

## Il pourrait y avoir intérêt à appliquer des politiques de promotion de l'activité physique et du sport à l'école même si elles ne sont pas nécessairement éprouvées

### Source

Lagarde F et C LeBlanc (2010) **Politiques favorisant l'activité physique dans les écoles. Policy options to support physical activity in schools.** *Can J Public Health* 101 (Suppl. 2):S9-13.

Les possibilités de pratique d'activités physiques et sportives à l'école sont nombreuses : éducation physique, programmes récréatifs et de danse, sport scolaire, jeu actif à la récréation, marche ou bicyclette entre la maison et l'école, programmes parascolaires intramuros et interscolaires, etc. Les programmes d'éducation physique permettent l'enseignement des aptitudes et des connaissances requises pour adopter et maintenir un mode de vie physiquement actif. On peut aussi offrir à l'école un environnement et des programmes particuliers de promotion des activités physiques et sportives, de même que des programmes visant à réduire les comportements sédentaires.

Dans cet article, les auteurs dressent un portrait des connaissances en ce qui a trait aux politiques efficaces et prometteuses permettant d'accroître le niveau de pratique d'activités physiques dans le milieu scolaire. Tout en s'efforçant de cerner les mesures les plus appropriées à leur contexte, les personnes engagées dans la promotion d'un mode de vie physiquement actif devraient s'inspirer de celles qui ont été appliquées avec succès selon une évaluation rigoureuse (stratégies éprouvées), mais aussi de celles qui sont cohérentes avec les connaissances actuelles en matière de développement de saines habitudes de vie (stratégies prometteuses).

Fait intéressant à souligner, ils y présentent aussi des interventions non-évaluées (voir tableau) qui pourraient éventuellement être évaluées rigoureusement, par exemple des politiques en faveur d'une éducation physique et d'activités physiques quotidiennes sécuritaires et de qualité, d'activités physiques parascolaires, de formation des personnes encadrant ces pratiques, du transport actif entre la maison et l'école, d'installations adéquates et d'un partenariat avec la municipalité. En effet, l'absence de preuves scientifiques de l'efficacité de ces mesures ne devrait pas constituer une raison pour ne pas en faire l'essai.

## Politiques inévaluées favorisant l'activité physique dans les écoles

| Domaine stratégique   | Politique inévaluée  | Exemple*   |
|---|--|--|
| Activités scolaires et parascolaires                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>Rendre l'activité physique agréable et sécuritaire pour tous les enfants, peu importe le sexe, la race ou les incapacités. Veiller à ce que l'activité favorise l'esprit sportif et la participation maximale.</li> <li>Éviter l'utilisation ou la non-utilisation de l'activité physique comme punition.</li> </ul>  | Caroline du Nord <sup>1</sup>  |
| Sécurité  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Établir des précautions adéquates en matière de sécurité afin de prévenir les blessures et les maladies découlant de l'activité physique.</li> <li>Recueillir les renseignements médicaux auprès des élèves et des parents afin de confirmer la participation sécuritaire à l'activité physique.</li> </ul>   | Caroline du Nord <sup>1</sup><br>Bulletin de santé scolaire <sup>2</sup>   |
| Participation des membres de la famille et de la collectivité | <ul style="list-style-type: none"> <li>Veiller à ce que les membres de la famille et de la collectivité puissent participer à la planification et à la prise de décisions.</li> <li>Permettre aux membres de la famille et de la collectivité de préconiser les activités et les services offerts dans les écoles et d'y participer.</li> <li>Chercher à obtenir soutien et ressources auprès des familles, des membres de la collectivité et d'organismes.</li> </ul> | <i>UK National Healthy Schools Programme</i> <sup>3</sup><br><i>Saskatchewan in Motion</i> <sup>4</sup><br>Écoles en santé en mouvement <sup>5</sup> |
| Personnel des écoles  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Promouvoir les avantages de l'activité physique sur le plan de la santé auprès du personnel des écoles.</li> <li>Permettre aux membres du personnel des écoles d'être actifs physiquement avec leurs collègues.</li> </ul>  | Caroline du Nord <sup>1</sup><br><i>School worksite health promotion</i> <sup>6</sup><br><i>UK National Healthy Schools Programme</i> <sup>3</sup>   |

|                            |  |   |
|----------------------------|--|---|
| Professionnels de la santé | <ul style="list-style-type: none"> <li>Formuler des recommandations en matière d'activité physique à l'intention d'élèves ayant des troubles ou des incapacités.</li> </ul>  | <i>American Academy of Pediatrics</i> <sup>7</sup>  |
| Reconnaissance             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Reconnaître les écoles, les administrateurs, les enseignants, les parents et les élèves qui respectent les normes et qui apportent d'importantes contributions à l'avancement de l'activité physique et de l'éducation physique dans les écoles.</li> </ul> | Éducation physique et santé Canada <sup>8</sup>   |
| Suivi et évaluation        | <ul style="list-style-type: none"> <li>Suivre et évaluer la mise en œuvre des mesures, ainsi que les niveaux d'activité physique et de condition physique.</li> </ul>  | <i>UK National Healthy Schools Programme</i> <sup>3</sup><br>Écoles en santé, Manitoba <sup>9</sup> |

### Références

<sup>1</sup> Hudson-Collins P (2006) **Coordinating school efforts to help address the obesity epidemic in North Carolina.** *N C Med J* 67(4):293-5.

<sup>2</sup> Scheier LM (2004) **School health report cards attempt to address the obesity epidemic.** *J Am Diet Assoc* 104(3):341-4.

<sup>3</sup> UK National Healthy Schools Programme **A joint initiative between Department of Children, Schools and Families and Department of Health.**

<sup>4</sup> *Saskatchewan in Motion.*

<sup>5</sup> *Manitoba in Motion.* Écoles en santé – en mouvement.

<sup>6</sup> Ballard DJ, PM Kingery et BE Pruitt (1991) **School worksite health promotion: An interdependent process.** *J Health Educ* 22(2):111-5.

<sup>7</sup> American Academy of Pediatrics **Active Healthy Living: Prevention of Childhood Obesity Through Increased Physical Activity.**

<sup>8</sup> Centre de revendication d'Éducation physique et santé Canada.

<sup>9</sup> Écoles en santé, Manitoba.

### Lectures suggérées

Lee A (2009) **Health-promoting schools: Evidence for a holistic approach to promoting health and improving health literacy.** *Appl Health Econ Health Policy* 7(1):11-7.

Naylor PJ et HA McKay (2009) **Prevention in the first place: Schools a setting for action on physical inactivity.** *Br J Sports Med* 43(1):10-3.

François Lagarde et Guy Thibault