



**INSPIR'
ACTION**

—
THE DAILY MILE
- FONDATION
THE DAILY MILE

The Daily Mile : 15 minutes quotidiennes d'activité physique à l'école pour améliorer la santé et la concentration des élèves

Fondation The Daily Mile

[national]

contexte de l'action

En 2012, Elaine Wyllie, directrice de l'école de St Ninians en Écosse, constate un problème croissant d'inactivité et d'obésité chez les élèves. Parti de cette petite école primaire, le projet The Daily Mile, qui encourage les enfants à garder la forme à l'école et tout au long de leur vie, a aujourd'hui gagné plus de 9 000 écoles dans le monde ; son implantation en France est en cours de développement.

fiche-identité de l'action

Porteur du projet : Fondation The Daily Mile

Ambassadrice du programme en France : Sarah Ourahmoune

Statut du projet : en cours d'implantation dans des écoles parisiennes, en phase de développement national

Échelle : vocation internationale

Thématique traitée : activité physique

Publics visés : élèves du premier degré, enseignants, parents

Partenaires opérationnels : académie de Créteil (élaboration en cours d'une fiche-action à l'intention des écoles dans le but d'obtenir le label Génération 2024)

Partenaires financiers : la société INEOS est depuis 5 ans mécène de cette initiative.



INSPIR' ACTION

—
THE DAILY MILE
- FONDATION
THE DAILY MILE

Gouvernance : la fondation The Daily Mile coordonne les actions de bureaux basés en Europe, notamment en France et Belgique.

Articulation avec d'autres politiques publiques : échanges en cours avec le ministère des sports et la fédération française d'athlétisme

Moyens affectés : aucun coût pour une école mettant en place l'action

objectifs de l'action

- > Améliorer la santé physique en luttant contre la sédentarité des enfants.
- > Offrir un outil pédagogique aux professeurs pour améliorer la concentration de leurs élèves en classe.

description de l'action

Dans les établissements scolaires ayant adopté le programme The Daily Mile, les enfants sont quotidiennement encouragés à bouger pendant 15 minutes à une heure décidée par leur enseignant. Pendant ce quart d'heure, les élèves peuvent à leur convenance courir ou trottiner.

Le programme vise les enfants âgés de 2 à 11 ans. Il est accessible à tous et n'exclut personne. Les enfants ayant des problèmes de mobilité, des besoins d'attention spécifiques ou de problèmes de santé peuvent participer s'ils sont aidés.

Le succès du Daily Mile réside dans sa gratuité et sa simplicité de mise en place. Il ne dure que 15 minutes, aucun équipement ni tenue de sport ne sont nécessaires, les élèves peuvent courir avec les vêtements qu'ils portent pour aller à l'école. La météo n'est pas non plus un obstacle, seules les périodes de canicule, de verglas ou de fortes pluies empêchent les enfants de sortir.

Les écoles où le programme rencontre les meilleurs résultats participent au moins 3 fois par semaine. Il est important toutefois de ne pas oublier que cet exercice ne doit pas remplacer le cours de sport ni la récréation.

Afin d'accompagner les établissements désirant démarrer le programme, chaque classe rejoignant la communauté The Daily Mile reçoit une boîte de bienvenue comprenant des fiches de renseignement à l'intention des enseignants, des notes d'informations pour renseigner les parents et des goodies pour décorer la classe courant The Daily Mile.



INSPIR' ACTION

THE DAILY MILE
- FONDATION
THE DAILY MILE

résultats de l'action

- > Des études de nombreuses organisations ont révélé, que sur la durée, The Daily Mile avait un impact positif sur la concentration en classe, la condition physique et la constitution corporelle des enfants.
- > Les enseignants et parents indiquent que les enfants sont plus heureux, plus confiants et plus concentrés en classe et surtout en meilleur forme physique.
- > En France, une cinquantaine d'écoles dédient quotidiennement un moment de leur journée au Daily Mile.

perspectives

- > Faire de The Daily Mile un outil pédagogique gratuit connu le plus largement possible.
- > Accompagner les professeurs mettant en place le programme afin de les aider à garder les enfants motivés.

conseils pour reproduire ce projet

- > Prendre contact avec la Fondation The Daily Mile (coordonnées ci-dessous)
- > Consulter les sites participatifs de professeurs : <https://eckol.fr/the-daily-mile/>

aller plus loin

- > Site du programme The Daily Mile : <https://www.thedailymile.fr/>
- > Vidéo de lancement du programme : <https://www.youtube.com/watch?v=EgSJ3TRNkJE>



INSPIR' ACTION

—
THE DAILY MILE
- FONDATION
THE DAILY MILE

contact référent

Sylvain Jaffredo

Chef de projet The Daily Mile France

info@thedailymile.fr

06 77 77 95 50

Cette Inspir'action fait partie du Dossier ressources « École, promotion de la santé et territoires ».

À télécharger ici → <http://www.fabrique-territoires-sante.org>

Complété le 19.03.2019