

## Établir des politiques et des normes en matière d'activités parascolaires pour combattre l'inactivité et l'obésité des jeunes

### Source

Beets MW et coll. (2010) **Defining standards and policies for promoting physical activity in afterschool programs.** *Journal of School Health* 80(8):411-7.

Aux États-Unis, 6,6 millions de jeunes de 5 à 18 ans participent à des programmes d'activités parascolaires, et 22 millions de familles aimeraient y inscrire leurs enfants si de tels programmes étaient offerts. Depuis longtemps, ces programmes contribuent à améliorer la forme physique ainsi qu'à réduire le taux de lipides sanguins et l'IMC. Ils constituent par ailleurs un moyen efficace d'aider les jeunes à suivre les recommandations en matière d'activité physique.

Bien qu'il existe des lignes directrices nationales spécifiant les caractéristiques de programmes d'activités parascolaires de qualité, aucune politique ou norme nationale n'a été élaborée. Quelques organisations ont conçu des documents précisant les éléments que devrait inclure tout bon programme d'activités parascolaires. Toutefois, ces documents n'établissent aucun standard de qualité concernant la promotion de l'activité physique. Pour combler cette lacune, des organisations de certains états ont adopté des normes et des politiques en matière de promotion de l'activité physique.

Le but de cette étude était d'examiner la documentation sur les programmes d'activités parascolaires et d'y relever les normes et les politiques concernant la promotion de l'activité physique.

### Résultats

Des organisations de 47 états offraient des programmes d'activités parascolaires. De ce nombre, seulement 14 avaient des politiques de promotion de l'activité physique, lesquelles variaient d'un état à l'autre. Seulement cinq états avaient établi des normes régissant l'espace extérieur permettant aux jeunes d'être actifs, le temps nécessaire à une activité physique profitable, la formation des intervenants, la proportion élèves-intervenants ainsi que la planification et l'évaluation des activités physiques.

### **Conclusion**

Les programmes d'activités parascolaires doivent être considérés comme des outils pour lutter contre l'inactivité physique et la hausse de l'obésité chez les jeunes. Malheureusement, les politiques et les normes nationales liées à la promotion de l'activité physique au sein des programmes parascolaires sont souvent absentes. Cependant, celles qui existent peuvent servir de modèles pour l'élaboration de politiques et de normes standardisées.

Lyne Lyons, Karima Djellouli et Guy Thibault