

Quels sont les milieux scolaires susceptibles d'inciter les élèves à faire plus d'activité physique?

Source

Nichol ME et coll. (2009) **Associations between school recreational environments and physical activity**. *Journal of School Health* 79(6):247-54.

Les diverses tentatives d'accroître la pratique d'activités physiques en cherchant à modifier les comportements individuels ont connu un succès mitigé. Devant cette situation, de plus en plus de chercheurs se penchent sur les effets des environnements socioculturels et physiques sur l'activité physique. Les milieux scolaires sont des lieux propices à favoriser l'activité physique chez les jeunes. Toutefois, très peu d'études ont été menées sur le sujet. Le but de cette recherche était d'examiner les relations entre les milieux scolaires, les activités sportives scolaires et parascolaires et l'activité physique des adolescents.

En utilisant la régression logistique multiple, on a analysé les données de 7638 élèves de la 6^e à la 10^e année de 154 écoles publiques qui avaient participé, en 2005-2006, à l'enquête sur les comportements liés à la santé chez les enfants d'âge scolaire. On a aussi utilisé les résultats d'une enquête menée auprès de directeurs et de directeurs adjoints afin de connaître les caractéristiques des écoles incluant : taille, composition démographique des élèves, programmes et activités sportives, disponibilité, état des installations sportives. Les chercheurs ont examiné les effets individuels et cumulatifs des politiques scolaires, des programmes sportifs régionaux et de l'état des installations sportives.

Résultats

De façon générale, 51,9 % des garçons et 49,3 % des filles disaient être actifs, c'est-à-dire qu'ils consacraient deux heures ou plus par semaine à l'activité physique. On a noté une corrélation positive entre l'activité physique des garçons et la présence d'un terrain de jeux à l'école. L'état du terrain était important pour les filles, mais non pour les garçons. Les garçons fréquentant des écoles où le gymnase était en bon état étaient 25 % plus actifs. Dans les écoles offrant au moins quatre programmes sportifs régionaux, les élèves consacraient une plus grande partie de leur temps libre à l'activité physique.

Dans l'ensemble, les élèves les plus actifs étaient ceux qui fréquentaient des écoles ayant plus d'installations sportives et offrant plus de sports pendant les heures de classe et les temps libres.



En conclusion, l'effet cumulatif et combiné des politiques, des programmes sportifs régionaux et de l'état des installations sportives semble plus important que n'importe quelle caractéristique individuelle.

Lyne Lyons, Karima Djellouli et Guy Thibault