

Au primaire, réduire le temps d'enseignement des autres matières au profit de l'éducation physique ne nuit pas à la réussite scolaire

Source

Sallis JF et coll. (1999) **Effects of health-related physical education on academic achievement: Project SPARK.** *Research Quarterly for Exercise and Sport* 70(2):127-34.

De nombreuses études corrélationnelles révèlent une association positive entre la condition physique et la réussite scolaire. Toutefois, ce type d'étude ne permet pas de mettre en évidence une relation causale. Des études expérimentales, comme celle dont il est question ici, sont donc nécessaires.

Les auteurs de cette étude californienne ont examiné les effets d'un programme d'activité physique (*Sports, Play and Active Recreation for Kids*, SPARK) sur la réussite scolaire.

Le programme SPARK, destiné aux élèves de 4^e et de 5^e année, comportait trois volets :

1. l'amélioration de la condition physique par des exercices d'intensité élevée;
2. le développement des habiletés motrices afin que la pratique d'activités physiques soit une expérience agréable;
3. le développement de diverses compétences qui permettront à l'enfant d'adopter un mode de vie physiquement actif.

Aux trois séances hebdomadaires d'éducation physique de 30 minutes, s'est ajoutée, en classe, une autre période de 30 minutes consacrée au troisième volet.

Les effets du programme SPARK sur la réussite scolaire ont été examinés dans deux cohortes consécutives d'élèves de sept écoles primaires. Les chercheurs ont assigné aléatoirement les écoles à l'une des trois situations expérimentales suivantes :

1. « SPARK-spécialiste » : une enseignante ou un enseignant spécialisé en éducation physique était responsable du programme SPARK (deux écoles);
2. « SPARK-titulaire » : la ou le titulaire, formé par un spécialiste en éducation physique, appliquait le programme SPARK (deux écoles);
3. témoin : poursuite du programme régulier d'éducation physique (trois écoles).

Au terme des deux années d'application du programme SPARK, les élèves ont passé un test standardisé d'évaluation des aptitudes scolaires (*Metropolitan*

Achievement Tests, MAT). Les élèves avaient passé ce test lorsqu'ils étaient en 2^e année. On s'est intéressé aux changements des classements percentiles.

Résultats

Les cohortes 1 et 2 ont été analysées séparément puisque les enfants n'avaient pas passé la même version du test de la réussite scolaire. En général, on a observé une diminution du classement percentile entre la 2^e et la 5^e année, et ce, quelle que soit la condition expérimentale (diminution sans doute attribuable à un effet de régression vers la moyenne).

Cohorte 1

- Aucun effet du programme SPARK n'a été décelé quant à la réussite scolaire globale et aux résultats en mathématiques.
- En anglais, la baisse est apparue moins importante chez les sujets du groupe 2 (« SPARK-titulaire ») que chez ceux du groupe 3 (témoin).
- En lecture, on a constaté que les sujets du groupe 1 (« SPARK-spécialiste ») avaient connu, par rapport à ceux du groupe 3 (témoin), une augmentation de leur classement percentile.

Cohorte 2

- La baisse des résultats globaux et des résultats en lecture a été moins importante dans le groupe 2 (« SPARK-titulaire ») que dans les groupes 1 (« SPARK-spécialiste ») et 3 (témoin).
- Aucun effet n'a été observé en mathématiques.
- En anglais, la baisse du classement percentile a été plus importante dans le groupe 1 (« SPARK-spécialiste ») que dans les groupes 2 (« SPARK-titulaire ») et 3 (témoin).

Globalement, les résultats suggèrent qu'une réduction de l'enseignement des autres matières au profit de l'éducation physique ne nuit pas à la réussite scolaire. Au contraire, l'étude révèle des effets bénéfiques pour la moitié des mesures associées à la réussite scolaire. Cependant, les effets du programme SPARK sur la réussite scolaire ne semblent pas attribuables à l'activité physique elle-même. Effectivement, malgré des conditions similaires en termes d'intensité d'exercice et de temps consacré au programme, les résultats positifs ont été plus nombreux lorsque le ou la titulaire était responsable du programme SPARK. Il apparaît fort probable qu'un facteur autre que l'activité physique, soit responsable des changements observés. On peut penser que la motivation des titulaires et la qualité de la préparation de leurs cours ont fait la différence.

Lectures suggérées

Shephard RJ et coll. (1994) **Academic skills and required physical education: The Trois-Rivières experience.** CAHPER Journal Research Supplement 1(1):1-12.

Dwyer T et coll. (1983) **An investigation of the effects of daily physical activity on the health of primary school students in South Australia.** International Journal of Epidemiology 12(3):308-13.

Mathilde St-Louis-Deschênes et Guy Thibault