



Portrait de l'offre en activité physique et sportive dans les écoles du Québec

Opportunities to practice physical activity and sport offered in Quebec schools

Pascale Morin, Ph.D.

Université de Sherbrooke

Karine Demers, M.A.

Université de Sherbrooke

Sara Grand'Maison, M.Sc.

Université de Sherbrooke

Olivier Tessier, Ed, phy

Université de Sherbrooke

Résumé

Cet article décrit les occasions de pratique d'activité physique offertes dans des milieux scolaires au Québec. Une enquête transversale a été menée entre novembre 2008 et juin 2009 auprès d'un échantillon représentatif de 207 écoles primaires et secondaires francophones du Québec. Des questionnaires auto-administrés répertoriant les activités physiques et sportives (APS) offertes ainsi que les infrastructures et le matériel que possède l'école ont été complétés. Des analyses descriptives ont été effectuées par type d'établissement (primaire, secondaire public, secondaire privé). Les résultats montrent que les normes ministérielles pour le temps alloué au cours d'éducation physique et à la santé étaient rencontrées par plus de 60 % des écoles. L'offre de sports collectifs par rapport aux activités individuelles prédominait lors des récréations, des activités intramurales, parascolaires et interscolaires. En conclusion, des efforts devraient être déployés pour diversifier l'offre d'APS et ainsi, répondre aux intérêts d'un plus grand nombre de jeunes.

Abstract

This article aims at describing the opportunities schools provide students to engage in physical activity. A cross-sectional survey was conducted between November 2008 and June 2009 with a representative sample of 207 French-speaking primary and secondary schools in Quebec. Self-administered questionnaires inventorying the physical activities and sports offered as well as the school's infrastructure and equipment were completed. Descriptive analyses were carried out according to institution type (primary school, public secondary school, private secondary school). Results show that over 60% of the schools were in compliance with Ministry of Education recommendations regarding the time allotted for physical-education and health classes. More opportunities for team sports than individual activities were available during recesses and intramural, after-school, and interscholastic activities. In conclusion, efforts must be made to diversify the offering of physical activities in order to respond to the interests of a greater number of young people.

Introduction

La pratique d'activité physique et sportive (APS) en milieu scolaire contribuerait à une meilleure performance académique des élèves du primaire et du secondaire en favorisant la capacité de mémorisation, de concentration, et en développant le sentiment de satisfaction et d'appartenance à l'école (Castelli, Hillman, Buck, & Erwin, 2007; Organisation mondiale de la Santé [OMS], 2004, 2010a; Trudeau & Shephard, 2008). La pratique régulière d'APS en milieu scolaire soutiendrait aussi le développement d'un mode de vie physiquement actif chez l'enfant, ce qui permet de tendre vers l'atteinte des recommandations mondiales en matière d'activité physique (OMS, 2010b). L'APS en milieu scolaire réfère aux cours d'éducation physique et à la santé (EPS) et aux occasions de pratique en marge du cursus scolaire.

Le cours d'EPS est important pour le développement des habiletés motrices nécessaires à la pratique d'APS et pour le réinvestissement de ces dernières dans d'autres occasions de pratique (Gallahue & Ozmun, 2005). Toutefois, le nombre restreint de cours d'EPS par semaine (Éducation physique et santé Canada, 2009) ainsi que le temps limité d'engagement actif des jeunes à l'intérieur du cours d'EPS (équivalent à 40 % de la durée du cours) met en lumière l'importance des APS en marge des cours d'EPS (Nader, 2003; Pate & O'Neill, 2009). L'atteinte des 60 minutes ou plus d'APS modérée à intense recommandées quotidiennement par l'OMS (2010a) peut s'actualiser dans le milieu scolaire par l'ajout d'une variété d'occasions de pratique, en plus du cours d'EPS.

Pour ce faire, il importe premièrement de profiter du temps de récréation, les enfants du milieu élémentaire y passant en moyenne 110 minutes par jour, soit 25 % de leur journée d'école (Dyment & Bell, 2008). Ridgers, Stratton et Fairclough (2005) ont déterminé que les élèves de niveau primaire devraient être actifs au moins 40 % du temps, que ce soit lors de récréations ou sur l'heure du dîner. Or, sur la base de données prises par accélérométrie, il a été observé que seulement 16 % des filles et 34 % des garçons du primaire rencontraient cette norme à l'occasion des récréations, alors que 17 % des filles et 37 % des garçons l'atteignaient sur l'heure du dîner (Nettlefold et al., 2011).

Deuxièmement, il importe de miser sur les APS organisées à l'extérieur du cadre horaire de l'école (c.e. activités interscolaires, intramurales et parascolaires) puisqu'elles constituent un « levier » pouvant augmenter le niveau d'activité physique quotidien des élèves. Toutefois, une revue des interventions visant à promouvoir l'APS chez les jeunes du primaire et du secondaire après les heures de classe montre des résultats inconsistants; seulement certaines d'entre elles augmenteraient la pratique d'APS (Atkin, Gorely, Biddle, Cavill, & Foster, 2011). Les études concluent que ces interventions devraient miser sur la notion de jeu afin de rendre la pratique d'APS stimulante et amusante (Dobbins, De Corby, Robeson, Husson, & Tirilis, 2009). Les conclusions suggèrent aussi l'organisation d'un système de transport des élèves de tous les niveaux vers les lieux d'activités, ou d'un transport plus tardif pour le retour à la maison des élèves participant aux activités (Jeunes en forme Canada, 2007).

Finalement, la présence et les caractéristiques des infrastructures des écoles devraient faciliter la pratique d'APS diversifiées (Cradock, Melly, Allen, Morris, & Gortmaker, 2007; Sallis et al., 2001). Par exemple, la propreté des locaux, la facilité d'entreposage de l'équipement, l'aménagement des cours d'écoles et l'adéquation du matériel de sport en fonction des activités proposées sont des conditions facilitant la pratique d'APS quotidienne chez les jeunes du primaire et du secondaire (Barnett, O'Laughlin, Gauvin, Paradis, & Hanley, 2006; Barnett et al., 2009; Rickwood & Singleton, 2013).

Par ailleurs, la Colombie-Britannique, l'Alberta, la Saskatchewan, le Manitoba et la Nouvelle-Écosse ont élaboré des guides pour soutenir les écoles dans l'implantation d'initiatives visant l'augmentation de la pratique quotidienne d'APS dans le milieu scolaire (Action schools! BC, 2006; Alberta Education, 2006; Gouvernement de la Nouvelle-Écosse, 2011; Manitoba in motion, 2013; Saskatchewan in motion, 2010). Des études évaluatives subséquentes montrent que des initiatives ont été implantées avec succès à Calgary (Kennedy, Cantell, & Dewey, 2010) et en Ontario (Stone, Faulkner, Zeglen-Hunt, & Cowie Bonne, 2012), que les élèves de la Colombie-Britannique ont connu une amélioration substantielle (20%) de leur condition physique (Reed, Warburton, Macdonald, Naylor & McKay, 2008) et qu'une réduction de 16% du risque d'être obèse a été observée chez les élèves des écoles participant aux initiatives Appleschools de l'Alberta (Fung et al., 2012).

En 2007, le Québec a implanté la politique-cadre sur la saine alimentation et un mode de vie physiquement actif. Cette politique préconise d'augmenter les occasions d'être actif physiquement (récréations, heure du dîner, périodes au service de garde, activités parascolaires) en offrant une gamme élargie d'APS lors des récréations, de l'heure du dîner, des périodes de service de garde ou dans le cadre des activités parascolaires, et ce, *en plus du cours d'EPS* (Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport [MELS], 2007). Selon le Plan d'action gouvernemental sur les problèmes reliés au poids, une offre diversifiée d'APS et une accessibilité aux infrastructures sont susceptibles d'influencer les attitudes et les croyances individuelles en faisant la promotion de l'idée que la norme selon laquelle la pratique d'APS est acceptable (Ministère de la Santé et des Services Sociaux, 2006). Bref, les écoles peuvent ainsi s'inspirer des politiques et des guides provinciaux qui existent actuellement pour développer une offre d'activités physique qui tient compte des intérêts variés des jeunes et qui est adaptée à leurs capacités (Brownson, Haire-Joshu, & Luke, 2006).

Cadre de référence

Dans le cadre de cette recherche, une approche socioécologique exposant les liens entre les pratiques individuelles et les facteurs environnementaux du milieu scolaire a été privilégiée. En effet, la pratique des jeunes en matière d'APS est influencée par des facteurs individuels tels que leurs valeurs, leurs connaissances et leur culture, mais également par l'environnement dans lequel ils évoluent. De son côté, l'environnement du milieu scolaire est reconnu pour avoir une grande influence sur les occasions de pratiques en activité physique des jeunes (Wechsler, Devereaux, Davis, & Collins, 2000). Sur la base des travaux de Cohen, Scribner et Farley (2000) et ceux du ministère de la Santé et des Services sociaux (2012), quatre types de facteurs environnementaux ayant le potentiel d'influencer les comportements individuels ont été identifiés: (1) l'environnement politique et organisationnel, (2) l'environnement physique, (3) l'environnement économique et (4) l'environnement socio-culturel. Dans le cadre de cette étude, l'environnement politique et organisationnel englobe l'offre en

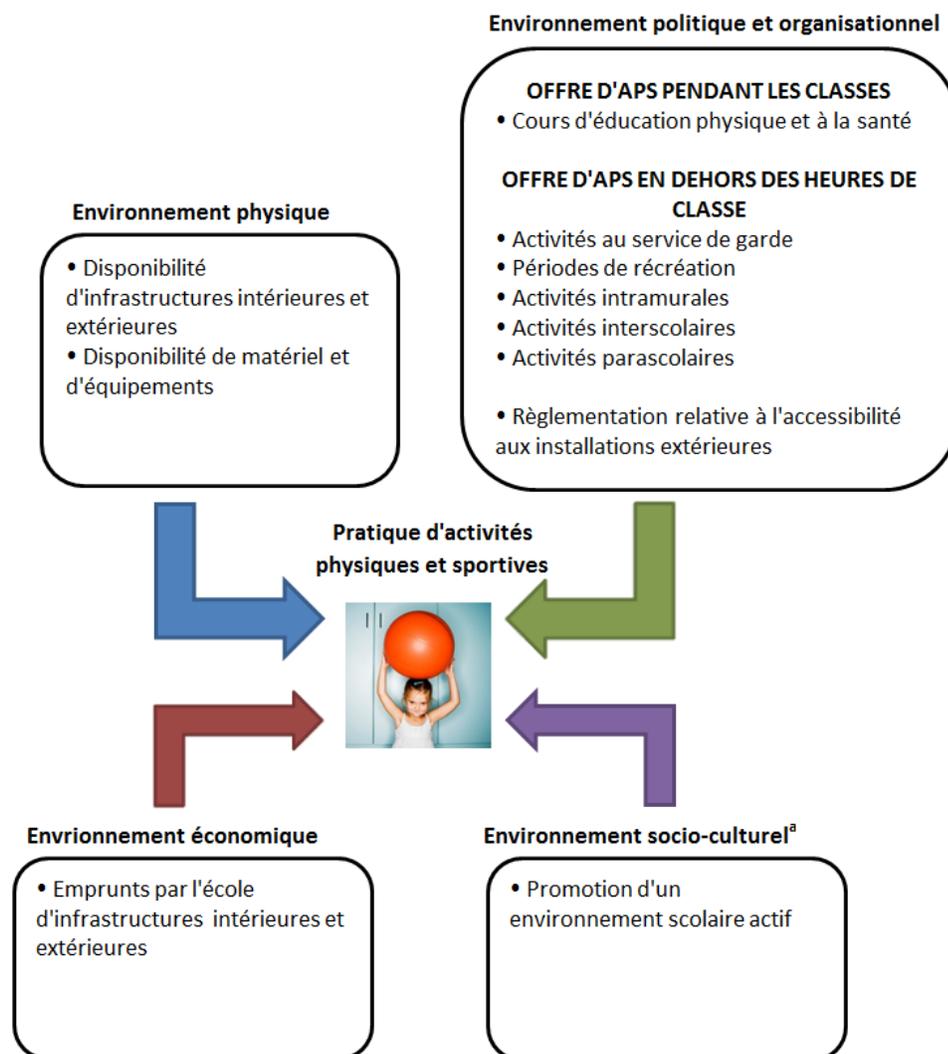


Figure 1. Facteurs environnementaux associés à l'adoption d'un mode de vie physiquement actif

^aCette composante ne fait pas l'objet du présent article.

activité physique et sportive des institutions scolaires. L'environnement économique réfère aux emprunts d'infrastructures intérieures et extérieures faits par l'école auprès d'autres organismes (autres institutions scolaires ou organismes municipaux, communautaires, privés), tandis que l'environnement physique regroupe les infrastructures ainsi que le matériel dédié à la pratique d'APS. L'environnement socio-culturel, lequel réfère à la promotion de l'APS, ne fait pas l'objet du présent article puisque cette dimension n'a pas été étudiée dans le cadre de la recherche. La figure 1 présente les dimensions abordées dans le cadre de cet article.

En 2001, une enquête décrivant de manière partielle l'offre scolaire d'APS a été menée dans 277 écoles primaires publiques de Montréal (Régie régionale de la santé et des services sociaux de Montréal-Centre, 2001). Cette première enquête a révélé que la durée moyenne du cours d'éducation physique était de 65 minutes par semaine. Les professeurs d'éducation physique estimaient que les enfants étaient actifs en moyenne 71 % du temps du cours, ce qui diminuait le temps durant lequel les élèves étaient pleinement actifs. La moitié des écoles offrait une seule récréation par jour tandis que l'autre moitié en offrait deux. En moyenne, les écoles offraient 25 heures de service de garde par semaine; le quart de ce temps étant consacré aux APS. Les activités parascolaires étaient offertes dans 78 % des écoles mais on y consacrait peu de temps, soit environ 1,5 heure par semaine. Cette enquête a indiqué que, malgré la variété d'occasions de pratiques en activité physique, les enfants n'avaient pas tous accès à l'ensemble de celles-ci et que le temps qu'on y consacrait était variable d'une école à l'autre. L'horaire des cours trop chargé, les politiques du MELS, les autres priorités du conseil d'établissement et la contrainte d'horaire due au transport scolaire ont été identifiés par les directeurs et par les professeurs d'éducation physique et à la santé comme étant des obstacles à la pratique d'APS à l'école primaire. Bien que très pertinent, ce portrait de l'activité physique n'a été dressé que pour les écoles primaires publiques situées en milieu urbain. Ces données ne peuvent pas être généralisées à l'ensemble du Québec, puisqu'elles n'avaient pas été recueillies dans les écoles privées, ni dans les milieux semi ruraux et ruraux. Ceci dit, en 2008, l'*Enquête sur l'offre alimentaire et d'activité physique dans les écoles du Québec* a été réalisée auprès d'un échantillon représentatif d'écoles primaires et secondaires francophones. Cette enquête a permis de tracer le premier portrait provincial combinant à la fois des données sur l'offre alimentaire et d'activité physique dans les écoles publiques et privées des régions métropolitaines, périphériques et éloignées. Les résultats concernant l'offre alimentaire ont fait l'objet d'une publication (Morin, Demers, Gray-Donald, & Mongeau, 2012). Ceux relatifs à l'offre en activité physique sont présentés dans le présent texte.

Objectif de la recherche

Cet article vise à dresser un portrait de l'offre d'opportunités de pratique d'APS (cours d'éducation physique et à la santé, récréations, activités au service de garde, activités intramurales, parascolaires et interscolaires), des infrastructures, de l'équipement et du matériel disponible pour cette pratique dans le milieu scolaire québécois. Compte tenu de la rareté des données relatives à l'offre d'APS en milieu scolaire, ce portrait s'avère utile pour permettre aux différents intervenants en APS (directions, intervenants en santé publique, éducateurs physique et à la santé) d'identifier

les éléments à améliorer au regard de l'offre en APS dans les écoles et potentiellement, de contribuer à favoriser un mode de vie physiquement actif chez les jeunes.

Méthodologie

L'enquête sur *l'Offre alimentaire et d'activité physique dans les écoles du Québec* a été réalisée à l'aide d'un devis de type transversal auprès d'un échantillon représentatif d'écoles francophones primaires et secondaires, publiques et privées. Considérant que certaines caractéristiques des écoles sont susceptibles d'engendrer des différences importantes au regard de l'offre alimentaire et d'APS, les centres de formation professionnelle, les écoles autochtones, les écoles de petite taille (primaire = <40, secondaire = <100) et les écoles à vocation particulière (ex. : élèves handicapés) ont été exclues. Par ailleurs, les écoles anglophones ainsi que celles difficilement accessibles par voie routière ou situées à plus de 250 km les unes des autres ont été retirées pour des considérations d'ordre financier respectivement associées à la traduction des instruments de mesure et aux déplacements des agents de recherche pour les entrevues et l'observation de l'offre alimentaire. Seuls les résultats portant sur l'offre d'APS de cette enquête seront présentés ici.

L'échantillon d'écoles a été construit selon un plan stratifié à deux degrés. Au premier degré, une stratification des régions administratives du Québec a été réalisée à l'exception du Nord-du-Québec, où aucune école n'était accessible en raison des coûts de déplacement (n=15). Par la suite, trois zones géographiques ont été définies en fonction de la densité de population (habitants par kilomètre carré) de chaque région administrative et de la situation géographique de ces régions au regard des zones métropolitaines (éloignée, périphérique et métropolitaine). De ce fait, les quatre régions métropolitaines ont été sélectionnées. Cinq des neuf régions périphériques et deux des trois régions éloignées ont été choisies de façon aléatoire. Cette stratégie a été employée pour diminuer les coûts associés aux déplacements des agents de recherche, lesquels devaient procéder à des entrevues auprès des directions et des responsables du service de garde, et à l'observation de l'offre alimentaire dans chaque école. Au deuxième degré, le nombre d'écoles sélectionnées par région était proportionnel au nombre d'écoles existant dans chacune des 11 régions administratives échantillonnées. Le tableau 1 présente la répartition des écoles en fonction des régions administratives considérées dans le plan d'échantillonnage.

Tableau 1. Répartition de l'échantillon en fonction des régions administratives et du type d'institution

Type de région	Région administrative	Primaire public et privé (n=85)	Secondaire public (n=66)	Secondaire privé (n=56)
Régions métropolitaines	03 Capitale-Nationale	11	7	9
	06 Montréal	9	8	18
	13 Laval	5	4	2
	16 Montérégie	25	20	13
Régions périphériques	01 Bas-Saint-Laurent	5	5	1
	04 Mauricie	6	4	2

	05 Estrie	5	2	6
	07 Outaouais	6	5	2
	17 Centre-du-Québec	6	4	3
Régions éloignées	08 Abitibi-Témiscamingue	5	4	-
	11 Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine	2	3	-

Au Québec, le système scolaire comporte six années de scolarité au primaire (entre l'âge de six et 12 ans) et cinq années au secondaire (entre l'âge de 13 et 17 ans). Au total, 207 écoles (85 primaires, 66 secondaires publiques et 56 secondaires privées) issues de l'échantillon initial (n=290) ont participé à l'enquête, ce qui correspond à un taux de participation de 71 %. L'échantillon comprenait 77 écoles primaires publiques et huit écoles primaires privées. Compte tenu du petit nombre d'écoles primaires privées dans l'échantillon, aucune distinction relative au statut de ces écoles n'a été réalisée pour la présentation des résultats. Un total de 66 écoles ont refusé de participer à l'enquête (incluant 21 écoles provenant d'une des trois commissions scolaires de Montréal), 9 n'ont pu être contactées et 8 ont été exclues. Aucune différence significative n'a été rapportée entre les écoles participantes (n=207) et non participantes (n=83) en termes d'effectif scolaire (U de Mann-Withney=7848,5, p=0,250) et de zone géographique (métropolitaine, périphérique, éloignée) ($\chi^2=1,657$, p=0,437). Le niveau de défavorisation en milieu scolaire a été évalué à l'aide de l'indice du seuil de faible revenu (SFR). L'indice de défavorisation SFR provient du recensement canadien et mesure la proportion des familles ayant des enfants âgée entre 0-18 ans fréquentant l'école et vivant autour du seuil ou sous le seuil de faible revenu (Statistiques Canada, 2010). Il est calculé pour chaque école et les écoles sont classifiées selon un rang décile de 1 (peu défavorisée) à 10 (très défavorisée). Les écoles les plus défavorisées ont montré une plus faible participation à l'étude (U=3853; p=0,002).

Les instruments de collecte de données sont inspirés du questionnaire sur la pratique de l'activité physique dans les écoles primaires publiques développé par l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal-Centre (1999), de l'approche « École en santé » (MELS, 2005) et d'un questionnaire développé par le *School Health Policies and Programs Study* (SHPPS) (Centers for Disease Control and Prevention, 2006). Les questionnaires ont été développés spécialement pour recueillir des données dans les écoles du réseau québécois et ainsi mieux documenter les différentes composantes de l'environnement en activité physique dans ces écoles. Ces instruments ont été utilisés lors d'une étude dans les écoles primaires et secondaires de Sherbrooke en 2007 (n=42 écoles du réseau public). Suite à cette première expérience, des modifications ont été apportées afin de les rendre plus rapides à compléter et plus proche de la réalité de travail des responsables des sports. Une validation de contenu par des experts a été reprise, notamment concernant l'adéquation des éléments que comportaient les questionnaires par rapport au domaine étudié.

Cette enquête a été précédée d'un prétest dans le but de vérifier, de tester, de raffiner et d'optimiser les procédures de recrutement et de collecte de données sur le terrain. Le prétest a été réalisé à l'automne 2007 auprès de cinq écoles de la région de l'Estrie, lesquelles n'ont pas été considérées dans la présente enquête. Le recrutement, les

entrevues et les observations ont été faits dans des conditions similaires à celles prévues pour cette enquête.

Les instruments destinés à la direction de l'école comportaient des questions qui nécessitaient la recherche d'information de nature administrative (c.e. les prêts et emprunts d'installations sportives de l'école au cours des 12 derniers mois), c'est pourquoi ils ont été acheminés par courriel avant la visite de l'agent de recherche. Les réponses ont toutes été révisées sur place par les agents de recherche lors de l'entrevue avec un membre de la direction, afin de s'assurer de la compréhension des données recueillies et de restreindre le nombre de données manquantes (primaire, n=83; secondaire public, n=64; secondaire privé, n=55). Les questionnaires destinés au responsable du sport ont été envoyés par courriel, préalablement à la visite de l'agent de recherche. Ils ont été recueillis le jour de la visite puis révisés ultérieurement par des appels téléphoniques effectués par des agents de recherche pour préciser des éléments de réponse (primaire, n=81; secondaire public, n=63; secondaire privé, n=55). Cette procédure n'a pas été effectuée en face-à-face puisque les responsables du sport remplissaient leurs tâches d'enseignement lors des journées de collecte de données. Les questionnaires destinés aux responsables du service de garde (n=76) ont été complétés par l'agent de recherche, lors d'une entrevue, le jour de la visite de l'école.

L'approbation du Comité d'éthique de la recherche des centres de santé et de services sociaux (CSSS) de l'Estrie a été obtenue pour procéder à l'enquête à l'échelle provinciale.

Mesures

Offre de service

Les directions d'écoles devaient préciser le nombre de périodes de récréation, leur durée, la nature des APS pratiquées (c.e. jeux collectif, sports collectifs ou individuels) et si les récréations étaient dirigées. Lors d'une récréation dirigée, les élèves savent à quoi jouer, avec qui et à quel endroit, selon un horaire préétabli. Le portrait des périodes de récréation au secondaire n'a pas été effectué dans le cadre de l'étude en raison de l'absence de telles périodes. Les périodes de récréation font plutôt place à des pauses non organisées durant lesquelles les élèves échantent entre eux et se rendent à leur prochain local de cours.

Les activités physiques dirigées offertes dans le cadre du service de garde étaient rapportées par les responsables des services de garde. Chaque activité était identifiée par moment de pratique (c.e. avant les classes, le midi, après les classes, la fin de semaine).

Les activités intramurales, parascolaires et interscolaires ont été listées par les responsables du sport. Les activités intramurales regroupent toutes les activités/rencontres de nature compétitive formées d'équipes de calibres variés provenant d'une même école. Les activités parascolaires regroupent l'ensemble des activités de nature non compétitive pratiquées à l'école, en dehors de la grille horaire. Les activités interscolaires concernent les rencontres compétitives qui s'effectuent au cours de l'année scolaire entre des équipes de différentes écoles pratiquant un même sport. L'information relative aux activités interscolaires a été collectée uniquement pour les écoles secondaires. Pour chaque activité, les responsables devaient préciser les cycles du primaire ou les niveaux du secondaire visés ainsi que les moments de pratique.

Infrastructures, matériel et équipement pour la pratique d'APS

Les responsables du sport devaient identifier à l'aide d'une liste le matériel léger et les équipements disponibles, tandis que les directions d'école devaient préciser les infrastructures intérieures et extérieures que possédait l'école ainsi que celles empruntées à d'autres organismes au cours des 12 mois précédant l'enquête (c.e. autre école, institution d'enseignement supérieur, organisme municipal, communautaire ou privé).

Analyses

Des analyses descriptives ont été effectuées en fonction des trois types d'institution scolaire à l'aide du logiciel d'analyses statistiques SPSS Version 19.0 (SPSS, 2010). Pour les variables continues, les médianes et les écarts interquartiles (EI) ont été rapportés en raison de la distribution asymétrique des données. Les données de cette étude ont été pondérées afin de tenir compte de la proportion réelle d'écoles primaires, secondaires publiques et privées se retrouvant dans chaque région administrative à l'étude. La pondération incluait également un facteur de post stratification afin d'assurer la représentativité des échantillons d'élèves au regard de la population à l'étude.

Résultats

Le cycle horaire s'échelonne habituellement au primaire sur cinq à 10 jours (ce qui est respectivement le cas pour 45 % et 38 % des écoles primaires) et au secondaire, sur neuf jours (ce qui est le cas pour 88 % des écoles secondaires publiques et 57 % des écoles secondaires privées). Dans les écoles disposant d'un service de garde (n=76), le pourcentage médian d'élèves qui le fréquentaient de façon régulière était de 33 % (EI=22.11), alors qu'il était de 7 % (EI=15.69) pour les élèves le fréquentant de façon sporadique.

Pour les élèves de maternelle, les données relatives aux cours d'éducation physique et à la santé ne sont pas présentées en raison de l'absence de normes ministérielles quant au nombre de minutes préconisé. Par ailleurs, les données relatives aux périodes de récréations des maternelles n'ont pas été considérées dans les calculs visant à combiner les données des divers cycles compte tenu de différences structurelles importantes au regard de l'organisation de ces périodes. En effet, dans certaines écoles, les horaires des récréations sont gérés par les enseignants.

ENVIRONNEMENT POLITIQUE ET ORGANISATIONNEL

Les tableaux 2 et 3 présentent les données relatives à l'offre d'APS dans les écoles, tandis que le tableau 4 détaille les activités intramurales, parascolaires et interscolaires qui constituent cette offre.

Cours d'éducation physique et à la santé

Le nombre de minutes d'éducation physique par semaine a été obtenu en divisant le nombre de minutes dédiées aux cours d'éducation physique et à la santé dans un cycle horaire par le nombre de jours compris dans ce cycle. Un cycle horaire représente le nombre de jours sur lequel est répartie la grille horaire des élèves. Dans le but de standardiser la mesure, ce nombre a été multiplié par cinq jours, soit la durée d'une semaine d'école. Selon le MELS (2011), les élèves du primaire devraient recevoir 120 minutes d'éducation physique par semaine et les élèves du secondaire, 150 minutes par cycle de 9 jours (soit environ 83 minutes par semaine). La proportion d'écoles primaires

qui se conformaient aux normes ministérielles était de 69 %. Au secondaire, la norme était atteinte respectivement par 69 % et 64 % des écoles publiques et privées.

Récréations

Au primaire, on dénombrait généralement deux périodes de récréation (médiane=2, EI=1), pour une durée de 30 minutes. L'ensemble des écoles proposant des APS à l'occasion des récréations offrait des APS de nature collective. Un peu plus de la moitié des écoles primaires offraient des activités dirigées (58 %).

Service de garde

Pratiquement toutes les écoles primaires organisaient des activités dirigées, lesquelles se comptaient pour la plupart au nombre de deux (EI=2) par semaine et se déroulaient généralement après les classes.

Activités intramurales

Un peu plus de 50% des écoles primaires et 80% des écoles secondaires offraient des activités intramurales. Au primaire, un nombre plus important d'activités intramurales étaient consacrées aux élèves de troisième cycle (maternelle : médiane (Md)=0 (EI=0), 1^{er} cycle : Md=0 (EI=50), 2^e cycle : Md=50 (EI=67), 3^e cycle : Md=100 (EI=20). Au secondaire, des activités intramurales étaient offertes à l'ensemble des niveaux bien que des variations étaient observables d'une école à l'autre comme l'indiquent les EI élevés (public : EI=15 à 41, privé : EI=27 à 29). Le moment privilégié pour offrir ces activités était l'heure du midi (primaire : Md=67 (EI=100), secondaire public : Md=100 (EI=0), secondaire privé : Md=100 (EI=19).

Tableau 2

Organisation de l'offre d'activité physique et sportive dans les écoles primaires

	Primaire			
	n	(%)	Médiane	(EI)
Cours d'éducation physique				
Nombre de minutes d'éducation physique par semaine				
1er cycle			120	(30)
2e cycle			120	(29,56)
3e cycle			120	(17,02)
Pendant les récréations				
Offre de périodes de récréation pour les élèves de maternelle	47	(56,4%)		
Offre d'au moins une période de récréation pour l'ensemble des cycles scolaires ^a	73	(88,1%)		
Nombre de minutes de récréation par jour				
Maternelle			20	(30)
1er cycle			30	(10)
2e cycle			30	(10)
3e cycle			30	(10)
Types d'activités physiques offertes lors des récréations ^b				
Jeux ou sports collectifs	76	(100%)		
Sports individuels	7	(8,6%)		
Autres (ex. modules de jeux, jeux individuels)	19	(25,4%)		
Offre d'au moins une période d'activités dirigées pour l'ensemble des niveaux scolaires lors des récréations ^{a,b}	34	(73,7%)		
Au service de garde				
Offre d'activités physique dirigées	70	(92,5%)		
Activités intramurales				
Offre d'activités intramurales	47	(57,6%)		
Proportion des activités intramurales destinées aux différents niveaux scolaires (%) ^{b,c}				
Maternelle			0	(0)
1er cycle			0	(50)
2e cycle			50	(66,67)
3e cycle			100	(19,64)

Proportion des activités intramurales offertes dans les différentes plages-horaire (%) ^{b,c}			
Avant les classes		0	
Le midi		67	(100)
Après les classes		50	(100)
Fin de semaine		0	(0)
Activités parascolaires			
Offre d'activités parascolaires	55	(67,5%)	
Proportion des activités parascolaires destinées aux différents niveaux scolaires (%) ^{b,c}			
Maternelle		0	(6,17)
1er cycle		20	(50)
2e cycle		60	(66,67)
3e cycle		100	(33,33)
Proportion des activités parascolaires offertes dans les différentes plages-horaire (%) ^{b,c}			
Avant les classes		0	
Le midi		30	(66,67)
Après les classes		76	(53,05)
Fin de semaine		0	(0)

Note : EI = écart interquartile. Le nombre d'écoles (n) varie dépendamment du questionnaire dont sont issues les variables.

^aLes chiffres présentés ne tiennent pas compte des maternelles. ^bParmi les écoles offrant ce type d'activités.

^cPour chaque école, les proportions d'activités destinées aux différents cycles et offertes dans les différentes plages-horaire ont été calculées en divisant le nombre d'activités offertes pour un cycle, par exemple, par le nombre total d'activités offertes, et multiplié par 100 afin d'obtenir une proportion.

Tableau 3
 Organisation de l'offre d'activité physique et sportive dans les écoles secondaires

	Secondaire public				Secondaire privé			
	n	(%)	Médiane	(EI)	n	(%)	Médiane	(EI)
Cours d'éducation physique et à la santé (EPS)								
Nombre de minutes d'éducation physique par semaine								
Secondaire 1			83	(6,22)			83	(16,67)
Secondaire 2			83	(3,80)			83	(19,74)
Secondaire 3			83	(2,22)			83	(17,64)
Secondaire 4			83	(1,80)			83	(10)
Secondaire 5			83	(0)			83	(13,12)
Activités intramurales								
Offre d'activités intramurales	50	(79,4%)			47	(85,6%)		
Proportion des activités intramurales destinées aux différents niveaux scolaires (%) ^{a,b}								
Secondaire 1			100	(40,95)			100	(27,85)
Secondaire 2			100	(34,82)			86	(29,16)
Secondaire 3			100	(15,27)			100	(27,27)
Secondaire 4			100	(16,82)			100	(28,31)
Secondaire 5			100	(16,82)			100	(28,31)
Proportion des activités intramurales offertes dans les différentes plages-horaire (%) ^{a,b}								
Avant les classes			0	(0)			0	(0)
Le midi			100	(0)			100	(19,49)
Après les classes			0	(12,50)			0	(21,62)
Fin de semaine			0	(0)			0	(0)
Activités parascolaires								
Offre d'activités parascolaires	31	(48,7%)			30	(55,0%)		
Proportion des activités parascolaires (%) ^{a,b}								
Secondaire 1			100	(24,45)			100	(39,84)
Secondaire 2			100	(24,45)			100	(39,84)
Secondaire 3			100	(5,71)			100	(16,80)
Secondaire 4			100	(0,51)			100	(20,00)
Secondaire 5			100	(33,33)			100	(20,00)
Proportion des activités parascolaires (%) ^{a,b}								
Avant les classes			0	(0)			0	(0)
Le midi			17	(100)			0	(66,17)
Après les classes			98	(100)			100	(50)
Fin de semaine			0	(11,36)			0	(31,63)
Activités interscolaires								
Offre d'activités interscolaires	58	(91,9%)			52	(94,2%)		
Proportion des activités interscolaires (%) ^{a,b}								
Secondaire 1			46	(29,31)			50	(52,82)
Secondaire 2			50	(42,51)			56	(44,34)
Secondaire 3			50	(39,41)			57	(44,35)
Secondaire 4			56	(38,86)			56	(53,11)
Secondaire 5			50	(42,55)			50	(50,00)
Proportion des activités interscolaires (%) ^{a,b}								
Avant les classes			0	(0)			0	(0)
Le midi			0	(11,71)			0	(0)
Après les classes			100	(0)			100	(0)
Fin de semaine			34	(99,26)			63	(89,77)

Note : EI = écart interquartile. Le nombre d'écoles varie dépendamment du questionnaire dont sont issues les variables.

^aParmi les écoles offrant ce type d'activités. ^bPour chaque école, les proportions d'activités destinées aux différents cycles et offertes dans les différentes plages-horaire ont été calculées en divisant le nombre d'activités offertes pour un cycle, par exemple, par le nombre total

Activités parascolaires

Les écoles primaires étaient proportionnellement plus nombreuses à offrir des activités parascolaires (68 %) que les écoles secondaires (publiques=49 %, privées=55 %). Comme pour les activités intramurales, les élèves de troisième cycle du primaire apparaissaient avantagés (maternelle : Md=0 (EI=6), 1^{er} cycle : Md=20 (EI=50), 2^e cycle : Md=60 (EI=67), 3^e cycle : Md=100 (EI=33), alors qu'au secondaire, l'ensemble des activités parascolaires étaient accessibles aux élèves des différents niveaux avec une certaine variabilité d'une école à l'autre (public : EI=1 à 33, privé : EI=17 à 40). Le moment le plus favorable était la fin des classes (primaire : Md=76 (EI=53), secondaire public : Md=98 (EI=100), secondaire privé : Md=100 (EI=50)). Dans l'ensemble des écoles, la danse (primaire=22 %, secondaire public=26 %, secondaire privé=45 %) et le basketball (primaire=25 %, secondaire public=25 %, secondaire privé=35 %) constituaient des activités populaires. Au secondaire, on retrouvait également le conditionnement physique (public=26 %, privé=28 %) et le badminton (public=27 %, privé=26 %). Il a été observé que les écoles secondaires du réseau public favorisaient davantage le soccer (public=23 %, privé=16 %) que les écoles privées, qui elles privilégiaient la danse (public=26 %, privé=45 %) et le yoga (public=6 %, privé=22 %).

Activités interscolaires

Une très forte majorité des écoles secondaires proposaient des activités interscolaires à leurs élèves (public=92 %, privé=94 %). Malgré d'importantes variations d'une école à l'autre (public : EI=29 à 43, privé : EI=44 à 53), chaque niveau scolaire avait accès à environ la moitié des activités offertes (public : Md=46 à 56, privé : Md=50 à 57). Elles étaient généralement offertes après les classes (public et privé : Md=100 (EI=0)) et les fins de semaine (public : Md=34 (EI=99), privé : Md=63 (EI=90)). Le basketball (public=77 %, privé=89 %), le soccer (public=73 %, privé=83 %) et le volley-ball (public=80 %, privé=65 %) constituaient des sports largement disponibles dans les deux réseaux. Le football occupait une place plus importante dans le réseau public (public=52 %, privé=32 %), alors que le badminton était davantage pratiqué dans le réseau privé (public=41 %, privé=59 %).

L'ensemble des APS intramurales, parascolaires et interscolaires s'orientait davantage vers les sports collectifs que des sports individuels.

Tableau 4

Types d'activités intramurales, parascolaires et interscolaires offertes dans les écoles^a

	Primaire				Secondaire public					Secondaire privé						
	Intramurales (n=47)		Parascolaires (n=55)		Intramurales (n=50)		Parascolaires ^b (n=31)		Interscolaires (n=58)	Intramurales (n=47)		Parascolaires ^b (n=30)		Interscolaires (n=52)		
	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)
Activités individuelles																
Conditionnement physique																
/Culturisme	1	(1,5%)	0		20	(40,1%)	8	(25,8%)	0		4	(7,5%)	8	(27,9%)	0	
Course / cross-country	2	(4,5%)	5	(8,7%)	2	(4,0%)	4	(12,1%)	6	(11,1%)	1	(1,7%)	5	(16,0%)	14	(27,8%)
Natation	0		0		7	(13,1%)	3	(8,5%)	6	(10,0%)	1	(2,7%)	1	(2,0%)	6	(11,1%)
Athlétisme	2	(5,3%)	1	(2,7%)	3	(6,1%)	3	(8,2%)	15	(27,4%)	1	(1,4%)	3	(8,8%)	8	(16,1%)
Golf	0		1	(1,2%)	1	(1,4%)	1	(2,3%)	3	(4,9%)	1	(1,7%)	2	(7,1%)	6	(11,2%)
Gymnastique	0		4	(7,8%)	2	(4,4%)	1	(3,6%)	1	(1,0%)	7	(15,4%)	1	(2,6%)	0	
Yoga	0		0		0		2	(6,1%)	0		2	(3,4%)	7	(21,6%)	0	
Danse	3	(6,0%)	12	(22,0%)	2	(4,7%)	8	(25,5%)	0		8	(16,3%)	14	(45,3%)	1	(1,5%)
Karaté ^c	1	(1,5%)	6	(11,7%)	0		0		0		1	(1,4%)	1	(2,6%)	0	
Badminton ^c	4	(8,9%)	3	(6,2%)	36	(71,8%)	8	(26,7%)	24	(40,7%)	22	(46,8%)	8	(26,1%)	30	(58,5%)
Ping-pong ^c	0		0		5	(10,7%)	2	(8,1%)	1	(1,0%)	7	(15,2%)	1	(4,6%)	2	(4,4%)
Plein-air	0		0		0		2	(5,4%)	0		1	(1,4%)	4	(12,2%)	0	
Activités collectives																
Basketball	16	(34,3%)	14	(24,8%)	32	(64,9%)	8	(25,2%)	44	(76,7%)	32	(67,7%)	10	(34,6%)	46	(89,3%)
Football	1	(3,2%)	1	(1,2%)	1	(1,9%)	4	(13,1%)	30	(52,3%)	1	(1,4%)	1	(2,2%)	17	(32,0%)
Handball	11	(23,3%)	5	(9,7%)	4	(7,1%)	3	(8,5%)	7	(12,9%)	5	(11,5%)	2	(5,9%)	2	(4,0%)
Hockey	6	(13,3%)	6	(10,6%)	8	(16,8%)	4	(14,7%)	16	(27,5%)	8	(17,9%)	4	(11,6%)	16	(31,8%)
Hockey cosom	11	(23,8%)	10	(17,5%)	31	(62,0%)	4	(12,3%)	6	(10,9%)	33	(69,3%)	4	(11,8%)	1	(1,5%)
Kinball	6	(12,2%)	7	(13,2%)	1	(2,8%)	0		3	(5,3%)	5	(11,4%)	0		3	(5,0%)
Soccer	15	(32,9%)	14	(25,2%)	33	(65,0%)	7	(23,1%)	42	(72,9%)	27	(57,1%)	5	(16,2%)	43	(82,7%)
Touch-football / Flag-football	5	(10,9%)	6	(10,3%)	2	(3,1%)	5	(15,5%)	20	(34,9%)	6	(13,7%)	3	(8,7%)	20	(38,7%)
Volley-ball	5	(10,4%)	9	(16,9%)	31	(62,8%)	8	(25,2%)	46	(80,3%)	25	(52,1%)	5	(18,0%)	34	(65,1%)
Cheerleading	1	(1,4%)	3	(5,5%)	0		4	(14,1%)	17	(28,9%)	2	(3,4%)	2	(8,1%)	23	(44,2%)

Autres

Activités diverses au gymnase /

Jeux collectifs / Multi-sports

8	(16,6%)	11	(19,9%)	8	(16,3%)	3	(11,0%)	20	(34,4%)	6	(12,4%)	5	(17,1%)	19	(37,1%)
---	---------	----	---------	---	---------	---	---------	----	---------	---	---------	---	---------	----	---------

Note : Les résultats relatifs à l'offre d'activités intramurales sont à nuancer puisqu'il y a probablement eu confusion dans la définition de ce terme. Certains répondants ont classé le conditionnement physique et le plein-air dans les activités parascolaires du fait qu'ils ont considéré la nature compétitive des activités « intramurales ». D'autres ont probablement considéré le moment de pratique et classé les activités comme « intramurales » puisque ces activités sont offertes principalement sur l'heure du midi.

^aParmi les écoles qui offrent ces activités. ^bLes pourcentages doivent être interprétés avec prudence en considération du petit nombre d'écoles secondaires offrant des activités parascolaires. ^cPour ne pas confondre ces activités avec celles purement collectives, elles ont été considérées de nature individuelle dans le cadre de l'étude.

ENVIRONNEMENT PHYSIQUE ET ÉCONOMIQUE

Le tableau 5 présente les infrastructures intérieures et extérieures que possèdent les écoles ainsi que les emprunts qu'elles effectuent auprès d'autres organismes. Six pourcent des écoles primaires, 4 % des secondaires publiques et 11 % des secondaires privées ne possédaient aucun gymnase. Les écoles secondaires publiques étaient proportionnellement plus nombreuses que les écoles primaires et les écoles secondaires privées à disposer de certaines infrastructures (c.e. gymnase double, palestres, piscine intérieure, salle d'entraînement, piste d'athlétisme extérieure, terrain de football). En contrepartie, davantage d'écoles secondaires privées que publiques possédaient des salles multifonctionnelles (public=27 %, privé=58 %) et des terrains multisports (public=42 %, privé=55 %). Pour la majorité des écoles du secteur public, les infrastructures extérieures étaient libres d'accès en dehors des heures de classe (primaire : 88 %, secondaire : 88 %), alors que cette situation prévalait pour le tiers des écoles secondaires privées (35 %). Dans l'ensemble, les écoles empruntaient largement les patinoires intérieures (primaire=50 %, secondaire public=74 %, secondaire privé=51 %), les piscines intérieures (primaire=55 %, secondaire public=30 %, secondaire privé=39 %) ainsi que les sentiers de ski de fond (primaire=27 %, secondaire public=46 %, secondaire privé=44 %) et de raquettes (primaire=28 %, secondaire public=35 %, secondaire privé=42 %) à d'autres institutions scolaires ou organismes.

Tableau 5
Possession et emprunt d'infrastructures intérieures et extérieures pour la pratique d'activités physiques et sportives

	Primaire (n=83)			Secondaire public (n=64)			Secondaire privé (n=55)		
	Possède	Ne possède pas, mais emprunte	Ne possède pas et n'emprunte pas	Possède	Ne possède pas, mais emprunte	Ne possède pas et n'emprunte pas	Possède	Ne possède pas, mais emprunte	Ne possède pas et n'emprunte pas
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Infrastructures intérieures									
Dojo	2 (3,0%)	0	81 (97,0%)	6 (9,6%)	3 (4,4%)	55 (86,0%)	7 (12,5%)	3 (5,8%)	45 (81,8%)
Gymnase simple	62 (74,7%)	5 (5,8%)	16 (19,5%)	39 (61,5%)	6 (9,7%)	18 (28,8%)	35 (64,3%)	7 (12,5%)	13 (23,2%)
Gymnase double	18 (21,3%)	8 (9,2%)	57 (68,4%)	44 (69,3%)	8 (13,1%)	11 (17,6%)	29 (53,5%)	10 (19,0%)	15 (27,6%)
Palestre	1 (1,2%)	7 (8,1%)	75 (90,7%)	37 (57,6%)	1 (0,9%)	27 (41,6%)	20 (36,4%)	3 (5,4%)	32 (58,2%)
Patinoire intérieure	0	41 (49,6%)	42 (50,4%)	3 (4,2%)	48 (74,2%)	14 (21,5%)	6 (10,4%)	28 (50,9%)	21 (38,7%)
Piscine intérieure	0	46 (55,2%)	37 (44,8%)	29 (45,0%)	19 (30,0%)	16 (25,0%)	10 (18,2%)	21 (38,6%)	24 (43,2%)
Salle d'entraînement	2 (2,0%)	3 (3,7%)	78 (94,4%)	52 (81,4%)	5 (7,4%)	7 (11,1%)	34 (62,7%)	8 (13,7%)	13 (23,6%)
Mur d'escalade	33 (39,9%)	10 (11,6%)	40 (48,5%)	16 (24,5%)	10 (15,0%)	39 (60,4%)	14 (25,8%)	12 (22,1%)	29 (52,1%)
Salle multifonctionnelle	14 (17,2%)	-	-	17 (26,9%)	-	-	32 (57,6%)	-	-
Infrastructures extérieures									
Parc de planches à roulettes	1 (0,9%)	2 (2,5%)	80 (96,7%)	5 (8,4%)	12 (19,1%)	46 (72,5%)	2 (3,2%)	5 (9,3%)	48 (87,4%)
Piste d'athlétisme extérieure	10 (12,0%)	9 (11,1%)	64 (76,9%)	29 (45,3%)	9 (13,6%)	26 (41,1%)	16 (29,0%)	15 (28,0%)	24 (43,0%)
Sentiers de ski de fond	5 (5,6%)	22 (27,0%)	56 (67,5%)	4 (6,3%)	29 (45,7%)	31 (48,0%)	5 (8,7%)	24 (44,0%)	26 (46,9%)
Sentiers de raquette	9 (10,8%)	24 (28,3%)	50 (60,8%)	7 (11,4%)	22 (34,7%)	34 (53,9%)	9 (16,1%)	23 (41,8%)	23 (42,1%)
Terrain à usage principal pour le football	2 (2,9%)	6 (6,8%)	75 (90,3%)	23 (36,4%)	8 (12,4%)	33 (51,1%)	13 (24,3%)	10 (18,4%)	32 (57,3%)
Terrain à usage principal pour le soccer	36 (43,9%)	9 (10,4%)	38 (45,7%)	33 (51,2%)	12 (19,2%)	19 (29,5%)	26 (46,9%)	14 (26,0%)	15 (27,2%)
Terrain à usage principal pour le volleyball ou volleyball de plage	7 (8,6%)	3 (4,0%)	73 (87,5%)	21 (32,9%)	8 (13,0%)	35 (54,1%)	14 (25,0%)	3 (6,1%)	38 (68,8%)
Terrain multisports	25 (30,6%)	7 (8,5%)	51 (60,9%)	27 (41,9%)	8 (11,7%)	29 (44,6%)	30 (54,5%)	14 (24,7%)	11 (20,9%)
Terrain de golf	1 (0,9%)	4 (4,6%)	78 (93,8%)	0	27 (42,5%)	37 (57,5%)	0	25 (45,0%)	30 (53,8%)
Aire de basketball extérieure (avec paniers)	56 (67,8%)	-	-	44 (69,2%)	-	-	39 (71,6%)	-	-
Aire de jeux gazonnée	61 (74,0%)	-	-	49 (76,0%)	-	-	40 (72,7%)	-	-
Aire de jeux asphaltée	76 (91,4%)	-	-	32 (49,6%)	-	-	31 (57,0%)	-	-
Parc-école (avec modules)	74 (89,2%)	-	-	3 (4,4%)	-	-	8 (14,5%)	-	-

Note : - = L'information relative aux emprunts n'a pas été collectée pour ces infrastructures.

Le tableau 6 présente le matériel et les équipements que possédaient les écoles pour la pratique d’APS. La forte majorité des écoles avait à leur disposition de l’équipement pour les sports d’équipe (primaire=85 % à 100 %, secondaire public=81 % à 100 %, secondaire privé=86 % à 100 %), alors que l’équipement pour le conditionnement physique (primaire=1 %, secondaire public=20 %, secondaire privé=28 %) et les sports d’hiver (primaire=31 % à 89 %, secondaire public=19 % à 52 %, secondaire privé = 12 % à 35 %) était moins abondant.

Tableau 6

Matériel et équipements disponibles pour la pratique d'activités physiques et sportives

	Primaire (n=81)	Secondaire public (n=63)	Secondaire privé (n=55)
	n (%)	n (%)	n (%)
Sports d'équipe			
Équipement de soccer	79 (97,7%)	63 (100%)	54 (98,6%)
Équipement de handball	69 (85,2%)	62 (98,2%)	54 (97,5%)
Équipement de hockey	80 (99,1%)	63 (100%)	55 (100%)
Équipement de badminton	72 (89,3%)	63 (100%)	55 (100%)
Équipement de volleyball	77 (94,9%)	63 (100%)	55 (100%)
Équipement de basketball	81 (100%)	63 (100%)	54 (98,6%)
Ballon kin-ball	73 (90,5%)	51 (81,3%)	47 (85,9%)
Sports d'hiver			
Matériel pour la glissade (luges, carpettes, tubes, etc.)	72 (88,5%)	14 (21,4%)	17 (30,9%)
Patins à glace	22 (27,4%)	12 (18,5%)	7 (12,1%)
Raquettes à neige	58 (72,1%)	33 (51,7%)	19 (35,4%)
Skis de fond	25 (31,2%)	23 (37,2%)	11 (19,7%)
Prêts de matériel pour la récréation			
Cônes	81 (100%)	63 (100%)	55 (100%)
Frisbees	76 (93,4%)	61 (97,0%)	54 (97,5%)
Cerceaux	81 (100%)	52 (82,7%)	52 (94,0%)
Raquettes et balles de tennis	58 (72,2%)	46 (73,0%)	35 (63,0%)
Nouveautés			
Matériel de cirque	73 (90,3%)	34 (53,3%)	35 (63,6%)
Tchoukball ^a	22 (27,1%)	19 (30,3%)	15 (27,2%)
Équipement de conditionnement physique ^a	1 (0,7%)	13 (20,1%)	15 (27,8%)
Activités individuelles			
Équipement de gymnastique (ex. : poutre, anneaux, etc.)	58 (71,6%)	33 (52,9%)	34 (61,2%)
Matériel d'athlétisme ^a	8 (9,4%)	14 (22,2%)	17 (30,8%)

^aTypes de matériel pour l'activité physique et sportive suggérés par les écoles dans la section Autres du questionnaire.

Discussion

La présente étude décrit l’offre de service, les infrastructures, l’équipement et le matériel disponible pour la pratique d’APS dans un échantillon représentatif des écoles primaires et secondaires du Québec. La discussion fait état des constats observés au regard des différentes composantes des environnements pouvant contribuer à favoriser l’établissement d’un mode de vie physiquement actif.

ENVIRONNEMENT POLITIQUE ET ORGANISATIONNEL

La norme ministérielle concernant la durée des cours d'éducation physique et à la santé était respectée dans environ deux écoles sur trois. Puisque les cours d'éducation physique et à la santé constituent une excellente occasion pour augmenter le niveau de pratique d'APS d'intensité moyenne ou élevée, les écoles auraient avantage à s'y conformer en plus grand nombre (Cale & Harris, 2006).

Environ 40 % des écoles primaires ne proposaient pas d'APS dirigées aux récréations. Or, les APS pratiquées à l'école au cours des récréations et sur l'heure du dîner permettent d'insérer 36 minutes d'APS d'intensité moyenne ou élevée, ce qui n'est pas négligeable pour tenter de rejoindre les 60 minutes recommandées par jour (OMS, 2004; Ridgers et al., 2005).

Dans la majorité des écoles secondaires, un nombre élevé d'activités intramurales et interscolaires était proposé. Les jeunes qui participent à des APS organisées font quelque 1 600 pas de plus par jour que ceux qui n'y participent pas (Canadian Fitness & Lifestyle Research Institute, 2010). Toutefois, la prédominance des activités de nature collective est susceptible de laisser peu de choix d'activités aux jeunes plus solitaires, appréciant la compétition dans un contexte de sports individuels, ou aux jeunes moins actifs se ralliant peu à ces sports «traditionnels», notamment les filles (Kino-Québec, 1998).

Une proportion limitée d'écoles offrait des activités parascolaires, pourtant essentielles pour augmenter la pratique d'APS des jeunes qui ne présentent pas d'intérêt pour les activités de nature compétitive. Une enquête récente a montré qu'entre 15h00 et 18h00 les jours d'école, les jeunes cumulent une moyenne de 14 minutes d'APS vigoureuse ou modérée (Jeunes en forme Canada, 2011); le reste du temps étant susceptible d'être consacré à des activités légères ou sédentaires (Statistics Canada, 2012).

Une faible proportion d'écoles primaires offrait des activités de nature individuelle (ex. : karaté, course, athlétisme), pourtant nécessaires au développement des habiletés motrices fondamentales, telles la coordination, l'équilibre et la dextérité (Centres canadiens multisports, 2011). Chez les enfants du primaire, l'accent devrait être mis sur les activités d'initiation et d'expérimentation plutôt que sur des activités de nature compétitive (Allender, Cowburn, & Foster, 2006).

ENVIRONNEMENT PHYSIQUE

Peu d'écoles offraient des activités de plein air aux élèves (c'est-à-dire des activités sportives et scolaires pratiquées à l'extérieur dans un espace vert), lesquelles nécessitent pour la plupart peu d'infrastructures et peuvent s'adresser à une clientèle ayant une préférence pour les activités de nature individuelle. La proximité, l'accessibilité ainsi que la densité des infrastructures récréatives figurent parmi les déterminants de la pratique d'APS des jeunes dans leur milieu résidentiel (Ding et al., 2011). Les activités extérieures contribuent à l'appropriation de l'environnement immédiat de l'école (ex. : cour d'école, parcs accessibles à une distance d'un km, voisinage). Par ailleurs, cette étude a mis en évidence que la majorité des écoles publiques favorisaient une accessibilité aux installations extérieures en dehors des heures de classe.

Au secondaire public, la présence plus marquée qu'au privé des palestres (gymnastique, danse) et des piscines intérieures favorise une pratique d'activités qui diffèrent des traditionnels sports collectifs et qui sont très appréciées des adolescentes

(Slater & Tiggemann, 2011). Il s'avère nécessaire de s'en préoccuper puisqu'au Québec, seulement 32 % des filles pratiquent l'équivalent d'au moins 60 minutes d'APS par jour, alors que 52 % des garçons atteignent ce volume (Nolin & Hamel, 2008). Les activités les plus populaires recensées pour les filles sont le soccer, la danse, la marche, la natation, la gymnastique et le vélo (Kino-Québec, 1998; Hill & Cleven, 2005).

L'ensemble des écoles est très bien pourvu en matériel léger utile aux récréations (cônes, cerceaux, balles, etc.) et en matériel destiné aux activités collectives, ce qui illustre la prédominance des activités collectives dans l'offre des écoles. Toutefois, dans certains cas, les écoles ne semblent pas exploiter au maximum leur matériel.. À titre d'exemple, une majorité d'écoles possède du matériel de gymnastique, de kin-ball, de handball et de badminton, alors que ces activités n'ont pas, ou que très peu, été recensées dans l'offre d'activités intramurales, parascolaires et interscolaires. Il s'agit d'un constat majeur auquel les établissements scolaires devraient porter une attention particulière pour améliorer la diversité de leur offre en APS.

ENVIRONNEMENT ÉCONOMIQUE

Même si la majorité des écoles effectue des emprunts auprès d'institutions scolaires et d'organismes, plusieurs écoles ne possèdent pas *et* n'empruntent pas certaines infrastructures. L'emprunt et l'utilisation méthodique d'infrastructures est susceptible de permettre la diversification des APS et le développement d'un mode de vie physiquement actif (Institut national de santé publique du Québec [INSPQ], 2011).

La composition de l'échantillon a permis de tracer un portrait représentatif des écoles francophones du Québec, à l'exception des écoles du Nord-du-Québec et de celles de la Commission scolaire de Montréal qui a refusé de participer. Par ailleurs, un biais de mémoire est susceptible d'avoir été introduit en raison de la période de rappel couverte par l'étude (12 mois). En dernier lieu, le fait que les écoles fonctionnent avec des cycles horaires de différentes durées a forcé la standardisation du nombre de minutes d'éducation physique sur une période de cinq jours, ce qui exige une certaine prudence dans l'interprétation de ces données.

Conclusion

Les constats présentés ici témoignent de la nécessité de proposer une offre de service plus globale et diversifiée, qui rejoint les besoins et les intérêts des jeunes moins compétitifs et plus tournés vers des APS individuelles.. Ainsi, en accordant une place importante aux jeunes dans la détermination des APS, les établissements scolaires peuvent espérer rejoindre une plus grande proportion d'entre eux, augmenter les niveaux de pratique d'APS et conséquemment, favoriser un mode de vie physiquement actif et l'apprentissage scolaire.

Certains éléments des politiques, tels que la systématisation des emprunts d'infrastructures et la création d'un système de gestion des prêts du matériel méritent d'être étudiés afin de soutenir les interventions dans ce domaine, notamment auprès des écoles primaires et secondaires privées. Au primaire, plus particulièrement, la création d'un comité cour d'école, la délimitation des aires de jeux et l'augmentation du temps passé dans la cour d'école pourraient être à la base de nouvelles initiatives pour

augmenter le temps actif des jeunes. Au secondaire, une plus grande diversité de jeux (collectifs, individuels, etc.) permettrait à un plus grand nombre de jeunes de pratiquer des APS qui les intéressent.

Références

- Action schools! BC. (2006). *Planning guide for schools and teachers*. Récupéré le 5 mars 2012 du site de l'organisme : <http://www.actionschoolsbc.ca/Images/Planning%20Guide%20K%20to%207%20-%20WEB.pdf>
- Agence Régionale de la Santé et des Services Sociaux de Montréal-Centre (2002). Questionnaire sur la pratique de l'activité physique dans les écoles primaires publiques de Montréal-Centre. Montréal 1999-2000.
- Alberta Education. (2006). *Daily physical activity: A handbook for grades 1-9 schools*. Récupéré le 10 avril 2012 du site de l'organisme : <http://www.education.alberta.ca/media/318500/handbook.pdf>
- Allender, S., Cowburn, G., et Foster, C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: A review of qualitative studies. *Health Education Research*, 21(6), 826–835. doi:10.1093/her/cyl063
- Atkin, A. J., Gorely, T., Biddle, S. J., Cavill, N., et Foster, C. (2011). Interventions to promote physical activity in young people conducted in the hours immediately after school: A systematic review. *International Journal of Behavioral Medicine*, 18(3), 176–187. doi:10.1007/s12529-010-9111-z
- Barnett, T. A., O'Loughlin, J., Gauvin, L., Paradis, G., et Hanley, J. (2006). Opportunities for student physical activity in elementary schools: A cross-sectional survey of frequency and correlates. *Health Education & Behavior*, 33(2), 215–232. doi:10.1177/1090198105277855
- Barnett, T. A., O'Loughlin, J. L., Gauvin, L., Paradis, G., Hanley, J., McGrath, J., et Lambert, M. (2009). School opportunities and physical activity frequency in nine year old children. *International Journal of Public Health*, 54(3), 150–157. doi:10.1007/s00038-009-7110-0
- Brownson, R. C., Haire-Joshu, D., et Luke, D. A. (2006). Shaping the context of health: A review of environmental and policy approaches in the prevention of chronic diseases. *Annual Review of Public Health*, 27, 341–370. doi:10.1146/annurev.publhealth.27.021405.102137
- Cale, L. et Harris, J. (2006). Interventions to promote young people's physical activity: Issues, implications and recommendations for practice. *Health Education Journal*, 65(4), 320–337. doi:10.1177/0017896906069370
- Canadian Fitness & Lifestyle Research Institute. (2010). Physical activity levels of Canadian children and youth. *Bulletin 2*. Récupéré le 4 avril 2011 du site de l'organisme : <http://www.cflri.ca/media/node/101/files/CANPLAY2010-Bulletin2PALevels-EN.pdf>
- Castelli, D. M., Hillman, C. H., Buck, S. M., et Erwin, H. E. (2007). Physical fitness and academic achievement in third- and fifth-grade students. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 29(2), 239-252.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2006). *Physical Education School Questionnaire*. Récupéré le 7 mars 2007 du site de l'organisme : <http://www.cdc.gov/healthyyouth/shpps/2006/questionnaires/pdf/physedl2006questionnaire.pdf>
- Centres canadiens multisports. (2011). *Au Canada, le sport c'est pour la vie*. Récupéré le 27 avril 2012 du site de l'organisme : <http://www.canadiansportforlife.ca/fr>

- Cohen, D. A., Scribner, R. A., et Farley, T. A. (2000). A structural model of health behavior: A pragmatic approach to explain and influence health behaviors at the population level. *Preventive Medicine, 30*(2), 146–154. doi:10.1006/pmed.1999.0609
- Cradock A. L., Melly, S. J., Allen, J. G., Morris, J. S., et Gortmaker, S. L. (2007). Characteristics of school campuses and physical activity among youth. *American Journal of Preventive Medicine, 33*(2), 106–113. doi:10.1016/j.amepre.2007.04.009
- Ding, D., Sallis, J. F., Hovell, M. F., Du, J., Zheng, M., He, H., et Owen, N. (2011). Physical activity and sedentary behaviours among rural adults in Suixi, China: A cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 8*(37). Récupéré du site de la revue : <http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1479-5868-8-37.pdf>
- Dyment, J. E., et Bell, A. C. (2008). Grounds for movement: Green school grounds as sites for promoting physical activity. *Health Education Research, 23*(6), 952-962. doi:10.1093/her/cym059
- Dobbins, M., De Corby, K., Robeson, P., Husson, H., et Tirilis, D. (2009). School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6-18. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, Issue 1. Art. No.: CD007651. doi:10.1002/14651858.CD007651
- Éducation physique et santé Canada. (2009). *Revendication – Québec*. Récupéré le 4 mars 2013 du site de l'organisme : <http://www.eps-canada.ca/revendication/travers-le-canada/quebec>
- Fung, C., Kuhle, S., Lu, C., Purcell, M., Schwartz, M., Storey K., et Veugelers, P.J. (2012). From “best practice” to “next practice”: the effectiveness of school-based health promotion in improving healthy eating and physical activity and preventing childhood obesity. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 9*(27).
- Gallahue, D. L. et Ozmun, J. C. (2005). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults (6th edition)*. Boston: McGraw Hill Higher Education.
- Gouvernement de la Nouvelle-Écosse. (2011). *Active kids, healthy Kids*. Récupéré le 24 novembre 2012 du site du gouvernement : <http://www.gov.ns.ca/hpp/pasr/akhk-intro.asp>
- Hill, G. et Cleven, B. (2005). A comparison of 9th grade male and female physical education activities preferences and support for coeducational groupings. *Physical Educator, 62*(4), 187–197.
- Institut national de santé publique du Québec. (2011). L'environnement bâti et la pratique d'activité physique chez les jeunes. *Topo, 1*. Récupéré le 5 novembre 2012 du site de l'organisme : http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1230_EnvironBatiActivitePhysiqueJeunes.pdf
- Jeunes en forme Canada. (2007). Le temps ne fait pas toujours bien les choses. L'avenir du Canada en péril. *Bulletin canadien de l'activité physique chez les jeunes*. Récupéré le 14 novembre 2012 du site de l'organisme : <http://dvqdas9jty7g6.cloudfront.net/archivedreportcards/full-french-report-card-2007.pdf>
- Jeunes en forme Canada. (2011). Ne laissons pas ces quelques pas être la source la plus importante d'activité physique de nos enfants après l'école. *Bulletin canadien de*

- l'activité physique chez les jeunes*. Récupéré le 6 février 2012 du site de l'organisme : <http://activehealthykids.s3.amazonaws.com/reportcard2011/ahkclongformreportcardfrench.pdf>
- Kennedy, C. D., Cantell, M., et Dewey, D. (2012). Has the Alberta daily physical activity initiative been successfully implemented in Calgary schools? *Paediatrics & Child Health*, 15(7), e19-e24.
- Kino-Québec. (1998). *Les filles c'est pas pareil ! Rapport sur la problématique des jeunes filles et la pratique de l'activité physique*. Récupéré le 5 juillet 2000 du site de l'organisme : <http://www.kino-quebec.qc.ca/publications/LesFillesPasPareil.pdf>
- Manitoba in motion. (2013). *Healthy schools in motion*. Récupéré le 7 décembre 2012 du site du gouvernement : <http://www.manitobainmotion.ca/schools/>
- Ministère de la Santé et des Services Sociaux. (2006). *Investir pour l'avenir : Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids. 2006-2012*. Récupéré le 17 février 2007 du site du ministère : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2012/12-289-08W.pdf>
- Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport. (2005). *École en Santé. Guide à l'intention du milieu scolaire et de ses partenaires*. Récupéré le 3 février 2006 du site du ministère : http://www.mels.gouv.qc.ca/sections/publications/publications/EPEPS/Formation_jeunes/Adaptation_scolaire/EcoleSante_GuideIntenMilieuScolPartenaires_f.pdf
- Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport. (2007). *Pour un virage santé à l'école. Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif*. Récupéré le 15 mars 2008 du site du ministère : http://www.mels.gouv.qc.ca/sections/publications/publications/SLS/Sport_activite_physique/virageSanteEcole_PolCadre.pdf
- Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport. (2011). *L'activité physique, le sport et les jeunes. Avis du comité scientifique de Kino-Québec*. Récupéré le 7 février 2012 du site du ministère : http://www.mels.gouv.qc.ca/sections/publications/publications/SLS/Sport_activite_physique/ActivitePhysique_LeSportEtLesJeunes_AvisCSKQ.pdf
- Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2012). *Pour une vision commune des environnements favorables à la saine alimentation, à un mode de vie physiquement actif et à la prévention des problèmes reliés au poids*. Document rédigé en collaboration avec Québec en Forme et l'Institut national de santé publique du Québec. Gouvernement du Québec, 24 pages. Récupéré le 27 juin 2013 du site du ministère : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2012/12-289-03.pdf>
- Morin, P., Demers, K., Gray-Donald, K., et Mongeau, L. (2012). Foods offered in Quebec school cafeterias: Do they promote healthy eating habits? Results of a provincial survey. *Canadian Journal of Public Health*, 103(4), 249–254.
- Nader, P.R. (2003). Frequency and intensity of activity of third-grade children in physical education. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 157(2), 185-190.
- Nettlefold, L., McKay, H. A., Warburton, D. E., McGuire, K. A., Bredin, S. S., et Naylor, P. J. (2011). The challenge of low physical activity during the school day: at recess,

- lunch and in physical education. *British journal of sports medicine*, 45(10), 813-819. doi:10.1136/bjism.2009.068072
- Nolin, B. et Hamel, D. (2008). L'activité physique au Québec de 1995 à 2005 : Gains pour tous... ou presque. Dans M. Fahmy (dir.), *L'état du Québec 2009 : Tout ce qu'il faut savoir sur le Québec d'aujourd'hui* (pp. 271–277). Montréal : Fides.
- Organisation mondiale de la Santé. (2004). *Stratégie mondiale pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé*. Récupéré le 6 mars 2009 du site de l'organisation : http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_french_web.pdf
- Organisation mondiale de la santé. (2010a). *Les stratégies de prévention de l'obésité de l'enfant dans la population. Rapport du forum et de la réunion technique de l'OMS*. Récupéré le 16 avril 2012 du site de l'organisation : <http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/CO-web-FR.pdf>
- Organisation mondiale de la santé. (2010b). *Recommandations mondiales sur l'activité physique pour la santé*. Récupéré le 13 septembre 2012 du site de l'organisation : http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789242599978_fre.pdf
- Pate, R. R. et O'Neill, J. R. (2009). After-school interventions to increase physical activity among youth. *British Journal of Sport Medicine*, 43(1), 14–18. doi:10.1136/bjism.2008.055517
- Reed K.E., Warburton D. E. R., Macdonald H. M., Naylor P. J., et McKay H. A. (2008). Action Schools! BC: A school-based physical activity intervention designed to decrease cardiovascular disease risk factors in children. *Preventive Medicine* 46 : 525–531. doi : 10.1016/j.ypmed.2008.02.020
- Régie régionale de la santé et des services sociaux de Montréal-Centre. (2001). *Les enfants montréalais et l'activité physique à l'école primaire*. Récupéré le 5 mars 2003 du site de l'organisme : http://www.dsp.santemontreal.qc.ca/fileadmin/documents/dossiers_thematiques/Jeunes/Activite_physique_scolaire/act_physiquev.pdf
- Rickwood, G. et Singleton, E. (2013). A cultural approach to promoting physical activity in secondary schools. *PHEnex Journal*, 4(3). Récupéré du site de la revue : <http://ojs.acadiou.ca/index.php/phenex/article/view/1496/1262>
- Ridgers, N. D., Stratton, G., et Fairclough, S. J. (2005). Assessing physical activity during recess using accelerometry. *Preventive Medicine*, 41(1), 102–107. doi:10.1016/j.ypmed.2004.10.023
- Sallis, J. F., Conway, T. L., Prochaska, J. J., McKenzie, T. L., Marshall, S. J., et Brown, M. (2001). The association of school environments with youth physical activity. *American Journal of Public Health*, 91(4), 618–620.
- Saskatchewan in motion. (2010). *In motion - Physical Activity – Do It for Life!*. Récupéré le 26 novembre 2011 du site de l'organisme : <http://www.saskatchewaninmotion.ca/>
- Slater, A. et Tiggemann, M. (2011). Gender differences in adolescent sport participation, teasing, self-objectification and body image concerns. *Journal of Adolescence*, 34(3), 455–463. doi:10.1016/j.adolescence.2010.06.007
- SPSS (2010). (Version 19.0) [Logiciel Informatique]. Chigago, Illinois: IBM Company.
- Statistics Canada. (2012). Daily patterns of physical activity among Canadians. *Health Reports*, 23(2) catalogue no. 82-003. Récupéré le 14 janvier 2013 du site de l'organisme :

<http://www.statcan.gc.ca/pub/82-003-x/2012002/article/11649-eng.pdf>

Statistique Canada. (2010). Les seuils de faible revenu. *Série de documents de recherche-Revenu*. 75F0002M. Les lignes de faible revenu 2008-2009. Récupéré le 28 juin 2013 du site de l'organisme :

<http://www.statcan.gc.ca/pub/75f0002m/2010005/lico-sfr-fra.htm>

Stone, M.R., Faulkner, G. E. J., Zeglen-Hunt, L., et Cowie Bonne, J. (2012). The Daily Physical Activity (DPA) Policy in Ontario: Is It Working? An Examination Using Accelerometry-measured Physical Activity Data. *Canadian Journal of Public Health* 103(3),170-74.

Trudeau, F. et Shephard, R. J. (2008). Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5,10. doi:10.1186/1479-5868-5-10

Wechsler, H., Devereaux, R. S., Davis, M., et Collins, J. (2000). Using the school environment to promote physical activity and healthy eating. *Preventive Medicine*, 31(2), S121-S137. doi:10.1006/pmed.2000.0649