

HABILITATION A DIRIGER DES RECHERCHES

Date de la soutenance : **19 septembre 2025**

Nom de famille et prénom de l'auteur : **Monsieur HERMASSI Souhail**

Titre des travaux : « *Santé, Motricité et Performance Scolaire ; Impact de l'Activité Physique sur le Développement Global de l'Enfant et de l'Adolescent à Travers l'Éducation Physique* »



Résumé

La sédentarité et l'inactivité physique chez les jeunes sont des problèmes de santé publique croissants, entraînant des effets néfastes sur leur santé physique et mentale. L'inactivité dès l'enfance est liée à une augmentation de l'obésité et des troubles métaboliques. De plus, il existe une corrélation positive entre la réussite scolaire et le niveau d'activité physique, comme le montrent des recherches sur les bienfaits de l'activité physique. Ce mémoire d'Habilitation à Diriger des Recherches (HDR) explore les interactions entre l'activité physique, les indices anthropométriques, les habiletés motrices et la réussite scolaire des enfants et adolescents. Dans un contexte où la sédentarité, l'obésité et la baisse des performances scolaires sont des préoccupations croissantes, il est essentiel de comprendre comment l'activité physique, notamment à travers ses effets sur la composition corporelle et les compétences motrices, peut influencer les résultats scolaires.

La relation entre l'activité physique (AP) et divers aspects de la santé et de la réussite scolaire est d'un grand intérêt scientifique et pose des défis pour les politiques éducatives et les pratiques pédagogiques adaptées à chaque tranche d'âge. Les résultats scolaires dépendent d'une interaction complexe entre l'intellect et des variables contextuelles, mais la santé reste un facteur clé de l'apprentissage. Il est largement accepté que les enfants en bonne santé apprennent mieux, soutenu par des études montrant que l'AP améliore la santé cardiovasculaire, musculaire, osseuse, psychosociale, cognitive et cérébrale. Les résultats de ce travail de recherche fourniront des arguments concrets pour mieux adapter le contenu des séances d'éducation physique et sportive, en tenant compte des variables biologiques et développementales des jeunes. Ce travail vise également à enrichir le débat sur le rôle central de l'activité physique dans la réussite scolaire, en soulignant la nécessité de stratégies d'intervention adaptées à chaque élève. Ainsi, ce mémoire propose une réflexion approfondie sur l'importance de l'activité physique dans le parcours éducatif et le développement des enfants scolarisés, tout en ouvrant de nouvelles perspectives pour la pratique éducative et la recherche scientifique dans le domaine de l'éducation physique en milieu scolaire. Il vise également à fournir des recommandations pour promouvoir l'activité physique et améliorer la santé et les performances scolaires des enfants et adolescents. Les résultats obtenus pourraient éclairer les politiques éducatives et de santé publique, en mettant en avant l'importance de l'AP régulière pour le bien-être global des jeunes.