

« Être en forme et en santé » selon des élèves de 9^e année et leurs enseignants d'éducation physique

Source

Beaudoin C et coll. (2004) *Être en forme et en santé... Qu'est-ce que ça veut dire? Perceptions d'élèves de 9^e année et de leur enseignant d'éducation physique.* Physical and Health Education Journal 70:14-9.

Depuis l'implantation, en 2000, du nouveau programme-cadre pour les élèves ontariens de 9^e et 10^e années, des chercheurs veulent cerner les perceptions des élèves et de leurs enseignants concernant les concepts « être en santé » et « être en forme ».

Les chercheurs ont rencontré 86 élèves de 9^e année de quatre écoles, et ont recueilli leurs réponses à un questionnaire lors de groupes de discussion.

Afin de cerner leur degré de compréhension du programme d'études, les éducateurs physiques ont aussi rempli un questionnaire et ont participé à des entrevues où ils devaient préciser la nature des messages transmis aux élèves.

Résultats

- Les élèves :

- comprennent qu'être en santé comporte plusieurs dimensions et énoncent sept des huit thèmes qui y sont associés dans le programme;
- ne mentionnent pas tous les thèmes définissant le concept « être en forme »;
- disent vouloir être en forme pour être différents des autres et être avec leurs amis.

- Les enseignants :

- mentionnent au moins huit thèmes associés au concept d'être en santé; à leurs yeux, pour atteindre l'équilibre, plusieurs de ces thèmes doivent être compris;
- énumèrent facilement les déterminants et les facteurs qui définissent la condition physique;
- justifient l'importance d'être en forme par les raisons suivantes : prévenir la maladie, mieux vieillir, maintenir une belle apparence physique, améliorer ses performances sportives, éprouver un bien-être, avoir du plaisir à bouger;

- trouvent important de transmettre des messages personnels sur la condition physique et la santé dépassant le cadre du programme (cependant, ils énumèrent plusieurs obstacles à la transmission et à la compréhension de ces messages).

Autre constat : le nouveau programme d'éducation physique et à la santé n'est pas perçu de la même façon par tous les enseignants. Certains sont d'avis que les élèves n'ont pas la maturité nécessaire pour aborder les sujets évoqués dans le programme.

En résumé, le concept « être en santé » est bien compris autant par les enseignants que par les élèves. Toutefois, cette compréhension ne se traduit pas d'emblée par des changements dans les habitudes de vie des élèves. Le principal obstacle réside dans le fait que ces derniers ne saisissent pas l'effet réel des activités physiques et sportives sur leur santé. Il est par ailleurs impératif que les jeunes vivent des expériences d'activité physique axées sur le plaisir.

Le concept « être en forme » est moins bien compris par les élèves. Leur perception est incomplète et ils ne connaissent pas les facteurs et les déterminants de la condition physique.

Joanie Caron, Lyne Lyons, Karima Djellouli et Guy Thibault