique des élèves non impliqués dans l'utilisation du vélo bureau se retrouve aussi au sein de la cellule familiale où la pratique sportive de loisir ou en club est complètement absente.

- Je fais pas de sport en club
- Je pratique aucune activité physique
- Je préfère rester chez moi
- Je ne fais jamais de sport ni à la maison ni dans un club

Toutefois si le vélo-bureau pour cette typologie d'élèves apparaît comme une contrainte **il peut aussi se manifester comme une découverte.**

Il se présente alors comme **une ouverture vers laquelle l'élève s'avance quotidiennement sans trop s'en rendre compte.** Le vélo-bureau agissant à la manière d'un cheval de Troie. Ce cheminement insidieux se révèle dans sa finalité globale comme **une nouvelle connaissance, un nouveau ressenti corporel et un tremplin vers une activité physique plus régulière et une image de soi améliorée**

- *Finally I like it because I don't realize I'm pedaling*
- *It's not difficult I had a little pain in my legs at the beginning but I got used to it*
- *At first I got used to it, it does me good*
- *I now participate in the activities proposed by the school on Thursday. I do snake*
- *I'm less in front of my computer, I asked my mother to sign me up for football on the field in front of my house*
- *I can do like the others*



RÉACTION DES ÉLÈVES FACE À UN ÉVENTUEL ABANDON DE L'ACTION

1. Une grande déception et des besoins affirmés

Lorsqu'il est évoqué un éventuel **arrêt du déploiement des vélos-bureaux dans l'établissement** et le renoncement à utiliser ce mobilier, **l'ensemble des réactions recueillies s'avère très négatif.**

La communauté des élèves dans sa globalité se montre très déçue face à la suppression de ces dispositifs de travail.

- Non, on continue avec les vélos bureaux
- Sans vélo c'est nul !
- Vous êtes fous si vous enlevez les vélos-bureaux !

Les participants déclarent que cette action véhicule de nombreux bienfaits. **Ils avancent avec ces argumentations positives le fait que le vélo bureau est un mobilier qui représente l'avenir et qu'il ne peut être abandonné à cause de cette valeur porteuse de nouveauté et de richesse pour demain.**

- C'est trop bien faut pas arrêter
- Ça me fait du bien, je veux pas arrêter moi
- Pourquoi on arrêterait ce qui est bien

- Ça marche, il faut continuer
- C'est l'avenir pourquoi arrêter
- Tout le monde en aura bientôt, pourquoi abandonner, c'est nul

L'absence éventuelle de vélo bureau dans les classes et le retour au bureau traditionnel est de fait très souvent **vécue de manière assez négative**

- Sans vélo bureau c'est triste
- On s'est habitué, on en a besoin, ça manquerait trop
- C'est nul d'arrêter

« C'est l'avenir »

« C'est trop bien
faut pas arrêter »

« on en a besoin, ça
manquerait trop »

2. Une action à amplifier et à pérenniser

La majorité des élèves interrogés souhaite que cette action continue et même qu'elle s'amplifie et se pérennise au sein de l'établissement...

- Il en faut dans chaque salle
- Il en faudrait plus, partout
- Il faudrait qu'il y en ait beaucoup plus dans les classes pour ne pas avoir à attendre pour en faire
- Faut en commander plus pour l'ensemble du collège
- Faites un lot

... mais aussi au sein de l'ensemble des établissements de l'académie de Guadeloupe et d'ailleurs.

- Il faut que toutes les écoles en aient
- Il en faut dans toutes les écoles
- Faut pas arrêter ! Au contraire, il en faudrait partout ici et en France
- Il faut généraliser
- On devrait généraliser ça, partout

Le vélo bureau, pour conclure, est perçu globalement par les personnes interrogées comme un apport positif et une contribution non négligeable à leur réussite et à leur bien-être quotidien. De ce point de vue, loin de mettre fin à son usage, l'ensemble des participants souhaitent plutôt élargir davantage encore son utilisation.



BIEN-ÊTRE



MOTIVATION



PRODUCTIVITÉ



BILAN TECHNIQUE DU VÉLO-BUREAU

1. Un mobilier globalement bien apprécié

En l'état actuel des choses les vélos bureau...

... sont considérés comme majoritairement bien conçus.

- C'est bien fait
- Un bon vélo, costaud

... sont très silencieux

- Ça fait aucun bruit
- C'est vraiment silencieux
- Ouah ! Quel silence

... sont adaptables aux différentes morphologies des utilisateurs

- C'est pour les petits et les grands
- Pour toutes les tailles

... possèdent des pédaaliers fiables et adaptés à un usage intensif

- Ça tient le coup
- Cela semble de bonne qualité

... possèdent des variateurs de puissance efficaces

- C'est génial, on peut adapter la puissance
- C'est très pratique pour varier les efforts

... possède une esthétique appréciée

- C'est vraiment beau
- Une belle esthétique
- C'est un beau bureau

2. Des problèmes et des adaptations

Dans un univers de **fiabilité reconnu par les participants** on constate que **des problèmes se sont posés sur certains vélos-bureaux**

- ❖ **Après un usage intensif sur de longue période des problèmes reconnus comme relevant de l'ordre de l'entretien se sont posés au niveau des vis du plateau et du mât de soutien du plateau où certains d'entre eux ont demandé parfois à être revissés**
 - Ça se dévisse, on sent que la table bouge
 - On a revissé, c'était facile
- ❖ **Certains caches plastiques des pieds du vélo-bureau ont tendance parfois à sortir de leur logement lors des déplacements du mobilier.**
 - C'est sorti, il a fallu le remettre
 - On les a replacés et collés

Des remarques ont aussi porté sur **le confort de la selle**

- Ça fait mal au derrière
- Un peu trop pointue pour les filles, ça fait mal
- Un peu dur

La selle a été améliorée par la société TEKACTIVE. Elle est **désormais reconnue comme très confortable par les utilisateurs.**

- C'est mieux, beaucoup plus confortable... super

3. Des améliorations effectives et co-construites

Dans une démarche collective de co-construction l'ensemble des remarques formulées par les participants ont été étudiées par les techniciens et les ergonomes de chez TEKACTIVE et prises en compte par la société.

De ce point de vue son Process Qualité, qui apporte régulièrement des modifications à ce mobilier en fonction des constats effectués sur le terrain, afin d'obtenir un vélo-bureau solide fiable et bien adapté au monde scolaire, est plutôt reconnu efficace par les utilisateurs.

4 . Conclusion

Dans l'ensemble le modèle "Prémium" créé et utilisé au collège Bois-Rada est reconnu pratique et bien conçu.

Les participants constatent que des améliorations notables ont été réalisées et pensent que d'autres améliorations seront encore apportées à partir de leurs nouvelles remarques pour rendre le produit plus efficace et innovant encore.

De ce point de vue les nouveaux vélos-bureaux dans une démarche écologique et en réponse à une demande forte des établissements scolaires produiront de l'électricité pour recharger les tablettes et les smartphones.

- En pédalant on peut produire de l'énergie gratuite
- On deviendrait énergétiquement indépendant



- On peut économiser, et faire moins de dépense d'électricité
- Pour recharger les tablettes ce serait parfois, plus besoin des racks

