

Jesuis heureux
serai instruit
actif
en santé



Octobre 2007

La pratique d'activités physiques et sportives en dehors des heures de classe chez les enfants de 6 ans

Par HÉLÈNE DESROSIERS, avec la collaboration de HADI EID, Institut de la statistique du Québec

Les effets bénéfiques d'un niveau adéquat d'activités physiques sur la santé et le développement global des enfants sont bien reconnus. L'activité physique représente un facteur clé dans le maintien d'un poids santé tout en exerçant divers effets positifs sur la croissance¹, le bien-être psychologique, l'estime de soi ainsi que le rendement scolaire². Dans un tel contexte, les résultats de l'*Étude sur l'activité physique des jeunes au Canada 2005-2006* selon lesquels les enfants de 5 à 10 ans ne sont pas aussi actifs qu'ils devraient l'être pour favoriser leur croissance et leur développement optimums s'avèrent préoccupants³.

Qu'en est-il de la participation à diverses activités physiques et sportives chez les enfants québécois de 6 ans, un âge propice au développement de saines habitudes de vie? Les données recueillies en 2004 dans le cadre de l'*Étude longitudinale du développement des enfants du Québec* (ÉLDEQ) permettent d'apporter certains éléments de réponse à cette question⁴. Dans le cadre de cette enquête, on a aussi cherché à savoir si les enfants utilisent un mode de transport actif comme la marche ou la bicyclette pour se rendre à l'école.

Sur le chemin de l'école

La répartition des enfants de 6 ans selon divers indicateurs d'activités physiques est présentée au tableau 1. Au total, 15 % des enfants, filles ou garçons, se rendent à l'école à pied ou à bicyclette seulement. À ce pourcentage, s'ajoute une certaine proportion d'enfants qui utilisent plusieurs moyens de transport (7 %) pouvant inclure la marche ou la bicyclette.

Les activités physiques et sportives en dehors des heures de classe plus populaires auprès des garçons

Selon les parents, presque deux enfants de maternelle sur trois (65 %) ont pratiqué des activités physiques ou des sports libres en dehors des heures de classe au moins quelques fois par semaine au cours de l'année précédant l'enquête, dont 32 % environ, presque tous les jours. Durant la même période, environ un enfant sur quatre (28 %) a participé à des sports avec un entraîneur ou un instructeur au moins une fois par semaine tandis qu'une proportion semblable (25 %) a participé à d'autres leçons ou cours d'activités physiques (ex. : danse, gymnastique, arts martiaux ou art du cirque) à cette même fréquence.

Tableau 1

Répartition des enfants de 6 ans¹ selon la participation à divers types d'activités physiques et sportives en dehors des heures de classe² et le sexe, Québec, 2004

	Garçons	Filles	Total
	%		
Moyen par lequel l'enfant se rend à l'école			
En marchant/en bicyclette seulement	15,4	13,5	14,5
Autres	77,6	79,9	78,8
Plusieurs moyens	7,0	6,6	6,8
Participation à des activités physiques ou à des sports libres sans entraîneur ou instructeur (12 derniers mois)^a			
Presque tous les jours	35,3	27,7	31,5
Quelques fois par semaine	33,5	33,2	33,4
Environ une fois par semaine	12,5	18,8	15,7
Environ une fois par mois	4,7*	5,8*	5,3
Presque jamais	13,9	14,5	14,2
Participation à des sports avec un entraîneur ou un instructeur (à l'exception de la danse et de la gymnastique) (12 derniers mois)^a			
Plus d'une fois par semaine	18,8	8,6	13,7
Environ une fois par semaine	13,7	14,0	13,9
Une ou deux sessions	17,3	15,8	16,5
Environ une fois par mois ou presque jamais ³	50,2	61,7	55,9
Participation à d'autres leçons ou cours d'activités physiques organisés (danse, gymnastique, arts martiaux ou art du cirque) avec un entraîneur ou un instructeur (12 derniers mois)^a			
Plus d'une fois par semaine	6,7*	7,6	7,1
Environ une fois par semaine	11,2	25,2	18,2
Une ou deux sessions	6,7*	12,4	9,5
Environ une fois par mois ou presque jamais ³	72,3	54,9	65,1

1. Enfants nés en 1997-1998 au Québec.

2. Telle que rapportée par la PCM (personne qui connaît le mieux l'enfant).

3. Ces deux catégories ont été regroupées en raison des petits effectifs inclus dans la catégorie « environ une fois par mois » (moins de 1 %).

a. Test du khi-deux selon le sexe significatif au seuil de 0,05.

* Coefficient de variation entre 15 % et 25 %; interpréter avec prudence.

Source : Institut de la statistique du Québec, ÉLDEQ 1998-2010.

1. KOHL, H. W., et K. E. HOBBS (1998). « Development and Physical Activity Behaviors Among Children and Adolescents », *Pediatrics*, vol. 101, p. 549-554.

2. Voir, entre autres, SHEPARD, R. J. (1996). « Habitual physical activity and academic performance », *Nutrition Reviews*, vol. 54, n° 4 (supplément), p. S32-36.

3. CAMERON, C., R. WOLFE et C. L. CRAIG (2007). *Activité physique et sport : encourager les enfants à être actifs*, Ottawa, Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, 211 p.

4. La quasi-totalité des enfants étaient alors sur le point de terminer leur maternelle (96 %).

Dans l'ensemble, on observe que les filles sont moins actives et n'optent pas pour le même type d'activités. L'écart, à l'avantage des garçons, est particulièrement marqué en ce qui a trait à la participation à des sports organisés.

Une participation inégale selon le milieu socioéconomique et résidentiel

Les enfants provenant de familles à faible revenu sont nettement moins nombreux, toutes proportions gardées, à participer à des activités physiques ou sportives organisées en dehors des heures de classe. Par exemple, seulement le quart environ (24 %) des enfants de familles à faible revenu ont participé environ une fois par semaine ou plus (y inclus une ou deux sessions) à des activités sportives organisées au cours de la dernière année alors que c'est le cas de la moitié (50 %) des enfants de familles plus favorisées. En ce qui a trait à la participation à d'autres leçons ou cours d'activités physiques avec un entraîneur ou un instructeur, les proportions sont de 19 % et 39 % respectivement. La participation à des activités physiques libres ne varie toutefois pas significativement selon le niveau de revenu du ménage. Ces résultats donnent à penser que les coûts reliés à la pratique d'activités sportives organisées pourraient entrer en ligne de compte pour expliquer la moindre participation des enfants de familles économiquement défavorisées à ce type d'activités.

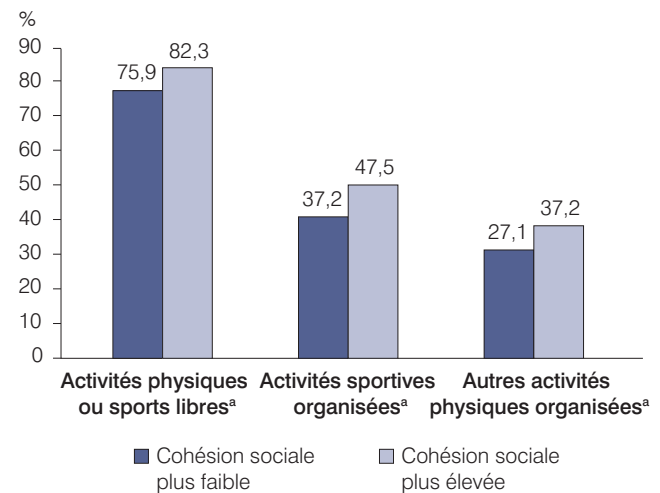
Outre la famille, le milieu résidentiel peut contribuer à favoriser la pratique d'activités physiques des enfants. Qu'il s'agisse d'activités organisées ou non, on observe une moindre participation chez les enfants qui vivent dans des quartiers présentant un niveau plus faible de cohésion sociale selon les parents, c'est-à-dire dans les quartiers où les voisins sont moins prêts à s'entraider et à veiller à la sécurité des enfants (figure 1).

Vers une évaluation plus complète de l'activité physique chez les enfants du primaire

Les résultats exposés ici fournissent un portrait partiel du niveau d'activités physiques des jeunes enfants. Lors du volet 2006 de l'ÉLDEQ, alors que les enfants étaient âgés de 8 ans, des questions plus détaillées sur les activités physiques pratiquées en dehors des heures de classe ont été posées aux parents. Des tests objectifs ont également été administrés aux enfants afin d'évaluer leur

Figure 1

Proportion d'enfants de 6 ans¹ ayant pratiqué diverses activités physiques et sportives en dehors des heures de classe au moins une fois par semaine au cours des douze derniers mois² selon la perception du niveau de cohésion sociale du quartier ou de la zone de résidence par le parent³, Québec, 2004



1. Enfants nés en 1997-1998 au Québec.
2. Y inclus une ou deux sessions dans le cas des activités organisées.
3. Basée sur cinq questions adressées aux parents concernant le niveau de soutien et d'entraide présent dans le voisinage. La catégorie « cohésion sociale plus faible » comprend les enfants pour lesquels les scores se situent dans le quartile inférieur (25 %) de l'échelle.

a. Test du khi-deux significatif au seuil de 0,05

Source : Institut de la statistique du Québec, ÉLDEQ 1998-2010.

condition physique. Ces données permettront d'avoir un meilleur aperçu du niveau d'activités physiques et de la condition physique des enfants au début du primaire et pourront être mises en relation avec les renseignements recueillis sur leur état de santé, leur poids corporel ainsi que leur rendement scolaire.

À propos de l'enquête

L'Étude longitudinale du développement des enfants du Québec (ÉLDEQ 1998-2010) est conduite par l'Institut de la statistique du Québec (ISQ) avec la collaboration de différents partenaires. Elle est financée par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec (MSSS), le ministère de la Famille et des Aînés (MFA), la Fondation Lucie et André Chagnon et l'ISQ. L'objectif principal de cette étude est de comprendre les trajectoires et d'identifier les facteurs qui, pendant la petite enfance, contribuent à l'adaptation sociale et au succès des enfants québécois lors de leur passage dans le système scolaire.

Pour plus d'information sur l'enquête, vous pouvez consulter le site Web de l'ÉLDEQ, enquête aussi connue sous le nom de *Je suis Je serai*, à l'adresse suivante : www.jesuisjeserai.stat.gouv.qc.ca.

Pour accéder aux fichiers de microdonnées de cette enquête, on peut s'adresser au Centre d'accès aux données de recherche de l'ISQ (CADRISQ) à l'adresse www.stat.gouv.qc.ca/cadrisq ou composer le 1 (514) 343-2299.

Ce bulletin est conçu par la Direction Santé Québec

Pour tout renseignement
veuillez communiquer avec :

Hélène Desrosiers
Direction Santé Québec
Institut de la statistique du Québec
1200, avenue McGill College, 5^e étage
Montréal (Québec) H3B 4J8

Téléphone : (514) 873-4749, poste 6110
Télécopieur : (514) 864-9919
Courriel : contactsante@stat.gouv.qc.ca

La version PDF de ce bulletin
est diffusée sur le site Web
de l'Institut, à l'adresse suivante :
www.stat.gouv.qc.ca

Dépôt légal

Bibliothèque et Archives Canada
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
4^e trimestre 2007
ISSN 1913-4460 (version imprimée)
ISSN 1913-4479 (en ligne)

© Gouvernement du Québec,
Institut de la statistique du Québec, 2007

Institut
de la statistique
Québec