

Activité physique et résultats scolaires : examen critique de la recherche sur le programme ontarien *Living School*

Source

Jeunes en forme Canada (2009) *Bulletin de l'activité physique chez les jeunes*. 6 p.

Ce *Bulletin de l'activité physique chez les jeunes* publié le 2 juin 2009 par Jeunes en forme Canada avance ce que l'on savait déjà : « la pratique d'activités physiques favorise l'apprentissage et le rendement scolaire ». Ces faits ne sont pas nouveaux puisqu'en 2008, François Trudeau, Ph.D., (Université du Québec à Trois-Rivières) membre du comité scientifique de Kino-Québec (CSKQ), et Roy Shephard, md, Ph.D., publiaient une revue de la littérature indiquant que l'activité physique peut être ajoutée au curriculum en prenant du temps aux autres matières sans risque d'entraver la réussite scolaire des élèves.

Parmi les études recensées dans le bulletin de Jeunes en forme Canada, celle traitant du programme ontarien *Living School* de promotion de saines habitudes de vie (Guertin, 2007) a particulièrement attiré l'attention des médias, au Québec comme ailleurs.

Living School est un programme qui repose sur les communautés scolaire, associative et civile – élèves, parents, enseignants, administrateurs, organisations de santé publique, sportives, récréatives et communautaires, entreprises locales et administrations municipales – pour promouvoir et soutenir l'adoption d'un mode de vie sain (et, donc, physiquement actif) chez les jeunes. En utilisant l'environnement scolaire comme élément pivot, *Living School* motive, soutient et aide les écoles à s'attaquer aux facteurs de risque associés aux maladies chroniques et à l'obésité – sédentarité, mauvaise alimentation, tabac et toxicomanie – en misant sur :

- l'enseignement de connaissances et le développement d'habiletés en matière de santé;
- la création d'environnements physiques et sociaux propices à la santé;
- la création de liens entre les parents et la communauté.

Le programme a été appliqué pendant deux ans dans dix écoles. Huit autres écoles, ayant des caractéristiques similaires, ont servi de témoin. Pour analyser l'effet du programme *Living School* sur la réussite scolaire, la moyenne des scores de chaque école, publiée par l'OQRE en 2005-

2006, soit après deux ans d'application du programme, a été comparée à la moyenne obtenue en 2003-2004, soit l'année précédant l'implantation. La variable dépendante (score des écoles) est non pas la note moyenne des élèves, mais plutôt le pourcentage des élèves de l'école ayant atteint ou dépassé la norme provinciale.

POURCENTAGE D'ÉLÈVES DE 3^E ANNÉE AYANT ATTEINT OU DÉPASSÉ LA NORME PROVINCIALE EN LECTURE, ÉCRITURE ET MATHÉMATIQUES EN 2003-2004 ET EN 2005-2006, CHEZ LES ÉCOLES PARTICIPANTES (P) ET LES ÉCOLES NON PARTICIPANTES (NP) AU PROGRAMME *LIVING SCHOOL*.

	Lecture		Écriture		Mathématiques	
	P	NP	P	NP	P	NP
2003-2004	42,42	52,44	50,58	53,33	53,17	67,89
2005-2006	59,25	53,00	59,17	53,56	66,00	31,44
Différence	16,83	0,56	8,59**	0,23	12,83*	-6,45
Amélioration c. 2003-2004, en %	36,67* *	1,07	16,98**	0,43	24,13*	-9,50

P : Écoles participantes; NP : Écoles non participantes

* : $p < 0,1$; ** : $p < 0,05$

POURCENTAGE D'ÉLÈVES DE 6^E ANNÉE AYANT ATTEINT OU DÉPASSÉ LA NORME PROVINCIALE EN LECTURE, ÉCRITURE ET MATHÉMATIQUES EN 2003-2004 ET EN 2005-2006, CHEZ LES ÉCOLES PARTICIPANTES (P) ET LES ÉCOLES NON PARTICIPANTES (NP) AU PROGRAMME *LIVING SCHOOL*.

	Lecture		Écriture		Mathématiques	
	P	NP	P	NP	P	NP
2003-2004	59,67	56,25	56,00	44,63	60,58	53,13
2005-2006	64,92	59,13	62,50	54,88	67,67	54,75
Différence	5,25*	2,88	6,50	10,25**	7,09	1,62
Amélioration c. 2003-2004, en %	8,80*	5,12	11,61	22,97**	11,70	3,05

P : Écoles participantes; NP : Écoles non participantes

* : $p < 0,1$; ** : $p < 0,05$

Donc :

- Amélioration significative en lecture, écriture et mathématiques pour les élèves de 3^e année et en lecture seulement pour les élèves de 6^e année dans les écoles participantes seulement.
- Amélioration significative en 6^e année en écriture dans les écoles non participantes.
- Lors de l'étude pilote réalisée en 2004-2005 dans neuf sites (certains sites ont plus d'une école), les niveaux d'activité physique à l'école ou ailleurs à l'automne 2004 ont été comparés à ceux enregistrés au printemps 2005. Les élèves ont augmenté leur niveau d'activité physique à l'école dans six des neuf sites étudiés et ont augmenté leur niveau de pratique à l'extérieur de l'école dans deux des neuf sites (Shain, 2005). Malheureusement, le rapport ne précise pas si ces augmentations sont statistiquement significatives, d'où l'absence de preuves rigoureuses que l'amélioration des résultats scolaires découle d'une augmentation de l'activité physique.
- Dans le rapport de ce projet pilote, on associe l'amélioration des résultats scolaires à des changements culturels instaurés par le programme *Living School* à l'intérieur desquels les élèves ont appris à se sentir mieux à propos d'eux-mêmes et à propos de leur école, deux éléments associés à la réussite scolaire.

Que peut-on conclure de cette étude?

L'étude de Guertin (2007) ne permet pas d'affirmer – comme le laisse croire le *Bulletin de l'activité physique chez les jeunes* – que l'amélioration des résultats scolaires est attribuable à l'augmentation du niveau d'activité physique des élèves. En effet, on ne peut exclure que l'amélioration du rendement scolaire était due à d'autres éléments comme la mobilisation de la communauté scolaire vers un objectif commun et l'amélioration de l'estime de soi et du sentiment d'appartenance des élèves.

Par ailleurs, depuis l'instauration de l'OQRE, différentes mesures ont été prises pour favoriser la réussite scolaire et *Living School* n'est que l'une d'entre-elles. Il est possible que d'autres facteurs, comme la réduction du nombre d'élèves par classe, l'augmentation des ressources et l'application d'autres programmes comme la *Literacy and Numeracy Strategy*, aient contribué à cette réussite.

De par ses recherches subséquentes, madame Guertin, avec qui nous avons échangé par courriel, avance l'hypothèse que ce serait surtout le processus dans lequel les écoles se sont engagées qui a contribué à cette amélioration et non pas seulement l'amélioration de la santé des élèves.

En effet, *Living School* a permis aux écoles de :

- travailler ensemble vers un objectif commun;
- planifier leurs programmes d'amélioration du rendement scolaire;
- changer la culture de l'école;
- développer du leadership.

Il est également possible que l'introduction du programme *Living School* se soit accompagnée d'un effet Pygmalion puisque les professeurs croyaient fortement à l'effet positif que peuvent avoir la pratique d'activités physiques et une saine nutrition sur l'apprentissage (Shain, 2005).

Bref, l'association positive entre la pratique d'activités physiques et la réussite scolaire a été démontrée par plusieurs études rigoureuses (voir notamment le résultat de l'excellente recherche de Suzanne Laberge et les revues bibliographiques suivantes : Trudeau et Shephard, 2008; *U.S. Department of Health and Human Services*, 2008; Strong et coll., 2005). *Living School* est certes un programme dont on peut s'inspirer pour concevoir d'autres activités de promotion de l'activité physique en milieu scolaire. Mais le rapport sur la recherche menée par madame Guertin sur ce programme ne devrait pas être présenté comme une source rigoureuse démontrant qu'une augmentation de l'activité physique s'accompagne d'une amélioration des résultats scolaires. En revanche, d'autres recherches le démontrent très bien.

Mélanie Lemieux et Guy Thibault