



Portrait de l'école primaire Beaulieu

Volet activité physique et sportive

Août 2009

Table des matières	
Mise en situation	1
Démarche de réalisation du portrait	1
Description des participants	2
1. PORTRAIT DE LA PRATIQUE EN ACITIVITÉ PHYSIQUE DES JEUNES	2
1.1 La pratique d'activités organisées	3
Carte: La pratique d'activités physiques organisées par école	4
Les raisons évoquées pour ne pas participer aux activités organisées	5
À quelle fréquence les jeunes participent-ils aux activités organisées?	6
Quelles sont les activités organisées pratiquées par les jeunes?	7
Quelles sont les milieux responsables de l'encadrement des jeunes?	8
À quelle fréquence participent-ils aux activités dans le cadre scolaire?	9
Activités individuelles, collectives et de duel	10
Les camps de jour et les camps de vacances	10
1.2 Les moyens de transport utilisés pour se rendre à l'école	11
1.3. La pratique d'activités libres	12
Dans leur pratique libre, quelles activités les jeunes font-ils?	13
La fréquence des activités libres	14
1.4. Combien de temps par jour les jeunes sont-ils actifs?	15
1.5 L'accompagnement des parents	16
1.6 La perception des parents de leur milieu	17
1.7 Les obstacles à la pratique d'activités physiques	18
2. PORTRAIT DE L'OFFRE ET DE LA PRATIQUE À L'ÉCOLE	19
2.1 Les occasions universelles de pratique d'activités physiques	19
2.2 Les occasions sélectives de pratique d'activités physiques	21
QUELQUES FAITS INTÉRESSANTS	23
Le modèle de la pratique de l'APS	24

Mise en situation

La Ville de Sherbrooke, la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke, le Centre de santé et de services sociaux-Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke (CSSS-IUGS), l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Estrie et Québec en Forme s'associent, au printemps 2007, pour agir sur les habitudes de vie des jeunes. Ils visent à mettre sur pied un plan d'action dont la première étape est de réaliser un portrait des habitudes de vie des jeunes Sherbrookoïses âgés de 4 à 17 ans au regard de l'alimentation et de l'activité physique et sportive. Cette enquête vise également à documenter l'offre qui leur est faite dans la communauté, plus particulièrement en milieu scolaire et dans les divers organismes ou associations sportives et de loisirs de Sherbrooke.

Ce portrait est un outil de travail qui permettra d'orienter les réflexions des différents partenaires interpellés auprès des jeunes et de leur famille vers des interventions efficaces ou prometteuses pour favoriser une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif.

Démarche de réalisation du portrait

La cueillette des données s'est déroulée au printemps 2008 dans 42 écoles primaire et secondaire de la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke.

Ce portrait couvre une année complète d'activités (de juin 2007 à mai 2008). Un questionnaire a été distribué dans

Taux de participation des enfants de l'école Beaulieu

79 %

Les parents de 294 enfants sur 530* ont rempli le questionnaire sur la pratique en alimentation et en activité physique et sportive de leur enfant

* Selon les fichiers du MELS, sept 2007

Un premier document « Faits saillants sur les pratiques en alimentation et activité physique des jeunes Sherbrookoïses » fût produit à l'occasion d'une conférence de presse tenue en mars 2009.

En complément, voici le profil des enfants de l'école Beaulieu de la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke. Ce profil présente les réponses de 294 parents ayant consenti à remplir un questionnaire sur les pratiques en alimentation et en activité physique de leur enfant. Vous y trouverez aussi des renseignements sur les services en alimentation et en activité physique offerts par l'école.

les classes des écoles primaires afin que les élèves les remettent à leur parent. Les élèves des écoles secondaires ont rempli eux-mêmes leur questionnaire en classe.

Durant la même période, des entrevues ont eu lieu auprès des directions des établissements scolaires.

Description des participants

La **figure 1** présente le nombre de jeunes de l'école Beaulieu ayant participé à l'enquête. Il s'agit de tous les enfants dont les parents ont rempli le questionnaire. Les participants sont décrits selon leur âge et leur sexe.

Un total de 294 enfants de l'école Beaulieu, dont 47,62 % sont des filles et 52,38 % des garçons, ont participé à l'enquête. Le sexe n'a pas été spécifié pour un des enfants ayant participé.

Vous trouverez dans le deuxième tableau, tous les jeunes de la commission scolaire ayant participé à l'enquête. Les données ont été recueillies auprès des jeunes de 42 écoles (46 bâtisses) dont 38 (40 bâtisses) sont fréquentées par des élèves de niveau primaire.

En tout, 13 862 jeunes; 8612 fréquentant une école primaire et 5250 une école secondaire ont participé à l'enquête.

1 Nombre de jeunes ayant participé à l'enquête selon l'âge et le sexe

Jeunes de l'école

Sexe	Âge des enfants										
	5	6	7	8	9	10	11	12	13	Total	
Gars	7	25	20	27	24	27	15	9	0	154	52,4%
Fille	7	20	34	18	19	20	15	5	2	140	47,6%
Total	14	45	54	45	43	47	30	14	2	294	100%
	4,8%	15,3%	18,4%	15,3%	14,6%	16,0%	10,2%	4,8%	0,7%	100%	

Tous les jeunes de l'enquête

Sexe	Niveau scolaire		
	Primaire	Secondaire	Total
Filles	4239	2564	6803
Garçons	4314	2595	6909
N/D	59	91	150
Total	8612 (62%)	5250 (38%)	13 862 (100%)

1. Portrait de la pratique en activité physique et sportive des jeunes

Cette section du rapport traite de la pratique d'activités physiques et sportives (APS) chez les jeunes de l'école Beaulieu. Il y est question plus particulièrement de la participation des jeunes aux activités organisées et libres, du temps consacré chaque jour à l'activité physique, des modes de transport utilisés par les jeunes pour se rendre à l'école ainsi que de la perception des parents de leur milieu et des obstacles à l'activité physique.

Dans la deuxième section; « Offre et pratique à l'école », vous trouverez une synthèse des renseignements recueillis lors d'une entrevue auprès de la direction de l'école.

Guide de lecture

Tout au long du document, vous serez informé aussi bien des résultats obtenus pour l'ensemble des jeunes sherbrookois de niveau primaire, que de ceux obtenus pour les jeunes qui fréquentent l'école Beaulieu.

La majorité des figures présente un premier graphique pour l'école et un second pour tous les jeunes de niveau primaire.

1.1. La pratique d'activités physiques organisées

Cette première partie porte sur les activités physiques et sportives ORGANISÉES. Il s'agit uniquement des activités régulières faites avec un intervenant (tel qu'un entraîneur, un moniteur, un instructeur), comme par exemple, des cours de danse, des cours de judo ou être membre d'une équipe de hockey.

Nous avons demandé aux parents si leur enfant avait pratiqué sur une base régulière une activité physique ou sportive organisée, à un moment ou l'autre de l'année (excluant les camps de jour et les cours d'éducation physique).

Cette question concerne toutes les activités sans distinction du milieu de pratique. Il peut s'agir d'une activité organisée par le milieu scolaire, un club ou une association sportive, le centre communautaire ou un organisme privé.

Carte

Pour réaliser la carte que vous trouverez à la page suivante, les jeunes ont été regroupés selon l'école qu'ils fréquentent. Sur cette carte, chaque école est représentée par un rond de couleur qui varie en fonction du pourcentage de jeunes qui participent à au moins une activité physique organisée au cours de l'année (tous milieux de pratique confondus).

Cette carte met deux réalités en lumière; celle de la défavorisation et celle de l'éloignement.

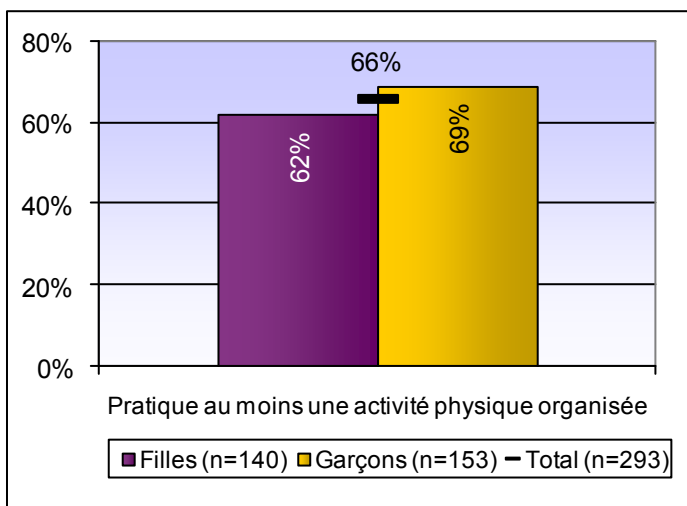
La **figure 2** présente les résultats selon le sexe de l'enfant. L'histogramme du haut regroupe les jeunes de l'école et celui du bas tous ceux de la commission scolaire, y compris les jeunes de secondaire.

La **figure 3** présente le pourcentage de jeunes ayant participé à au moins une activité physique organisée au cours de l'année selon l'âge du jeune.

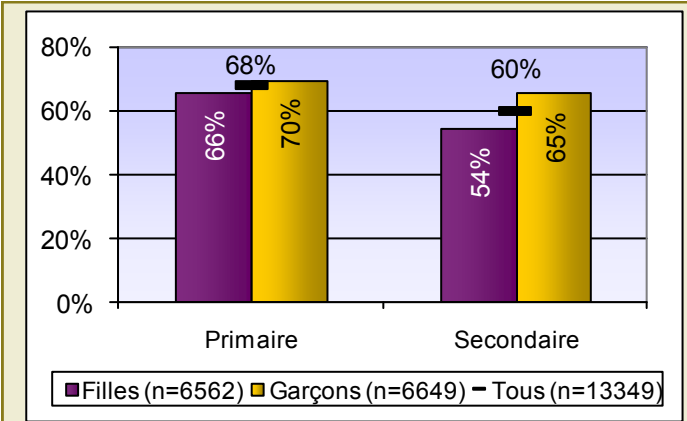
Une courbe représente les jeunes de l'école et une autre tous les jeunes des écoles.

2 Pourcentage de jeunes inscrit à une activité organisée selon le sexe

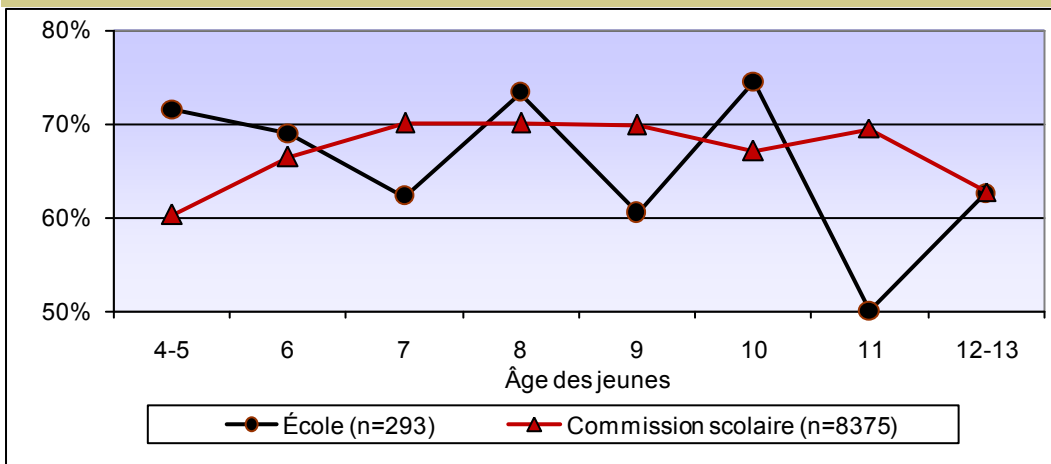
Jeunes de l'école



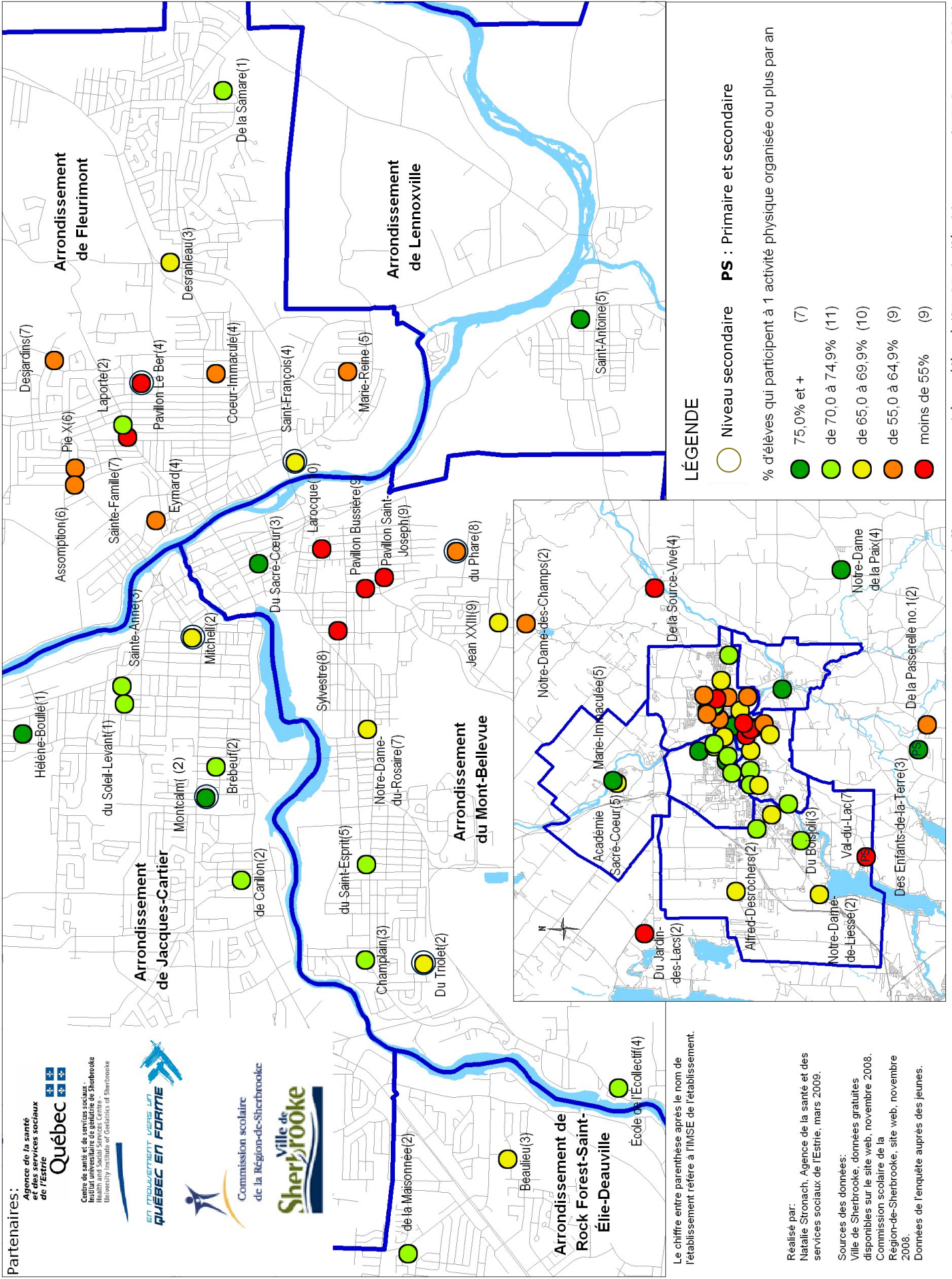
Tous les jeunes de l'enquête



3 Pourcentage de jeunes ayant participé à une activité organisée selon l'âge



La pratique d'activité physique organisée chez les élèves de la CSRS



Les raisons évoquées pour ne pas participer aux activités organisées

Seuls les jeunes **n'ayant PAS participé** à une activité physique organisée (voir figure 2) sont inclus dans les résultats présentés à la figure 4.

Pour tous les jeunes qui n'ont pas participé à une activité organisée au cours de l'année, nous avons demandé aux parents d'en préciser la ou les raisons. Parmi les énoncés d'une liste, les parents pouvaient sélectionner plusieurs choix.

Énoncé:

- Les activités offertes n'intéressent pas mon enfant.
- Le coût des activités est trop élevé.
- Je ne suis pas informé sur les activités offertes.
- Les amis de mon enfant ne font pas d'activités physiques.
- L'horaire des activités ne convient pas.
- Les activités offertes sont trop compétitives.
- Les activités se déroulent trop loin de la maison.
- Ne sait pas

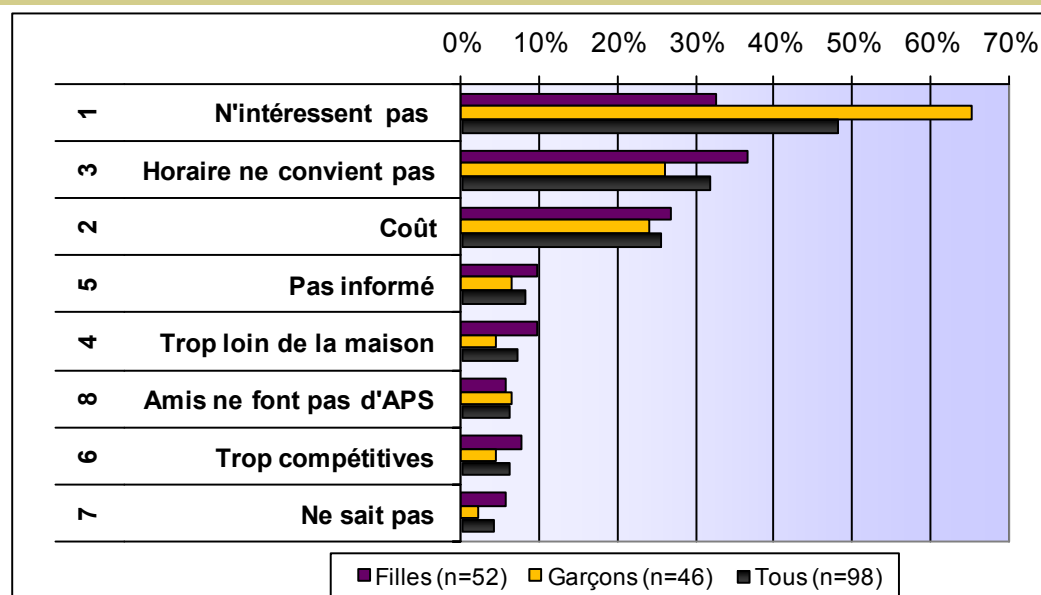
La **figure 4** montre par ordre d'occurrence, de la raison la plus souvent évoquée par les parents à celle qui l'est le moins. La figure distingue aussi les réponses des garçons et des filles.

Certains parents ont évoqué « d'autres » raisons qui ne sont pas documentées dans le présent rapport.

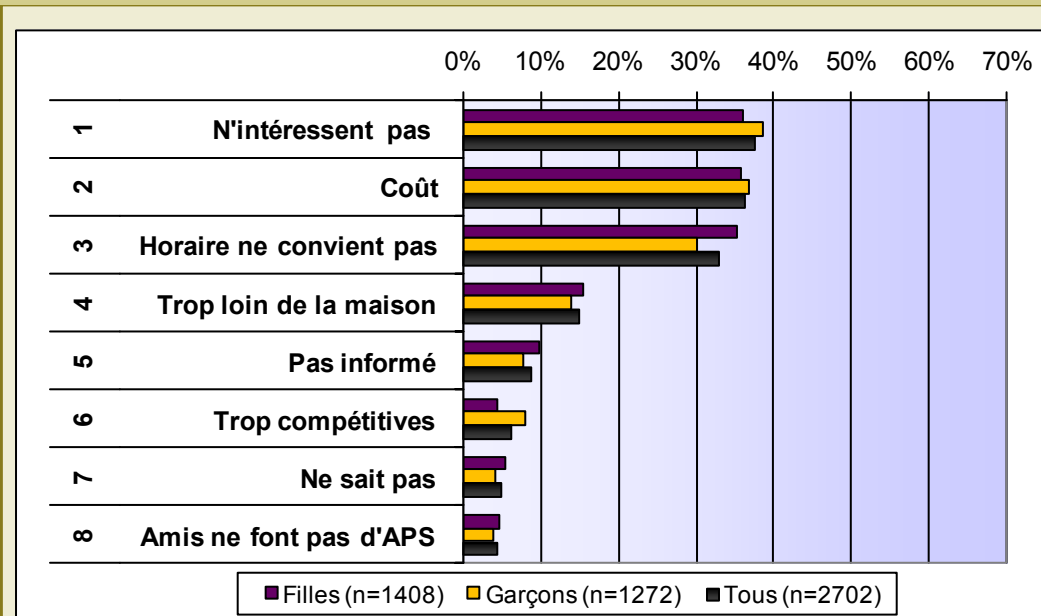
4

Raisons évoquées par les parents dont les jeunes ne participent pas à au moins une activité physique organisée au cours de l'année

Jeunes de l'école



Tous les jeunes des écoles primaires



À quelle fréquence les jeunes participent-ils aux activités organisées?

Seuls les jeunes ayant participé à au moins une activité physique organisée (voir figure 2) sont inclus dans les résultats présentés aux figures 5, 6 et 7.

Nous avons demandé aux parents dont les enfants pratiquent au moins une activité organisée durant l'année de spécifier la fréquence hebdomadaire de pratique, c'est-à-dire le nombre de fois par semaine en moyenne où leur enfant par-

ticipait à des activités physiques organisées. De plus, les parents devaient préciser si la ou les activités avaient lieu durant l'été ou durant la période scolaire.

La figure 5 compare la fréquence hebdomadaire de participation à des activités physiques organisées durant l'été et durant la période scolaire.

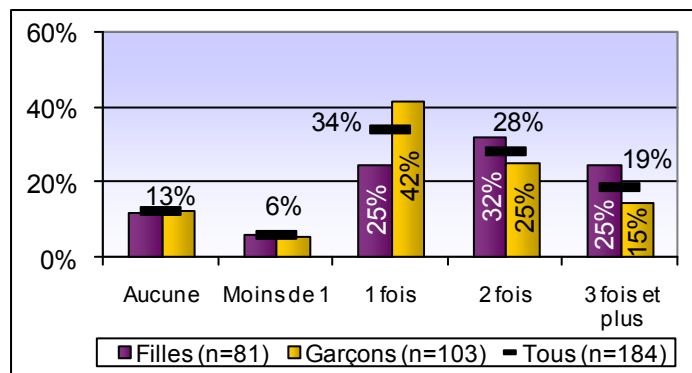
D'après l'enquête sociale générale (ESG) de 2005, les garçons de 5 à 14 ans sont toujours plus susceptibles de participer à des sports que les filles du même âge, mais l'écart se rétrécit. La participation des garçons à des activités sportives est passée de 66 %, en 1992, à 56 %, en 2005. Au cours de la même période, la participation des filles a peu changé, passant de 49 % à 45 %. Il y a peu de différence dans la fréquence de participation des garçons et des filles.

<http://www.statcan.gc.ca/pub/11-008-x/2008001/article/10573-fra.htm>

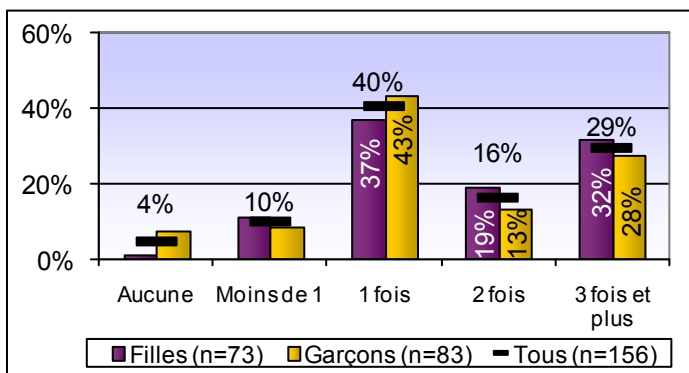
5 Fréquence hebdomadaire de participation à des activités physiques organisées selon la saison

Jeunes de l'école

Durant l'été

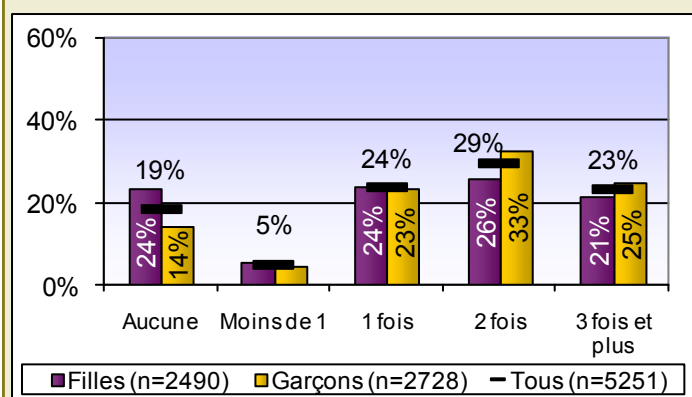


Durant l'automne et l'hiver

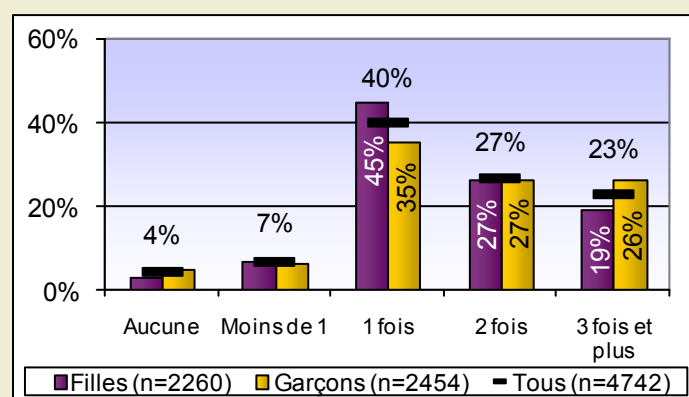


Tous les jeunes des écoles primaires

Durant l'été



Durant l'automne et l'hiver



Quelles sont les activités organisées pratiquées par les jeunes?

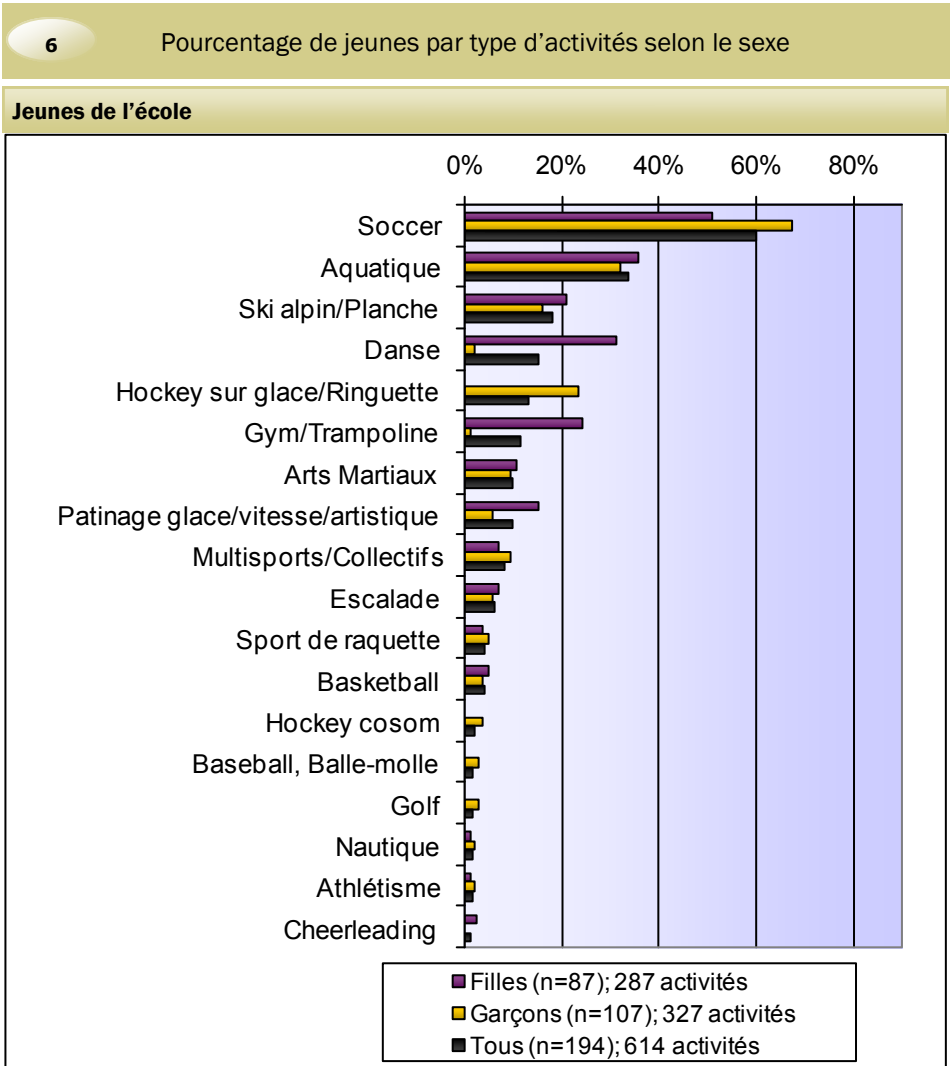
Nous avons demandé aux parents d'identifier les activités organisées pratiquées par leur enfant depuis l'été dernier (en dehors des cours d'éducation physique). Les parents pouvaient cocher plus d'un choix parmi ceux proposés dans une liste d'activités.

La figure 6 présente la liste des activités pratiquées par les enfants en ordre décroissant de popularité.

Les résultats sont présentés de façon à mettre en évidence le pourcentage de filles et de garçons qui pratiquent une activité.

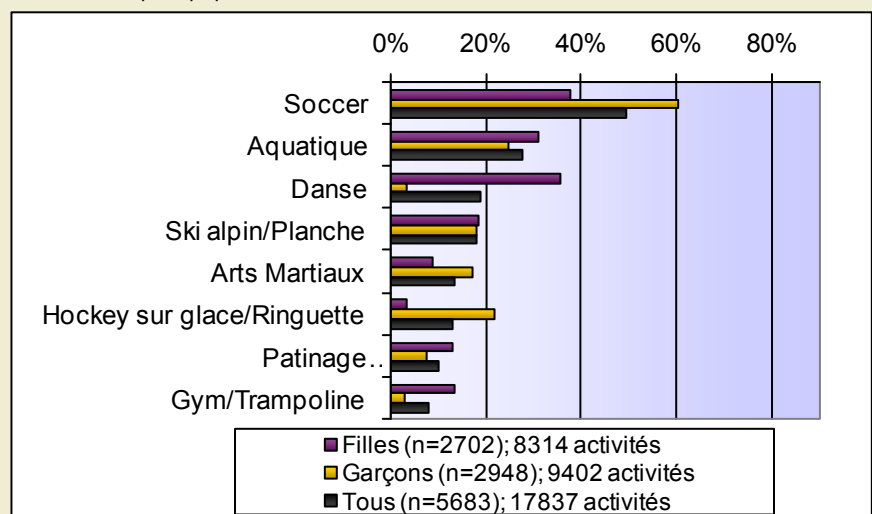
Certaines activités sont pratiquées autant par les garçons que par les filles et certaines autres le sont davantage par les enfants d'un même sexe comme la danse et le hockey.

Dans le graphique de résultats pour tous les jeunes des écoles primaires, seules les activités les plus populaires sont présentées.



Tous les jeunes des écoles primaires

Les activités les plus populaires



D'après les résultats d'un rapport publié par Statistique Canada, « La pratique des sports au Canada », le soccer est devenu le sport préféré des jeunes âgés de 5 à 14 ans, avec un taux de participation de 44%, suivi du hockey sur glace, de la natation et du base-ball.

Quelles sont les milieux responsables de l'encadrement des jeunes?

Nous avons demandé aux parents de penser à toutes les activités organisées auxquelles leur enfant s'est inscrit depuis le mois de juin et d'identifier le ou les types d'organismes responsables de l'organisation et de l'encadrement des jeunes. Les parents pouvaient cocher plusieurs choix parmi une liste de milieux de pratique.

Les choix proposés sont :

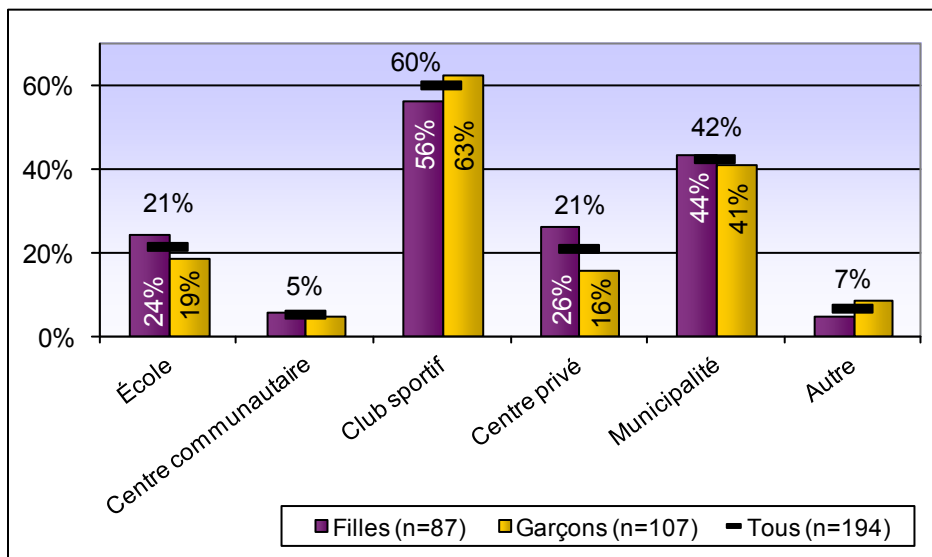
- École
- Centre communautaire
- Club ou association sportive
- Centre privé
- Municipalité

« Autres » et « Ne sait pas » étaient aussi des choix possibles.

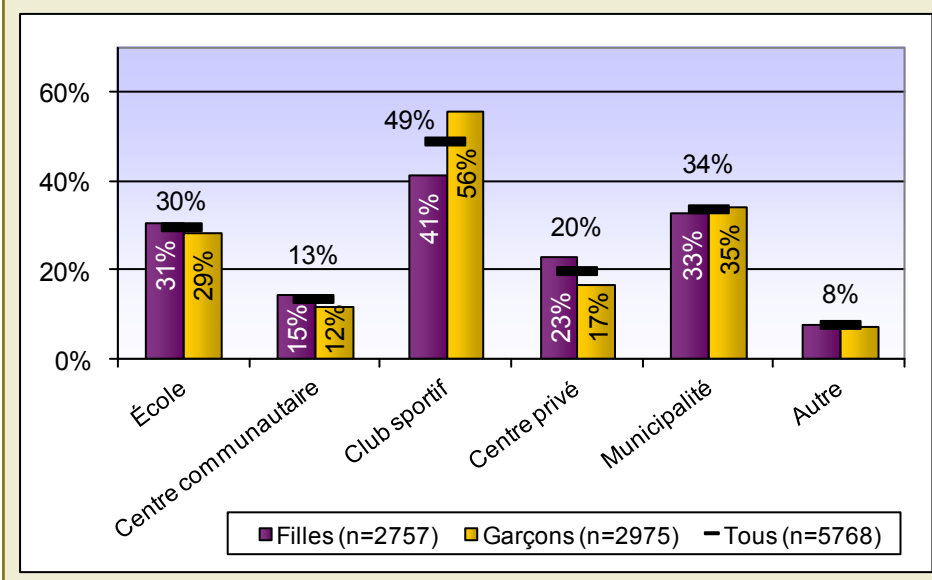
La figure 7 présente le pourcentage de jeunes inscrits par milieu responsable de l'encadrement des activités. Les résultats sont présentés en fonction du sexe du jeune.

7 Pourcentage de jeunes selon le milieu responsable de l'encadrement de ses activités

Jeunes de l'école



Tous les jeunes des écoles primaires



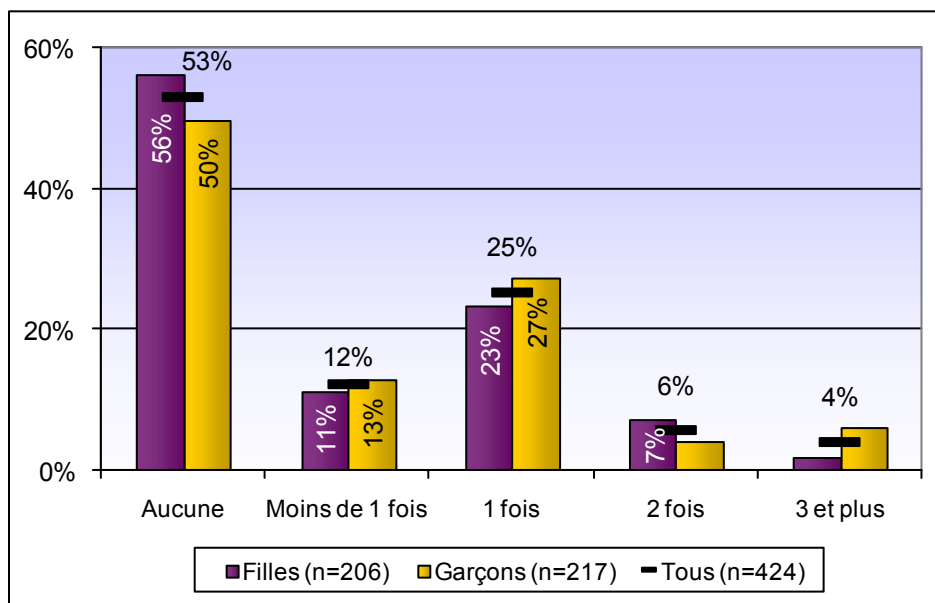
À quelle fréquence les jeunes participent-ils aux activités organisées dans le cadre scolaire?

Afin de connaître à quelle fréquence les jeunes participaient aux activités organisées par le milieu scolaire, nous avons demandé aux parents de penser uniquement à celles pratiquées à l'école et de nous dire combien de fois par semaine en moyenne leur enfant participait aux APS organisées à l'école (en dehors des cours d'éducation physique).

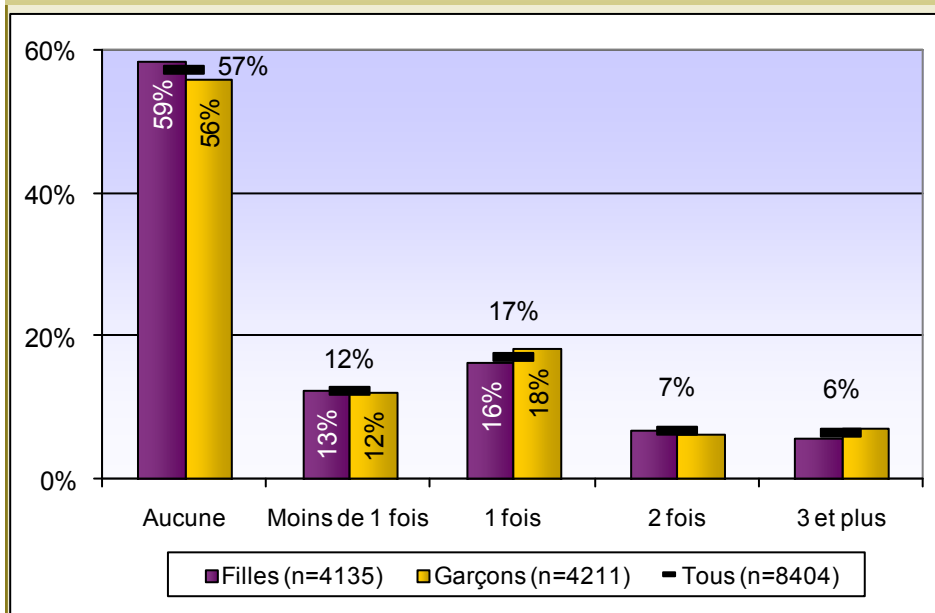
La figure 8 présente la répartition de garçons et de filles selon leur fréquence hebdomadaire de participation à des activités organisées dans le cadre scolaire. Les pourcentages sont calculés sur le nombre total de jeunes de l'école ayant participé à l'enquête.

8 Fréquence hebdomadaire de pratique d'activités physiques organisées dans le cadre scolaire selon le sexe (hors cours d'éducation physique)

Jeunes de l'école



Tous les jeunes des écoles primaires



..... Selon l'ICRCP (rapport de 2005), « le milieu scolaire peut jouer un rôle vital dans l'augmentation des niveaux d'activité physique des enfants et des jeunes, car les écoles ont accès à la plupart des enfants pendant de longues périodes durant la journée. Elles comptent des professeurs qui peuvent offrir aux enfants et aux parents de l'information crédible au sujet de l'activité physique, elles ont un système de communication établi et elles peuvent avoir des installations et de l'équipement disponibles pour faciliter l'activité physique ».

Activités individuelles, collectives et de duel

Les activités organisées pratiquées par les jeunes ont été regroupées selon leur nature; collective, individuelle ou de duel. Les activités collectives regroupent les sports d'équipe comme le soccer, le hockey et le volleyball. Dans les activités individuelles, nous retrouvons des activités comme la danse, la gymnastique, le

ski alpin ainsi que l'athlétisme et, pour terminer, les activités de duel incluent les arts martiaux, les sports de raquettes et les sports de combat.

La figure 9 présente le pourcentage d'activités réalisées selon le sexe.

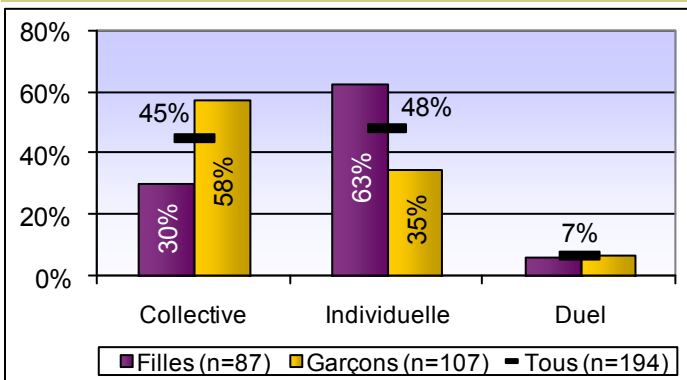
Les camps de jour et les camps de vacances

Une série de questions portaient sur l'inscription des enfants aux camps de jour et aux camps de vacances. Les camps de vacances sont les camps avec hébergement et les camps de jour sont ceux sans hébergement.

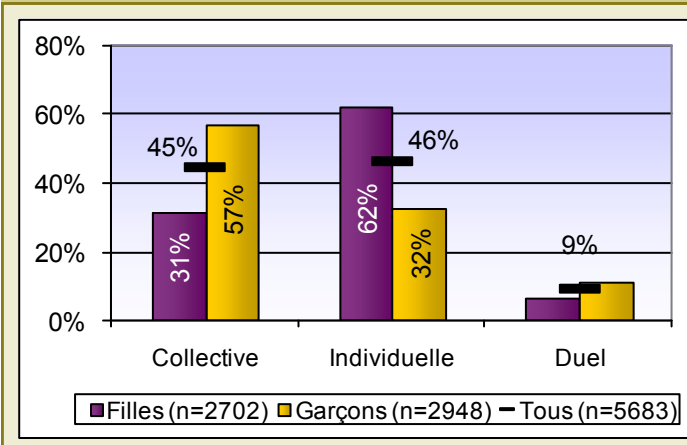
La figure 10 fait ressortir le pourcentage d'enfants inscrits aux camps et la répartition de ceux-ci selon le sexe.

9 Répartition des activités selon leur nature collective, individuelle ou de duel en fonction du sexe

Jeunes de l'école



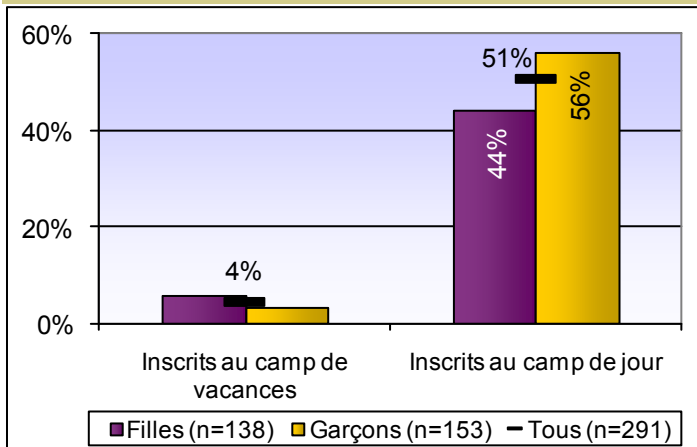
Tous les jeunes des écoles primaires



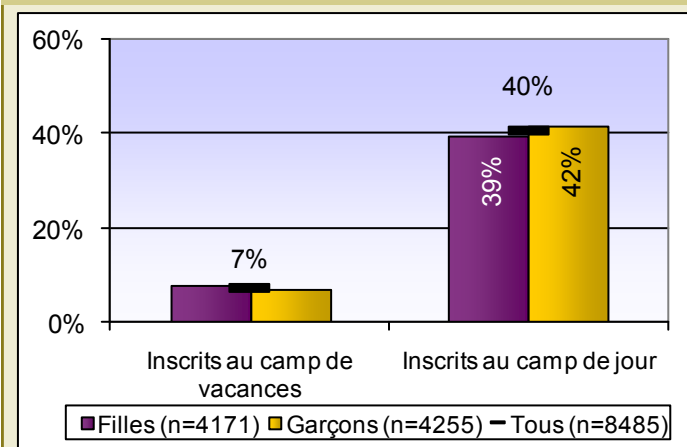
10

Pourcentage de jeunes inscrits aux camps de jour et aux camps de vacances selon le sexe

Jeunes de l'école



Tous les jeunes des écoles primaires



Plus du tiers des jeunes inscrits dans un camp de jour les fréquentent 4 semaines ou moins durant l'année.

1.2. Quels sont les moyens de transport utilisés pour se rendre à l'école?

Nous avons demandé aux parents quel était le moyen de transport le plus souvent utilisé par leur enfant pour se rendre à l'école. Cette question était composée de deux parties; durant l'automne et durant l'hiver. **La figure 11** présente à gauche les moyens de transport utilisés par les jeunes de l'école selon la saison et, celui de droite, les résultats pour l'automne en fonction de l'âge de l'enfant.

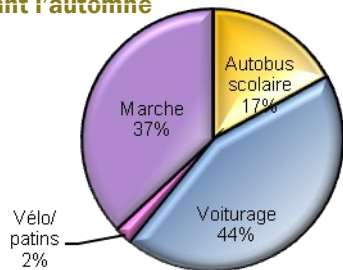
Il y a 40 ans, 80 % des jeunes Canadiens de 7 et 8 ans marchaient pour se rendre à l'école. Selon une étude récente, au Québec, moins de 30 % des jeunes utilisent un moyen de transport actif entre la maison et l'école (Trudeau et Shephard, 2005). Ce recul de la marche a des conséquences sur la santé des enfants, mais il en a aussi sur la capacité qu'ont les enfants de développer leur autonomie et de s'approprier leur environnement. Une étude britannique conclut que les enfants auxquels les parents donnent plus de liberté dans leurs déplacements sont physiquement plus actifs.

11

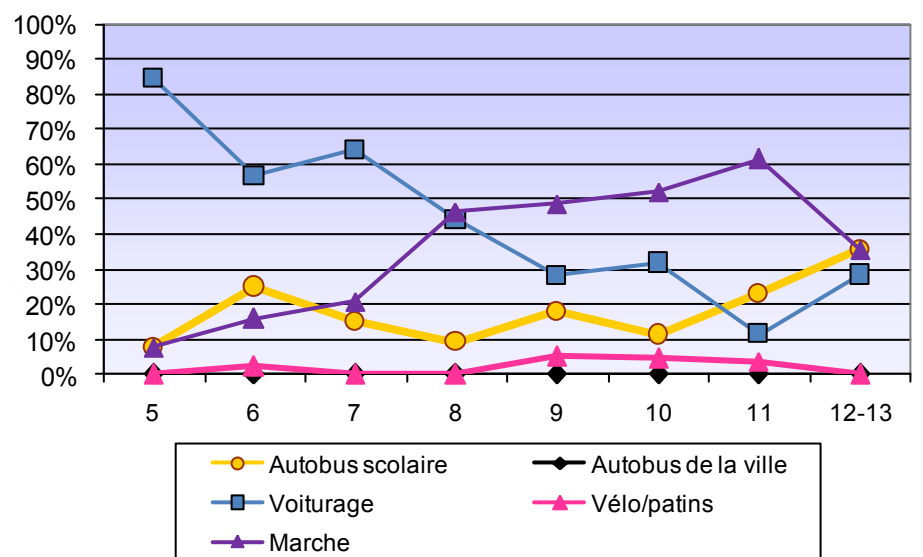
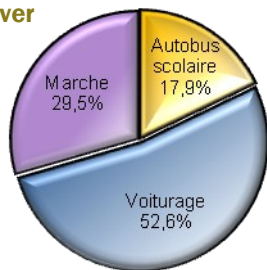
Pourcentage de jeunes par mode de transport selon la saison et en fonction de l'âge

Jeunes de l'école

Durant l'automne

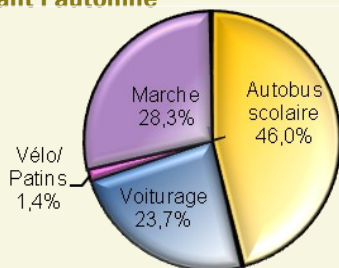


Durant l'hiver

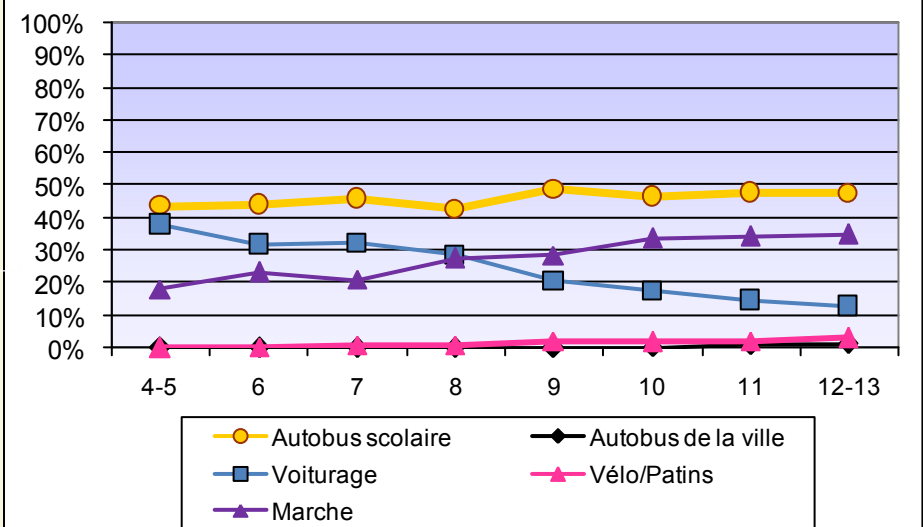
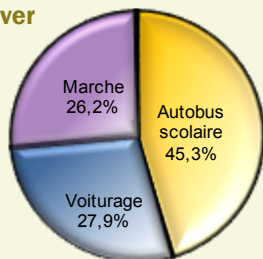


Tous les jeunes des écoles primaires

Durant l'automne



Durant l'hiver



1.3. La pratique d'activités physiques libres

Cette partie porte sur les activités physiques et sportives LIBRES. Il s'agit des activités de loisir sans entraîneur ni moniteur, comme par exemple, faire de la planche à roulettes dans la ruelle avec des amis, jouer au ballon ou se baigner.

Afin de savoir si les enfants s'adonnent à une pratique d'activités physiques libres, nous avons demandé aux parents si leur enfant avait fait des activités physiques libres ou non organisées, sans entraîneur ou moniteur, au cours de l'année.

La figure 12 combine les réponses des parents à cette question sur la pratique d'activités libres avec la question sur la pratique d'activités organisées.

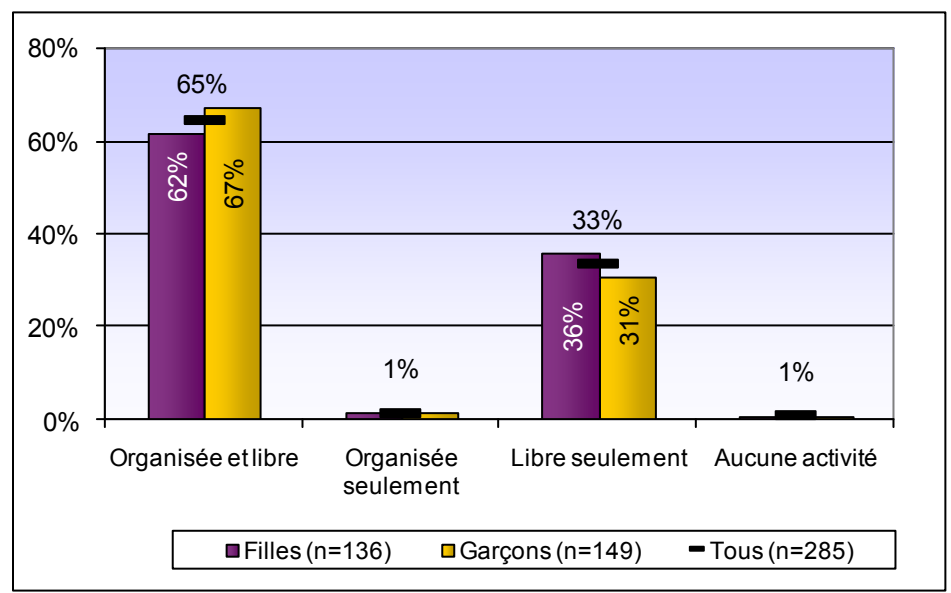
Dans la colonne de gauche sont regroupés les enfants qui participent à des activités organisées et qui font aussi des activités libres (organisées et libres). Ce sont les jeunes qui ont répondu « oui » aux deux questions. C'est dans cette colonne que nous retrouvons le pourcentage le plus élevé de jeunes.

Viennent ensuite à la deuxième colonne les enfants qui participent à des activités organisées, mais qui ne font pas d'activités libres (organisée seulement). La troisième colonne correspond aux enfants qui ne participent pas aux activités organisées, mais qui font des activités libres (libre seulement) et la dernière à ceux qui ne font ni l'un ni l'autre, c'est-à-dire qui ne font pas d'activités physiques de loisir (aucune).

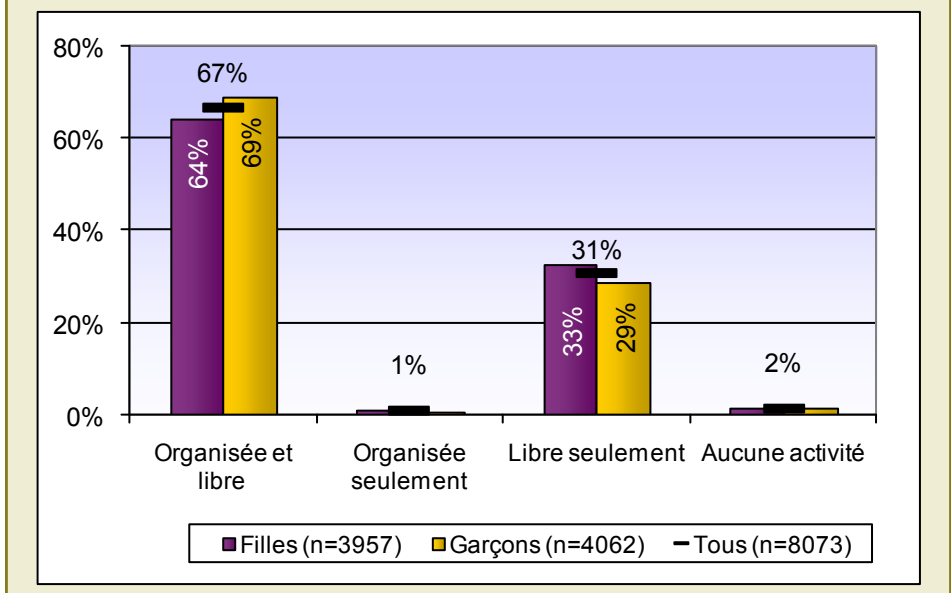
En additionnant les colonnes « Organisée et libre » et « Libre seulement », nous constatons que pratiquement tous les jeunes font des activités physiques libres ou non-organisées.

Pourcentage de jeunes selon le type de pratique d'activités physiques
12 (Organisées seulement, libres seulement, les deux ou aucune)

Jeunes de l'école



Tous les jeunes des écoles primaires



Dans leur pratique libre, quelles activités les jeunes font-ils?

Seuls les enfants qui font des activités physiques libres sont inclus dans les résultats présentés à la figure 13.

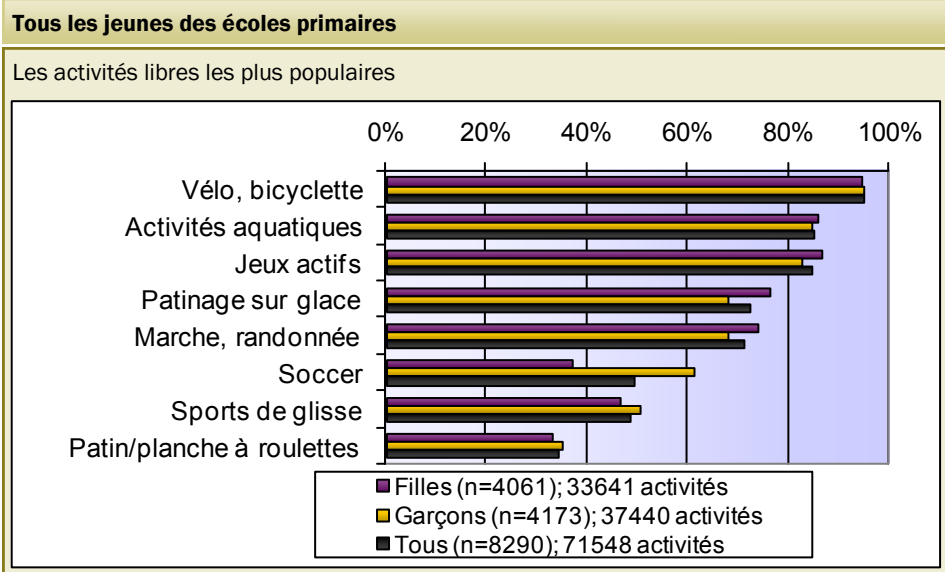
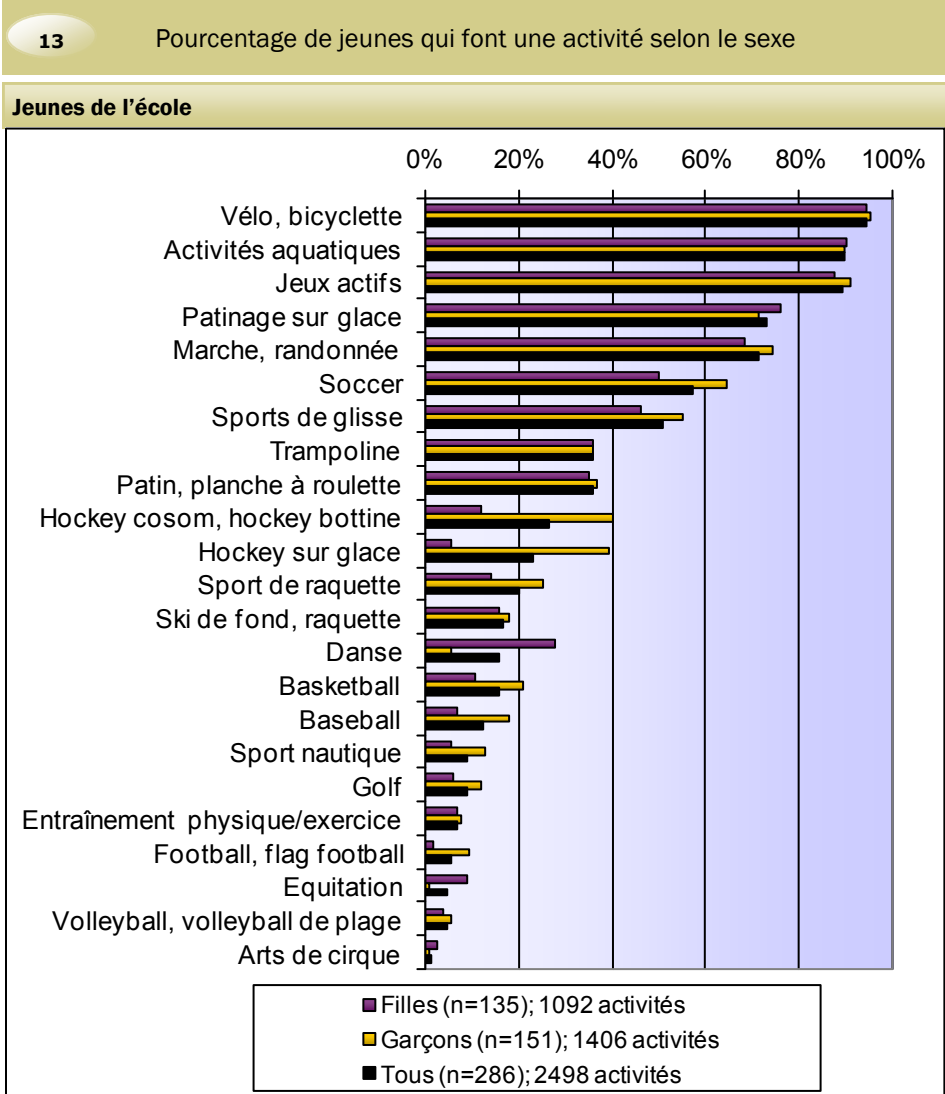
Nous avons demandé aux parents d'identifier les activités LIBRES faites par leur enfant depuis l'été. Les parents pouvaient cocher plusieurs choix dans la liste d'activités proposées.

Vous trouverez à la figure 13 la liste des activités pratiquées par les enfants en ordre décroissant de popularité. Les pourcentages de garçons et de filles ainsi que ceux sans distinction du sexe sont identifiés pour chaque activité.

Certaines activités sont pratiquées majoritairement par les enfants d'un même sexe. À cet égard, il y a moins de différence entre les garçons et les filles dans les activités libres que dans celles organisées (voir figure 6).

Seules les activités les plus populaires apparaissent dans la liste du bas « Tous les jeunes des écoles primaires ».

Encourager les enfants à passer une heure à jouer dans la cour derrière la maison après la sortie de l'école est une mesure facilement réalisable, peu coûteuse et efficace que les parents peuvent prendre pour accroître le niveau d'activités physiques de leurs enfants et, en conséquence, améliorer leur santé. Des recherches actuelles indiquent que le temps que les enfants passent à faire de l'activité physique en plein air, en particulier après l'école, est un facteur majeur qui fait la différence entre les enfants qui sont considérés suffisamment actifs pour en tirer des bienfaits sur le plan de la santé et du développement et ceux qui ne le sont pas (Centers for Disease Control and Prevention, 2000).



La fréquence des activités physiques LIBRES

Afin de se renseigner sur la fréquence à laquelle les jeunes font de l'activité physique libre (non organisée), nous avons demandé aux parents combien de fois par semaine, en moyenne, leur enfant faisait ce type d'activité. La question était divisée en deux parties: durant l'été, durant l'automne et l'hiver (période scolaire).

La figure 14 présente les réponses obtenues. Les pourcentages sont calculés en fonction du nombre de jeunes qui ont une pratique

d'activités physiques et sportives libres.

Peu de différences sont observées entre les garçons et les filles dans le fait de faire ou non des activités physiques libres. Presque tous les enfants en font. Cependant, à la figure 14 (pour tous les jeunes des écoles primaires), des différences entre garçons et filles sont observées en fonction de la fréquence à laquelle ils en font. Les garçons font de l'activité physique libre plus fréquemment que les filles.

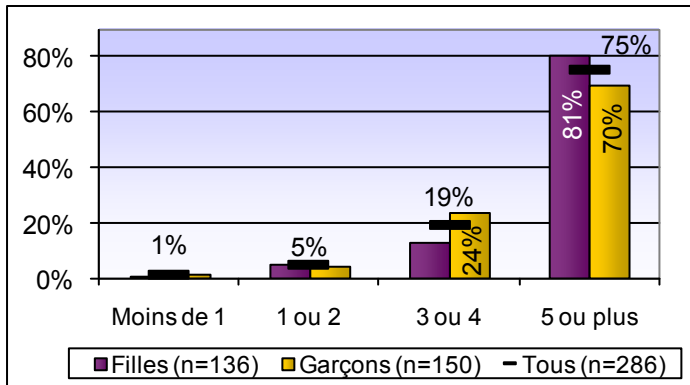
Plus de la moitié des parents croient que leur enfant fait suffisamment d'activité physique en suivant des cours d'éducation physique à l'école. (Sondage indicateur de l'activité physique (SIAP) 2000)

Les jeunes dont la famille a un revenu élevé sont ceux qui ont le moins tendance à être physiquement inactifs (44 % par opposition à 57 à 67 % des jeunes dont la famille a un revenu moins élevé). (ENSP 1998-1999)

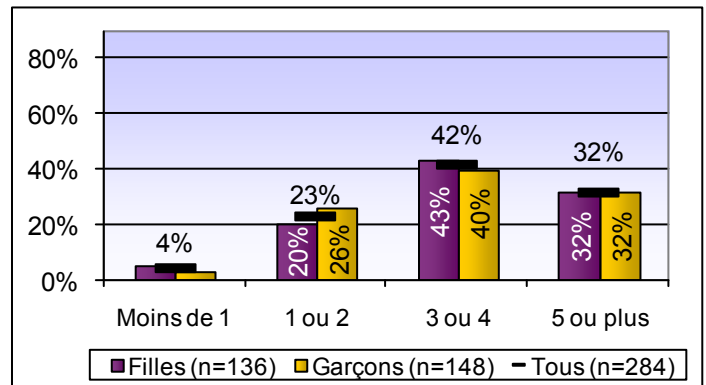
14 Fréquence hebdomadaire d'activités physiques et sportives libres selon les saisons

Jeunes de l'école

Durant l'été

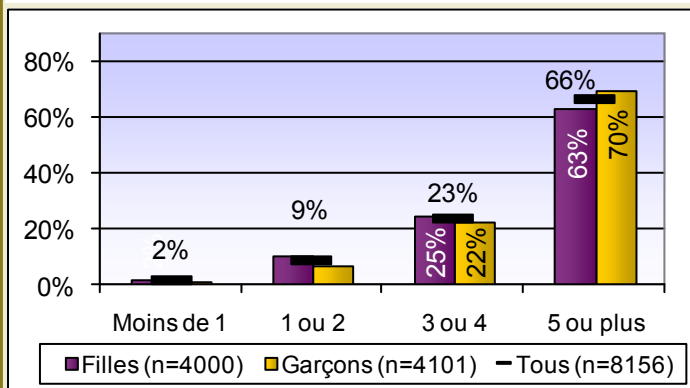


Durant l'automne et l'hiver

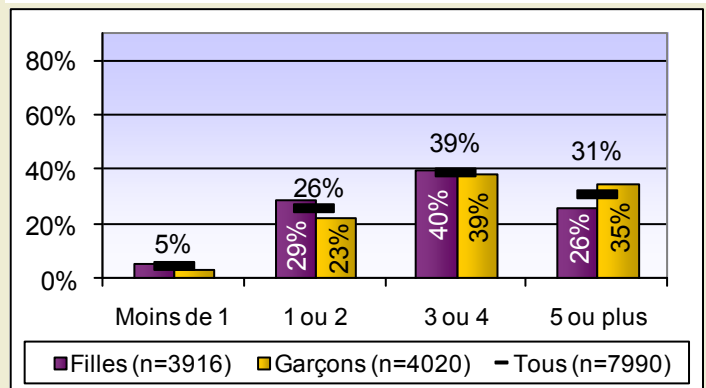


Tous les jeunes des écoles primaires

Durant l'été



Durant l'automne et l'hiver



1.4. Combien de temps par jour les jeunes sont-ils physiquement actifs?

Les recommandations en matière d'activités physiques suggèrent que les enfants et les adolescents fassent 60 minutes ou plus d'activité physique d'intensité moyenne à élevée par jour. On entend par intensité moyenne des activités comme le soccer, la natation ou le vélo pratiqués à une intensité qui permet de parler à un ami sans être capable de faire des phrases complètes. La recommandation inclut des activités physiques d'intensité élevée au moins trois jours par semaine. L'intensité devient élevée lorsque les jeunes, dans le cadre des mêmes activités, ne peuvent plus tenir une conversation en raison d'un essoufflement marqué lors d'une course rapide au soccer par exemple. (Faits saillants sur les pratiques en alimentation et activité physique des jeunes Sherbrookoïses, mars 2009).

Nous avons demandé aux parents, en pensant à toutes les activités organisées et libres de leur enfant ainsi qu'au transport actif, d'estimer combien de

temps par jour en moyenne leur enfant était physiquement actif (en dehors des cours d'éducation physique), et ce, sans égard à l'intensité. La question était divisée en deux parties : le temps physiquement actif durant la semaine (du lundi au vendredi) et celui durant la fin de semaine (samedi et dimanche).

La figure 15 compare entre le nombre de minutes par jour durant lesquels les jeunes sont physiquement actifs les jours de semaine avec ceux de fin de semaine. Vous y retrouverez la proportion de jeunes physiquement actifs moins de 60 minutes par jour, de 60 à 90 minutes par jour et plus de 90 minutes par jour.

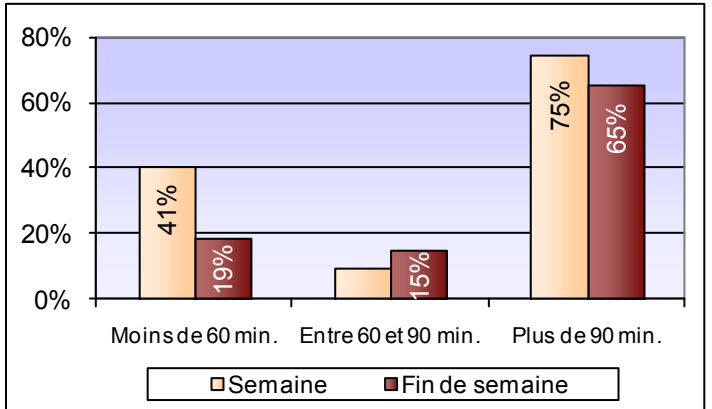
La figure 16 reprend les mêmes données que la figure 15, mais cette fois en regroupant les jeunes qui sont physiquement actifs une heure ou plus par jour et en distinguant les réponses selon le sexe des jeunes.

De plus, la colonne de droite fait ressortir la proportion de jeunes actifs une heure ou plus tous les jours soit, les jours de semaine et de fin de semaine.

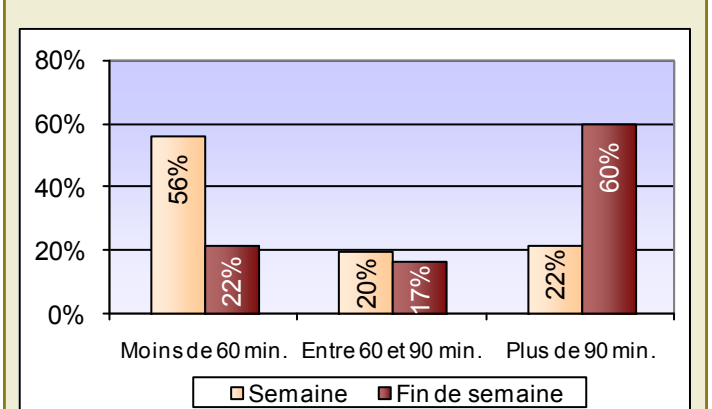
Pourcentage de jeunes selon le nombre de minutes par jour où ils sont physiquement actifs les jours de semaine et de fin de de semaine

15

Jeunes de l'école



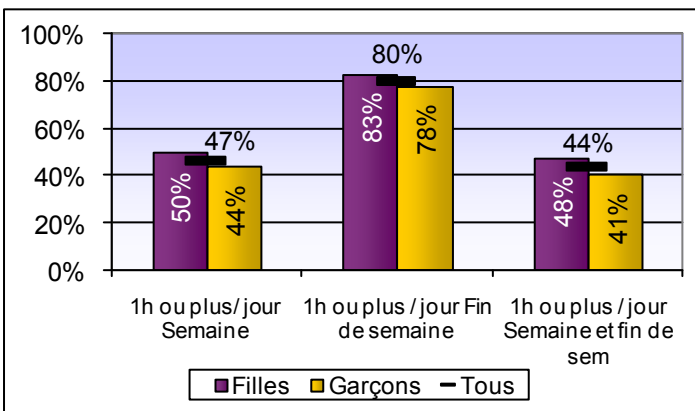
Tous les jeunes des écoles primaires



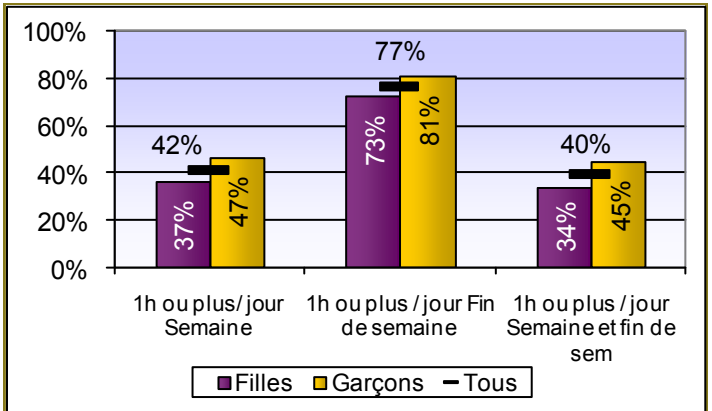
16

Pourcentage de jeunes physiquement actif 1 heure ou plus par jour

Jeunes de l'école



Tous les jeunes des écoles primaires



1.5. L'accompagnement des parents

Afin de savoir comment les parents accompagnent leur enfant dans leur pratique d'activités physiques, une série de questions portaient sur certains comportements des parents avec leur enfant. Le répondant devait identifier combien de fois par semaine, lui-même ou son conjoint, manifestait un des quatre comportements suivant :

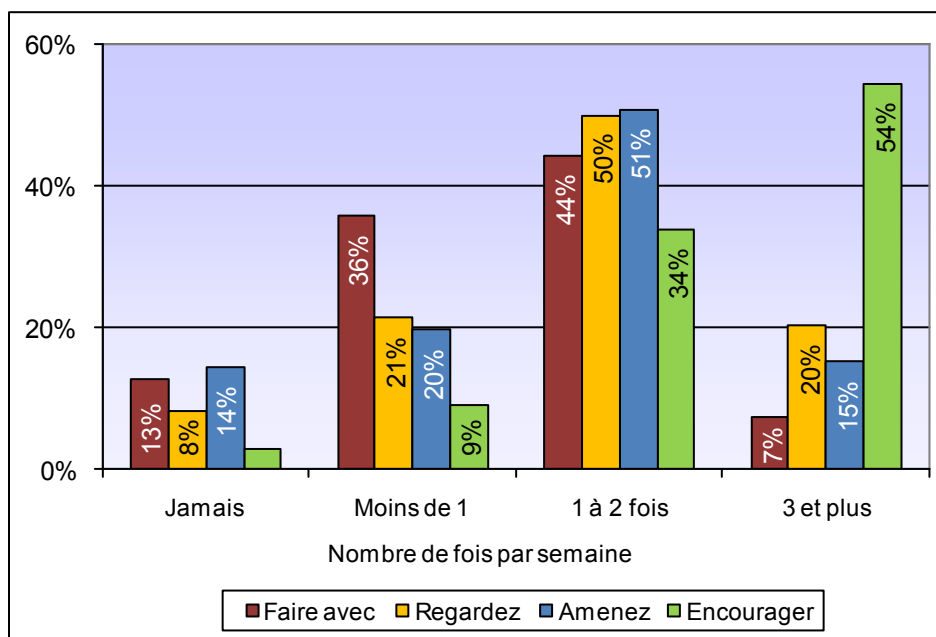
- Faire des activités physiques avec votre enfant (minimum de 30 minutes par séance).
- Regarder votre enfant pratiquer des activités physiques ou sportives.
- Amener votre enfant à un endroit où il fait de l'activité physique ou sportive.
- Encourager votre enfant à faire de l'activité physique ou sportive.

La figure 17 présente la distribution des réponses des parents pour chacune des questions. Chaque colonne représente une fréquence hebdomadaire (nombre de fois par semaine) et chaque couleur un comportement.

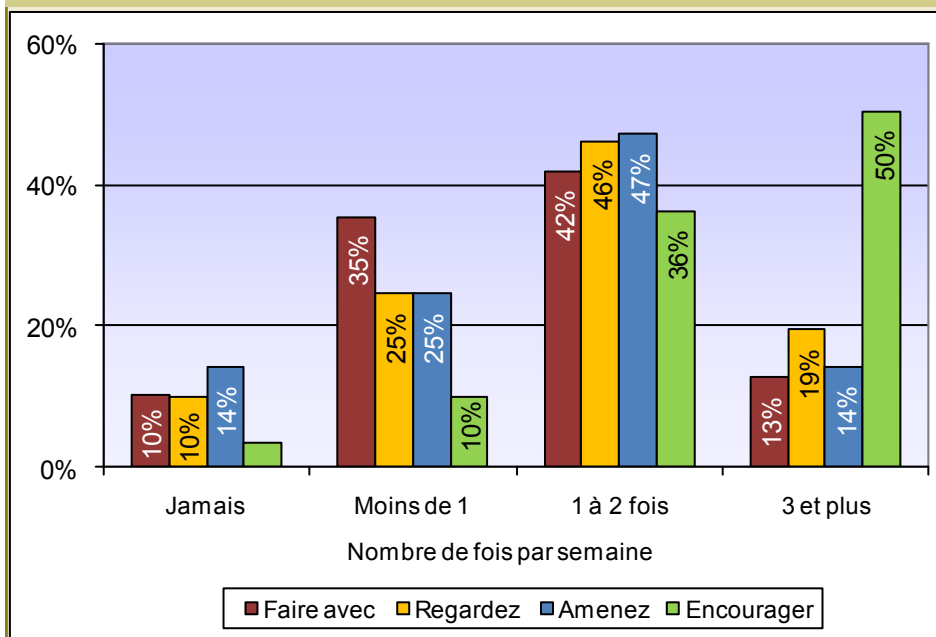
Les résultats de recherches indiquent qu'il existe un rapport entre les encouragements des parents et de plus hauts niveaux d'activité physique chez les enfants; il semble aussi exister un grand rapport entre la pratique de l'activité physique chez les adolescents et le soutien des parents, sous forme verbale ou sous d'autres formes, dont le paiement des frais, le transport, etc. (Sallis, J.F., Prochaska, J.J., Taylor, W.C., 2000.)

17 Nombre de fois par semaine où les parents accompagnent leur enfant dans leur pratique d'activités physiques

Jeunes de l'école



Tous les jeunes des écoles primaires



1.6. La perception des parents de leur milieu

En pensant au voisinage où l'enfant réside le plus souvent, les parents ont indiqué leur degré d'accord avec des énoncés à l'aide d'une échelle à 5 niveaux; 1 étant « Tout à fait en désaccord » et 5 étant « Tout à fait en accord ».

La figure 18 présente la liste des énon-

cés ainsi que la proportion de parents par degré d'accord (1 à 5). Plus le pourcentage vers la droite de l'échelle est élevé, plus les parents sont en accord avec l'énoncé, et inversement, plus les pourcentages de gauche sont élevés, plus ils sont en désaccord avec l'énoncé.

Les réponses des parents de l'école (Beaulieu) ainsi que celles des écoles primaires de la commission scolaire (CS) apparaissent sous chacun des degrés d'accord. Les pourcentages supérieurs à 29 %, soit ceux qui correspondent à près du tiers des réponses sont mis en évidence dans le tableau.

18 Degré d'accord des parents en lien avec les énoncés reliés au voisinage
Jeunes de l'école (Beaulieu) et tous les jeunes des écoles primaires (CS)

		<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> Tout à fait en désaccord ← → Tout à fait en accord </div>									
		1		2		3		4		5	
		École	CS	École	CS	École	CS	École	CS	École	CS
1	On retrouve des lieux propices au jeu et à la pratique d'activité physique dans le quartier	4%	8%	10%	10%	22%	22%	30%	24%	34%	37%
2	Il y a peu d'infrastructure à proximité pour les activités physiques et sportives	24%	29%	30%	24%	22%	23%	14%	13%	9%	11%
3	Les infrastructures à proximité sont accessibles	3%	7%	11%	10%	24%	23%	35%	28%	28%	32%
4	Il y a beaucoup de lieux sécuritaires pour pratiquer des activités physiques (parcs, aires de jeux, etc.)	6%	8%	11%	13%	28%	24%	30%	27%	25%	28%
5	Les enfants peuvent jouer dehors sans danger	7%	5%	12%	12%	23%	23%	33%	31%	24%	29%
6	Les enfants peuvent se rendre à l'école à pied ou en vélo en toute sécurité	19%	41%	14%	13%	26%	15%	24%	15%	17%	15%
7	L'éclairage des rues est insuffisant	9%	16%	11%	18%	26%	26%	20%	19%	34%	21%
8	Il y a beaucoup de circulation	5%	9%	9%	14%	29%	25%	27%	22%	30%	31%
9	Les gens marchent ou font de l'activité physique fréquemment	0%	3%	6%	10%	39%	33%	37%	31%	18%	22%
10	Mon enfant aime y faire de l'APS	3%	2%	7%	7%	21%	22%	31%	30%	39%	39%
11	Les parents assistent souvent aux activités sportives auxquelles participent leurs enfants	3%	3%	3%	9%	20%	26%	44%	32%	30%	29%
12	Il y a suffisamment d'APS offertes aux enfants	5%	6%	12%	13%	19%	25%	38%	30%	25%	26%
13	Les coûts d'inscriptions aux APS sont trop élevés	7%	7%	14%	15%	31%	30%	27%	24%	21%	24%
14	Les coûts d'équipements pour la pratique d'APS sont trop élevés	3%	5%	12%	13%	32%	29%	30%	26%	22%	26%
15	Je suis suffisamment informé sur les APS offertes à l'école	10%	7%	22%	14%	20%	24%	32%	29%	17%	26%
16	Je suis suffisamment informé sur les APS offertes dans mon quartier	8%	7%	18%	14%	22%	28%	40%	30%	12%	20%
17	Mon enfant est suffisamment actif	3%	3%	7%	9%	26%	22%	37%	32%	27%	35%

1.7. Les obstacles à la pratique d'activités physiques

La dernière section du questionnaire visait à mieux connaître les obstacles à la pratique d'activités physiques chez les jeunes. Les parents ont indiqué à quelle fréquence chacun des énoncés énumérés constitue un obstacle à la pratique de leur enfant. Les parents devaient cocher jamais, rarement, des fois, souvent ou très souvent vis-à-vis chaque énoncé.

La figure 19 présente la liste des énoncés ainsi que la proportion de parents selon la fréquence. Plus le pourcentage vers la droite de l'échelle est élevé plus l'obstacle est important et, inversement, il est moins important si les pourcentages de gauche sont élevés.

Les réponses des parents de l'école (Beaulieu) ainsi que celles des écoles primaires de la commission scolaire

(CS) apparaissent sous chacune des fréquences. Les pourcentages supérieurs à 29 %, soit ceux qui correspondent à près du tiers des réponses, sont mis en évidence dans le tableau.

19

Fréquence à laquelle certains obstacles empêchent les jeunes de faire de l'activité physique

Jeunes de l'école (Beaulieu) et tous les jeunes des écoles primaires (CS)

		Jamais		Rarement		Parfois		Souvent		Très souvent	
		École	CS	École	CS	École	CS	École	CS	École	CS
1	Manque de confiance a propos de ce qu'il a l'air quand il fait des activités physiques ou des sports	46%	51%	25%	24%	23%	18%	4%	5%	1%	2%
2	Manque d'intérêt envers l'activité physique	26%	31%	30%	27%	29%	30%	10%	10%	5%	3%
3	Manque de discipline ou de volonté	23%	29%	29%	31%	35%	30%	11%	9%	2%	2%
4	Manque de temps	20%	23%	33%	31%	32%	33%	12%	10%	3%	3%
5	Manque d'énergie (trop fatigué)	34%	39%	47%	40%	15%	17%	4%	3%	0%	1%
6	Il n'a personne pour faire de l'activité physique avec lui	16%	19%	30%	30%	41%	36%	10%	13%	3%	3%
7	Il n'aime pas faire de l'activité physique	47%	50%	30%	28%	16%	16%	4%	5%	2%	2%
8	Manque d'équipement	28%	33%	37%	32%	28%	26%	5%	6%	1%	2%
9	La température ne lui permet pas	11%	17%	41%	37%	46%	43%	2%	3%	1%	1%
10	Manque d'habiletés pour faire de l'activité	33%	39%	40%	37%	22%	20%	5%	3%	0%	1%
11	Manque de connaissances sur la façon de faire de l'activité physique	32%	34%	39%	38%	26%	23%	2%	3%	1%	1%
12	Manque d'endroits ou d'emplacements accessibles pour faire de l'activité physique	22%	28%	41%	35%	29%	27%	6%	8%	2%	2%
13	Il a un problème de surpoids	93%	91%	3%	5%	2%	3%	2%	1%	0%	1%
14	Ses amis n'aiment pas faire de l'activité physique	38%	43%	37%	35%	22%	19%	2%	3%	0%	0%
15	Ses amis le taquent quand il fait de l'activité physique	76%	72%	17%	20%	6%	6%	1%	1%	0%	0%
16	Il est choisi en dernier dans les sports d'équipe	40%	50%	39%	30%	15%	14%	5%	4%	1%	2%
17	Il n'aime pas transpirer	81%	81%	11%	13%	6%	4%	2%	1%	0%	1%
18	L'activité physique gâche son apparence (cheveux, vêtements, maquillage...)	91%	91%	7%	7%	2%	2%	0%	0%	0%	0%
19	Il ne veut pas être trop musclé	95%	93%	4%	5%	1%	1%	0%	0%	0%	0%
20	Ses devoirs l'en empêche	53%	53%	20%	21%	20%	19%	4%	5%	3%	2%

2. Portrait de l'offre et de la pratique à l'école Beaulieu

Dans le cadre de l'étude, 42 établissements scolaires primaires et secondaires de la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke ont participé à la collecte de données. Tous les établissements font partie du réseau scolaire public francophone.

En plus de leur collaboration pour la collecte auprès des parents et des jeunes, les directeurs d'école ou leurs adjoints ont accepté de participer à une entrevue

individuelle d'une durée d'environ une heure. À l'aide d'une grille, les interviewers ont recueilli des renseignements sur les occasions universelles et les occasions sélectives de pratique d'activités physiques et sportives offertes par les écoles.

Les entrevues se sont déroulées en avril et en mai 2008. Les questions portaient sur les activités qui s'étaient déroulées durant l'année scolaire en cours, soit de

septembre 2007 à mai 2008.

Cette deuxième section du volet activité physique présente les réponses obtenues lors de l'entrevue réalisée auprès d'un représentant de la direction de votre école. Lorsque c'est possible, les données recueillies sont mises en relation avec les données des entrevues faites auprès de toutes les écoles primaires (40 bâtisses) ayant participé à l'étude.

2.1 Les occasions universelles de pratique d'activités physiques et sportives

Les occasions universelles de pratique d'activités physiques ou sportives sont les activités offertes normalement à tous les élèves d'une école et auxquelles **tous les élèves participent**. Elles sont divisées en quatre catégories, soit les cours d'éducation physique, les récréations, les cours de psychomotricité dans la grille horaire et les autres activités physiques également dans la grille horaire. Notons que les cours optionnels offerts dans la grille horaire ne sont pas inclus puisque tous les jeunes n'y ont pas accès.

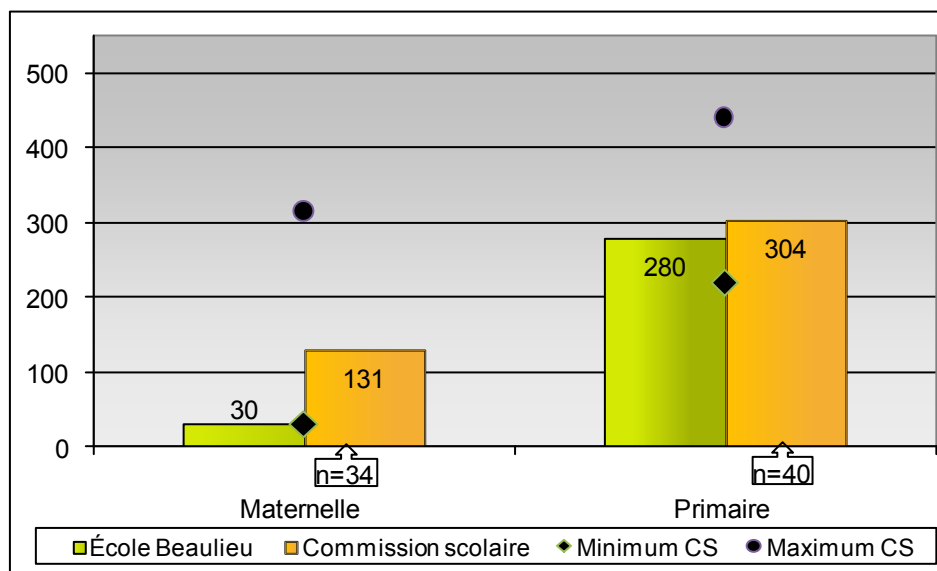
Pour les figures 20 à 22, nous avons comparé les données de l'école avec celles de l'ensemble des écoles de la commission scolaire. Le nombre inscrit sous la barre de la commission scolaire correspond au nombre d'école qui offre le service.

La figure 20 réfère au temps par semaine d'occasions universelles de pratique. Elle présente, par niveau scolaire, le nombre moyen de minutes par semaine ainsi que le minimum et le maximum observé.

• En moyenne, les écoles offrent 131 minutes par semaine d'occasions universelles de pratique à leurs élèves de maternelle. Ce nombre varie de 30 à 315 minutes. **L'école Beaulieu offre 30 minutes par semaine d'occasions universelles de pratiques à ses élèves de maternelle.**

• Au primaire, les élèves bénéficient en moyenne de 309 minutes par semaine. **À Beaulieu, les élèves de primaire bénéficient de 280 minutes d'occasions universelles de pratique.**

20 Nombre moyen de minutes par semaine d'occasions universelles d'activité physique selon le niveau scolaire



Les activités psychomotrices sont indispensables au développement psychique et physique de l'enfant.

On peut définir le développement psychomoteur comme étant le développement dans les domaines de la motricité, la prise de conscience de soi et de son corps et la prise de conscience de son environnement (espace et temps) et des possibilités de s'y adapter.

La période de vie de 2 à 7 ans en est une charnière pour le devenir moteur.

Durant cette période, l'acquisition d'habiletés et de comportements moteurs fondamentaux serviront d'assise à toutes les formes de mouvements spécialisés dont certains sont préalables aux acquis scolaires.

Parents, animateurs, éducateurs, enseignants... contribuent à leur façon au développement psychomoteur de l'enfant.

(Réf: Diplôme d'aptitude aux fonctions d'animateur (DAFA), Formation de base en animation en loisir et en sport, Conseil québécois du loisir, 2009)

À la maternelle

La figure 21 présente le nombre moyen de minutes par semaine selon le type d'activité pour les élèves de maternelle.

- Parmi les 34 maternelles, 33 offrent des cours d'éducation physique. Le nombre de minutes d'éducation physique varie peu d'un établissement à l'autre; 29 sur 33 offrent 30 minutes d'éducation physique par semaine. **L'école Beaulieu offre 30 minutes d'éducation physique aux élèves de maternelles.**

- Près de la moitié des maternelles (16/34) bénéficient de périodes de récréation. La durée des périodes varie de 75 à 225 minutes par semaine. **Les maternelles de l'école Beaulieu n'ont pas de récréation.**

- 14 maternelles offrent des périodes de psychomotricité dans la grille horaire. Celles-ci varient de 30 à 180 minutes par semaine selon l'école. **Les élèves de maternelle de l'École Beaulieu n'ont pas de psychomotricité.**

Au primaire

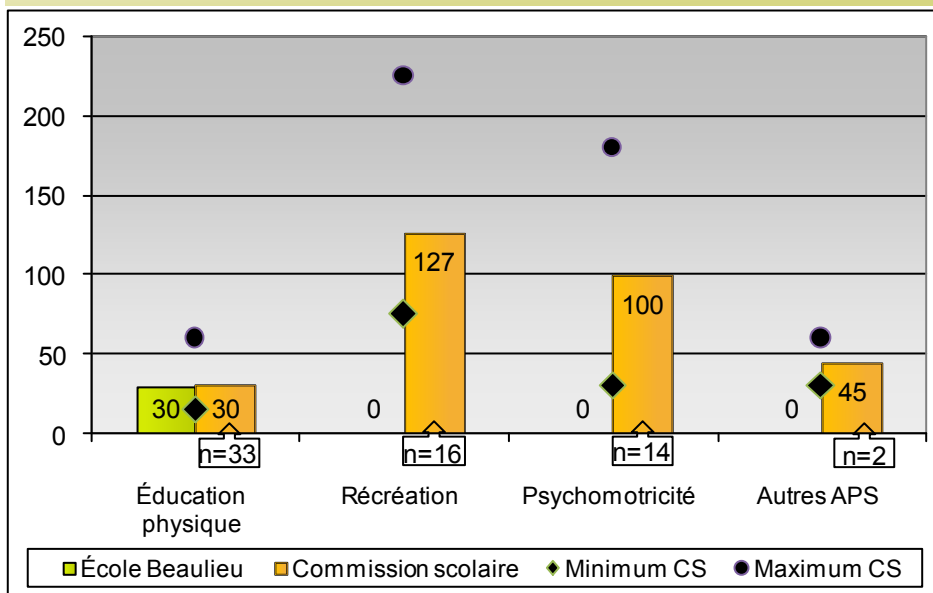
La figure 22 résume les données pour le niveau primaire. Les moyennes sont présentées par type d'activités dans la grille horaire.

- À la commission scolaire, 38 bâtisses sur 40 offrent 120 minutes ou plus d'ÉPS par semaine. La moyenne pour les 40 bâtisses est de 137 minutes par semaine et varie de 70 à 210 selon l'école. **L'école Beaulieu offre 130 minutes d'éducation physique à ses élèves de niveau primaire.**

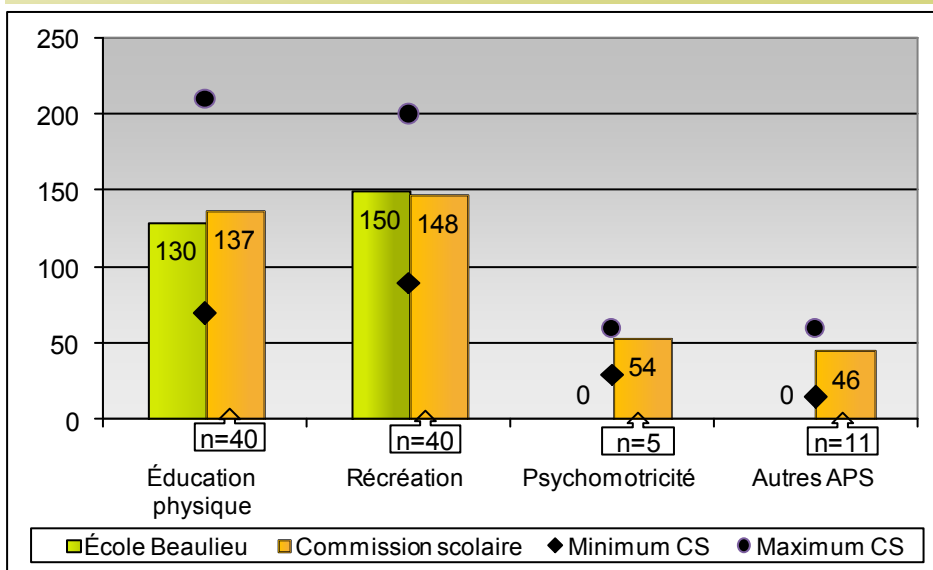
- Les élèves de niveau primaire de toutes les écoles ont des périodes de récréation tous les jours. En moyenne, les élèves ont 145 minutes de récréation par semaine, soit 29 minutes par jour. Selon les écoles, les élèves du primaire ont entre 18 et 40 minutes de récréation chaque jour. **Les élèves de Beaulieu bénéficient de 150 minutes de récréation chaque semaine, soit 30 minutes par jour.**

- Parmi les 40 bâtisses, 5 offrent des activités de psychomotricité à leurs élèves

21 Nombre moyen de minutes par semaine d'occasions universelles d'activité physique pour les élèves de MATERNELLE



22 Nombre moyen de minutes par semaine d'occasions universelles de pratique d'activités physiques pour les élèves du PRIMAIRE



dans la grille horaire. Le nombre de minutes par semaine varie de 30 à 60 selon l'établissement. Prenez note qu'au primaire, la psychomotricité est offerte aux élèves de premier cycle seulement. **Les élèves du primaire de l'école Beaulieu n'ont pas de psychomotricité.**

- 11 bâtisses sur 40 proposent d'autres occasions universelles de pratique d'APS à leurs élèves. La moyenne est de 46 minutes par semaine et le nombre de minutes par semaine varie de 15 à 60 selon l'école.

Depuis septembre 2006, le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport recommande un minimum de 120 minutes par semaine d'éducation physique et à la santé (ÉPS) au primaire. La norme nationale recommandée est de 150 minutes d'éducation physique et à la santé par semaine, donnée par un spécialiste.

Il n'y a pas de recommandation pour les jeunes du préscolaire et du secondaire.

(Source: Communiqué de presse de la FÉÉ-PEQ, 25 avril 2006)

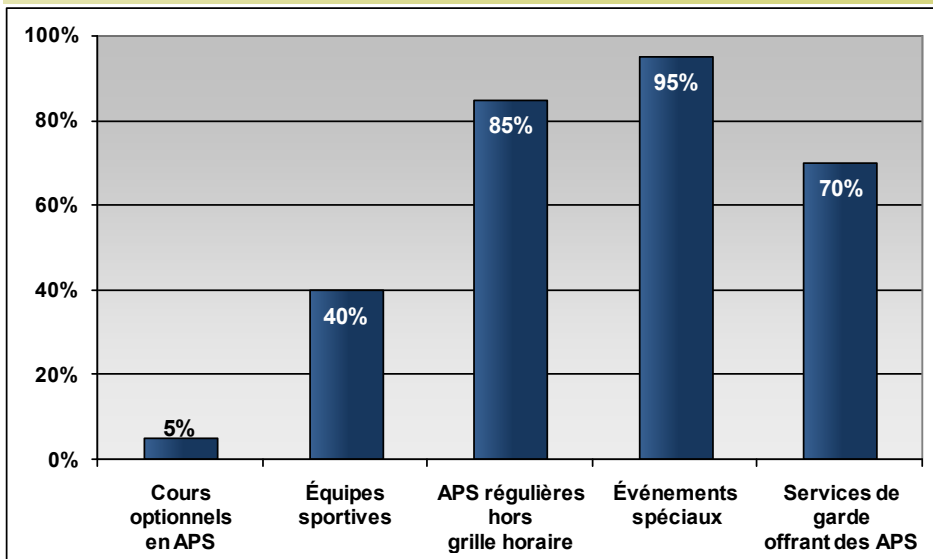
2.2 Les occasions sélectives de pratique d'activités physiques et sportives

Les occasions sélectives de pratique d'activités physiques ou sportives sont les activités qui ne sont pas systématiquement offertes à tous et auxquelles ne participent pas tous les jeunes comme par exemple les activités parascolaires, les activités offertes par le service de garde et les cours optionnels.

La figure 23 présente le pourcentage d'établissements scolaires de niveau primaire offrant l'une ou l'autre des occasions sélectives.

- 40 % des écoles primaires ont des équipes sportives.
- 85 % des écoles proposent des APS régulières hors grille horaire.
- Une seule école n'organise pas d'événements spéciaux dont le thème principal est lié à l'activité physique et sportive.
- Enfin, 28 établissements sur 40 ont un service de garde qui offre régulièrement des APS.
- L'école Beaulieu propose à ses élèves de primaire des APS régulières en dehors de la

23 Pourcentage d'écoles offrant des occasions sélectives en APS selon le type d'activité



grille horaire ainsi que des événements spéciaux dont le thème principal est lié à l'activité physique.

bilité de l'ensemble des occasions sélectives de pratique d'activités physiques.

- À l'école Beaulieu, divers enseignants et le service de garde assument la responsa-

Les activités organisées en dehors de la grille-horaire à l'école Beaulieu

Une section de l'entrevue visait à décrire plus spécifiquement les activités réalisées à l'école. Le tableau 24 présente les activités offertes à l'école (en dehors de la grille horaire) ainsi que leurs caractéristiques. Pour chaque activité, le répondant devait préciser dans quel cadre elle était réalisée:

équipe sportive, activité régulière offerte par le service de garde ou activité régulière offerte par l'école. Il devait aussi spécifier le niveau de pratique de l'activité (initiation, compétition, récréatif, etc.), le nombre de périodes par semaine ainsi que le nombre de minutes par période, le moment de prati-

que et l'intervenant responsable de l'encadrement des participants. De plus, le nombre de jeunes inscrits a été recueilli pour chaque activité.

24 Nombre d'inscriptions aux activités physiques offertes hors de la grille horaire

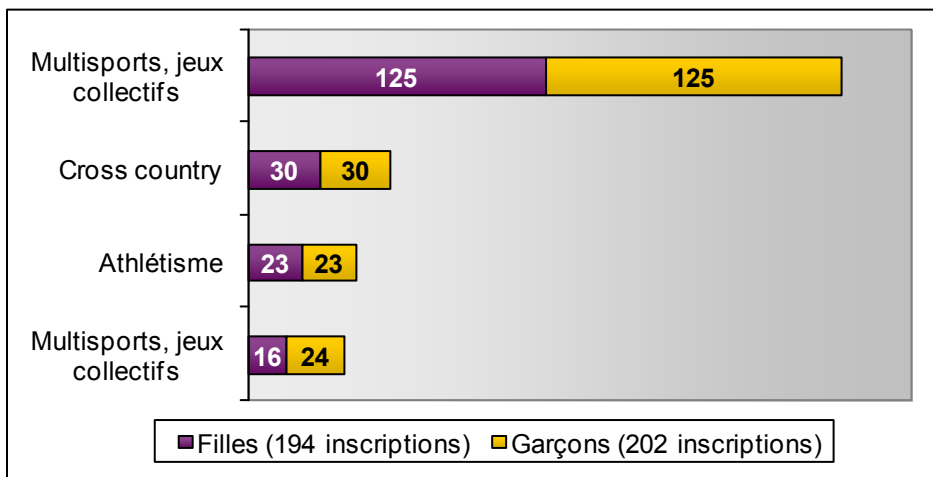
Activités offertes	Cadre de l'activité 1:Équipes sportives 2:Service de garde 3:Activités régulières proposées hors de la grille horaire	Niveau de pratique	Nombre de périodes/ semaine	Nombre de minutes/ période	Moment	Intervenant	Nombre d'élèves participant à l'activité				Total
							Maternelle	1er cycle (1-2)	2e cycle (3-4)	3e cycle (5-6)	
Cross country	1	Compétition interscolaire	5	45	Après l'école (15-17h)	Enseignant EP	-	-	20	40	60
Athlétisme	1	Compétition interscolaire	2	60	Après l'école (15-17h)	Enseignant EP	-	-	15	30	45
Multisports, jeux collectifs	2	Récréatif	5	25	Midi	Éducateur	-	-	-	-	0
Multisports, jeux collectifs	3	Récréatif	1	90	Soirée	Animateur	-	-	20	20	40
Total:							0	0	55	90	145

La figure 25 reprend la liste des activités de la figure 24 et met en lumière, par ordre décroissant, le nombre d'inscriptions de filles et celui de garçons.

- Sur les 396 inscriptions relevées pour l'école Beaulieu, 202 (51%) sont de garçons et 194 (49%) sont de filles.

- Pour les quatre activités proposés il y a un pourcentage de participation relativement égale chez les garçons et chez les filles.

25 Nombre d'inscriptions de garçons et de filles par activité physique



Les événements spéciaux dont le thème est lié à l'activité physique

Une synthèse des réponses à la question visant à savoir si l'école organise des événements spéciaux en APS est présentée à la figure 26. Il s'agit d'activités ponctuelles dont le thème principal est lié à l'activité physique.

Le tableau identifie les niveaux scolaires visés par l'activité ainsi que le nombre d'occasions offertes par année.

26 Évènements spéciaux organisés par l'école et niveaux scolaires visés

Événement spécial	Niveaux scolaires visés par l'évènement				Nombre par année
	Maternelle	1er cycle	2e cycle	3e cycle	
Canot/ Kayak	-	-	X	-	4
Iniski	X	-	-	-	5
Patin et raquette	-	X	X	-	5
Ski	-	-	-	X	5
Carnaval	X	X	X	X	1
Classe verte	-	-	-	X	1
Journée marche randonnée	-	X	X	X	2
Olympiade	X	X	X	X	1
Sortie plein air	-	X	X	X	1

Le Bulletin 2009 de l'activité physique chez les jeunes fait remarquer qu'en apportant des améliorations au niveau de la mémoire, de la concentration et de la durée d'attention, l'activité physique a un effet positif sur les mathématiques, la lecture, les notes, l'aptitude perceptive et sur la préparation scolaire en général. Par ailleurs, l'activité physique augmente la confiance en soi, l'estime de soi ainsi que l'image de soi des enfants de même que le sentiment d'appartenance à l'école.

(CNW Group, 3 juin 2009: www.newswire.ca).

Les récréations actives?

Le Régime pédagogique du Québec (p.6, Item 17) stipule que les élèves de niveau primaire bénéficient d'une période de détente le matin et l'après-midi sans toutefois en préciser la teneur et la durée. De telles périodes de détente ne sont pas prescrites pour les élèves des niveaux préscolaire et secondaire.

Les études récentes s'entendent pour dire que les jeunes passent beaucoup de temps à faire des loisirs passifs. Dans ce contexte, l'activité physique à l'école devient encore plus importante. Les récréations sont des moments opportuns pour augmenter l'activité physique quotidienne des enfants. Des études américaines démontrent une relation positive entre les activités physiques pratiquées à la récréation et la réussite scolaire des élèves. Cette relation est également observée auprès d'élèves du secondaire.

(Chomitz, Slining et al. J Sch Health. 2009 Jan;79(1):30-7; Barros, Silver et Stein, Pediatrics. 2009 Feb;123(2):431-6)

Quelques faits intéressants

Chez les jeunes Sherbrookoïses

En comparaison avec les jeunes de l'école Beaulieu

1. Utilisation d'un mode de transport actif (ex. : marche, vélo, patins)

À Sherbrooke, 29,7 % des élèves du primaire utilisent un mode de transport actif pendant l'automne alors que la moyenne diminue légèrement à 26,2 % pendant l'hiver. Si les enfants optent peu pour les déplacements actifs vers l'école, c'est en partie

parce que les parents estiment que leur enfant ne peut pas faire le trajet en toute sécurité. Plusieurs parents (54 %) ont exprimé leur désaccord avec l'énoncé « Mon enfant peut se rendre à l'école à pied ou en vélo en toute sécurité ».

À l'école Beaulieu, 39 % des jeunes utilisent un mode de transport actif durant l'automne et 29,5 % durant l'hiver. Plusieurs parents (33 %) ont exprimé leur désaccord avec l'énoncé « Mon enfant peut se rendre à l'école à pied ou en vélo en toute sécurité ».

2. Présence des parents et enfants actifs

À Sherbrooke, les résultats démontrent que plus les parents encouragent leur enfant à faire de l'activité physique ou sportive, plus ces derniers sont physiquement actifs. De plus, nous observons qu'au primaire 61 % des parents amènent leur enfant à un endroit où ils peuvent faire de l'activité physique

et sportive; 65 % les regardent faire leurs activités, 86 % les encouragent et 53 % font la pratique d'activités physiques et sportives avec leur enfant de façon régulière (ces pourcentages incluent les fréquences de une fois ou plus par semaine).

À l'école Beaulieu, 66 % des parents amènent leur enfant à des endroits où ils peuvent être actifs, 70 % les regardent, 88 % les encouragent et 51 % pratiquent une activité physique et sportive avec leur enfant de façon régulière.

3. Participation à des activités organisées

À Sherbrooke, 68 % des jeunes du primaire participent à au moins une activité physique organisée, et ce, tout milieu de pratique confondu (club sportif, communautaire, etc.). Environ 30 % des élèves du primaire le font dans le cadre scolaire.

Les principales raisons qui empêchent les jeunes de participer aux activités organisées sont, en ordre décroissant d'importance; les activités qui ne les intéressent pas, le coût des activités qui est trop élevé et les horaires d'activités qui ne conviennent pas.

À l'école Beaulieu, 66 % des élèves pratiquent une activité organisée et 21 % le font dans le cadre scolaire. Les principales raisons pour ne pas participer sont : les activités qui ne les intéressent pas, les horaires qui ne conviennent pas et le coût des activités qui est trop élevé.

4. Les jeunes bougent-ils assez?

À Sherbrooke, deux jeunes du primaire sur cinq (40 %) sont physiquement actifs au moins 60 minutes par jour, tous les jours de la semaine (semaine et fin de semaine), sans égard à l'intensité des activités. La proportion de jeunes du primaire physiquement actifs pendant 60 minutes est de 42 %

pour les jours de semaine (lundi au vendredi) et de 77 % pour les jours de fin de semaine.

La majorité des parents des enfants du primaire (67 %) considèrent que leur enfant est suffisamment actif.

À l'école Beaulieu, la proportion de jeunes physiquement actifs, 60 minutes par jour tous les jours (semaine et fin de semaine), est de 44 %. Ce nombre est de 81 % les jours de semaine et de 80 % la fin de semaine. 64 % des parents considèrent que leur enfant est suffisamment actif.

5. Différences gars/filles

À Sherbrooke, les données montrent une disparité importante entre l'activité physique des filles et celle des garçons, et ce, à plusieurs niveaux; au primaire 66 % des filles participent à des activités organisées alors que ce pourcentage est de 70 % chez les garçons. Ces activités sont aussi

pratiquées moins fréquemment par les filles. Elles sont aussi physiquement moins nombreuses à répondre aux recommandations en matière d'activité physique. Les filles pratiquent plus souvent des activités individuelles (62 %) alors que les garçons sont plus attirés par les activités collectives (57 %).

À l'école Beaulieu, 62 % des filles et 69 % des garçons participent aux activités organisées. Seulement 48 % des filles et 41 % des garçons sont actifs une heure par jour tous les jours (semaine et fin de semaine). Les filles pratiquent plus souvent des activités individuelles (63 %) et les garçons sont plus attirés par les activités collectives (58 %).

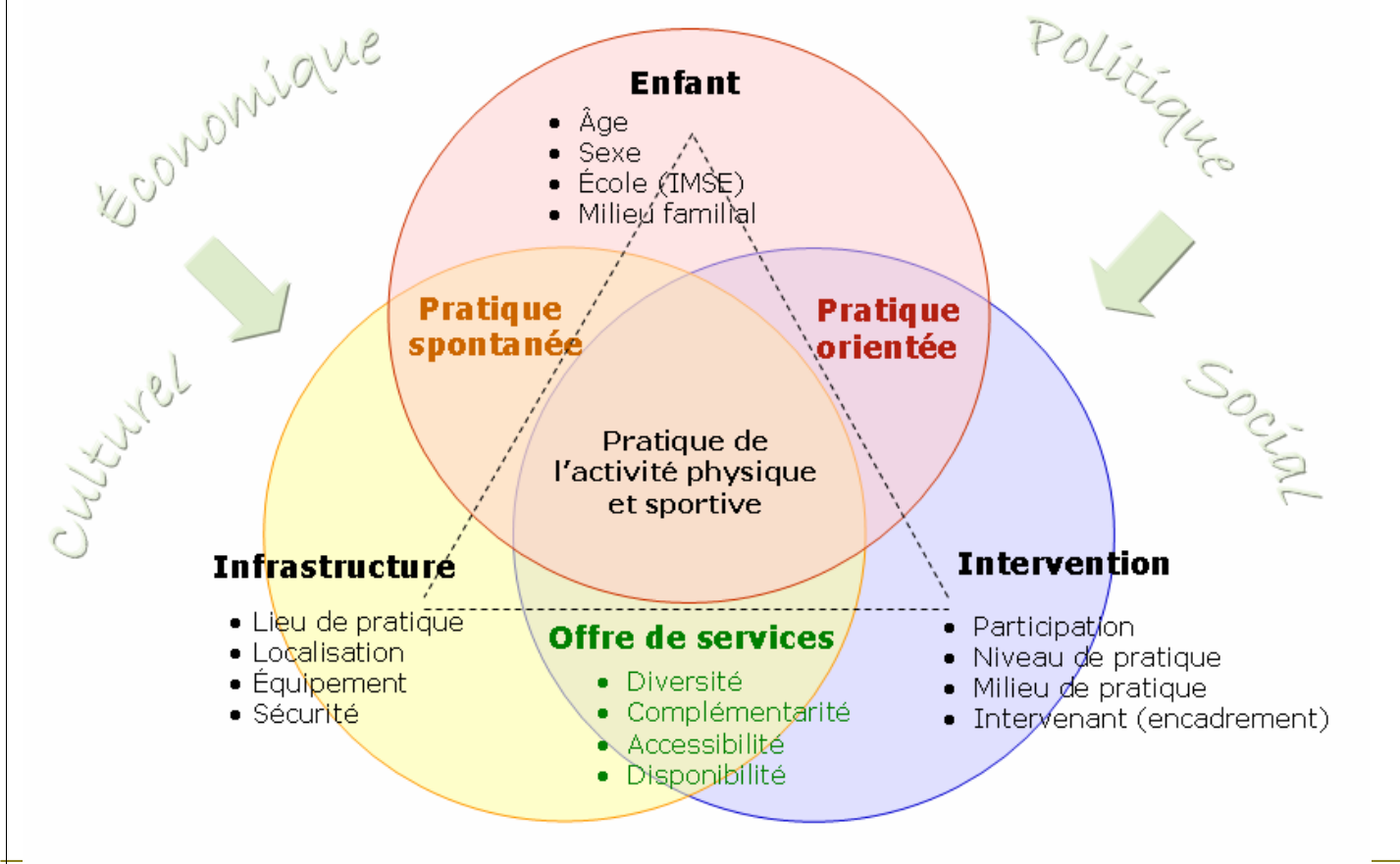
Le modèle de la pratique de l'APS

Le modèle conceptuel de la pratique de l'APS se définit comme un diagramme proposant des relations parmi un ensemble de concepts que nous croyons reliés au comportement de la pratique de l'activité physique et sportive. Il procure une représentation visuelle qui nous aide à comprendre la dynamique des interrelations entre les éléments du modèle ; enfant, infrastructure et intervention. S'appuyant sur une perspective écologique, le modèle de la pratique de l'APS se base sur l'hypothèse que ce comportement résulte de l'interaction entre des déterminants individuels reliés à l'enfant et des déterminants environnementaux reliés à l'infrastructure. L'introduction de la dimension *Intervention* dans le modèle permet de tenir compte des actions posées en vue de modifier le comportement. S'ajoute au modèle les pressions exercées par le contexte culturel, économique, social et politique, propre à chaque communauté.

Les milieux défavorisés présentent des particularités qu'il faut considérer dans l'analyse de la problématique d'un territoire. Ce modèle aide à mieux comprendre les facteurs qui influencent la pratique de l'APS des enfants et à susciter les discussions en vue d'orienter l'élaboration et la mise en œuvre de stratégies et d'interventions. Tout comme elles peuvent nous montrer différents chemins pour atteindre une cible, les relations présentées nous permettent aussi de spéculer sur l'effet de nos interventions.

Ce modèle aide à mieux comprendre les facteurs qui influencent la pratique de l'APS des enfants et à susciter les discussions en vue d'orienter l'élaboration et la mise en œuvre de stratégies et d'interventions.

Le Modèle de la pratique de l'activité physique et sportive





Centre de santé et de services sociaux –
Institut universitaire de gériatrie
de Sherbrooke



Sherbrooke
Plus que jamais!

Agence de la santé
et des services sociaux
de l'Estrie

Québec 

QUÉBEC EN FORME
VIS TON ÉNERGIE



Remerciements

Le Centre de santé et de services sociaux-Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke (CSSS-IUGS), la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke, la Ville de Sherbrooke, l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Estrie et Québec en Forme remercient tous ceux qui ont contribué à la réalisation de ce portrait.

Nous tenons à souligner la collaboration du personnel enseignant et les directions des écoles ainsi que celle des organismes de la communauté qui ont grandement contribué au succès de cette enquête.

Nous remercions tout spécialement l'apport des parents et des jeunes qui ont consenti à remplir un questionnaire sur les pratiques en alimentation et en activité physique.

