

Évaluation des activités des jeunes de la 6^e à la 8^e année

Source

Harrel JS et coll. (2003) **Assessing physical activity in adolescents: Common activities of children in 6th-8th grades.** *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners* 15(4):170-8.

L'objectif principal de cette étude était de décrire les activités de loisir des jeunes de la 6^e à la 8^e année aux États-Unis, en plus de répondre aux questions suivantes :

- Quelles sont les activités les plus populaires chez les garçons et chez les filles?
- Est-ce que l'intensité, calculée en MET, des trois activités les plus populaires est différente selon le sexe, le niveau scolaire, l'ethnicité et le statut économique?
- Est-ce que l'intensité des activités les plus et les moins vigoureuses est différente selon le sexe, le niveau scolaire, l'ethnicité et le statut économique?

Comprendre les habitudes d'activité physique des jeunes et des adolescents permet d'établir une base sur laquelle il sera possible d'élaborer des activités de promotion de l'activité physique plus appropriées et ayant plus de chances de succès.

Résultats

- Les cinq activités les plus souvent mentionnées par les garçons sont le football, le basketball, le vélo, la course et le baseball.
- Les cinq activités les plus souvent mentionnées par les filles sont : discuter, courir, marcher, faire du vélo et danser.
- L'intensité moyenne des activités pratiquées par les garçons est de 5,3 MET, alors que celle des filles n'est que de 4,3 MET (différence significative).
- Les enfants de 6^e année ont des activités significativement plus intenses que ceux de 8^e année, mais il n'y a pas de différence significative entre l'intensité des activités des enfants de 6^e et de 7^e année, ainsi qu'entre celle des enfants de 7^e et de 8^e année.
- Il n'y a pas de différence significative de l'intensité des activités selon l'ethnicité ou le statut économique.

- Pour les activités sédentaires, les auteurs rapportent une différence selon le sexe, le niveau scolaire et le statut économique. Les filles ont plus d'activités sédentaires que les garçons; les enfants de 8e année sont moins actifs que ceux de 7^e et 6^e année; les enfants issus d'un milieu économique moins favorisé disent avoir moins d'activités sédentaires que ceux d'un milieu plus favorisé.
- Pour ce qui est des activités vigoureuses, il n'y a pas de différence selon le niveau scolaire, l'ethnicité ou le statut économique. Il existe cependant une différence selon le sexe, car les garçons affirment pratiquer six activités vigoureuses sur dix, contre quatre chez les filles.

Marie-Pierre Arsenault et Guy Thibault