



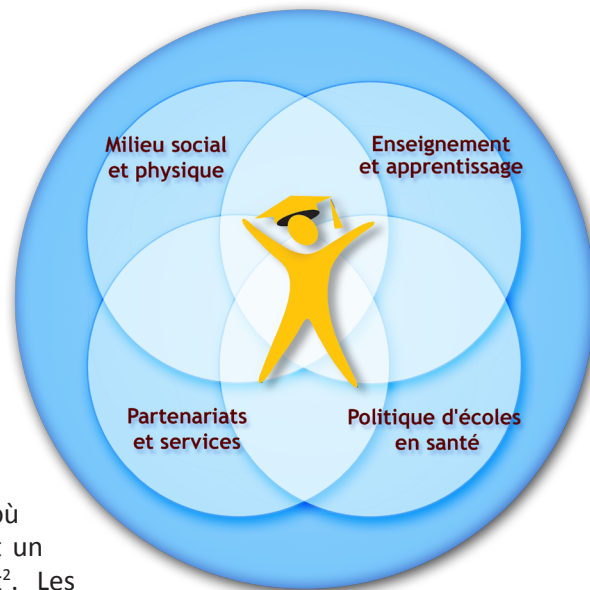
## ACTIVITÉ PHYSIQUE DANS LE CADRE D'UN MODÈLE D'APPROCHE GLOBALE DE LA SANTÉ EN MILIEU SCOLAIRE

### RAISON DE CHOISIR LES ÉCOLES COMME TERRAIN PROPICE À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Il s'agit d'un cadre de référence reconnu internationalement qui aide les élèves à améliorer leurs résultats scolaires et qui aborde la question de la santé en milieu scolaire d'une manière planifiée, intégrée et holistique. Sa portée ne se borne pas à la salle de classe, mais elle s'étend plutôt à l'ensemble du milieu scolaire en proposant des interventions dans quatre secteurs distincts, mais liés, qui établissent les fondements solides d'une approche globale de la santé en milieu scolaire :

- Environnement social et physique
- Enseignement et apprentissage
- Politique d'écoles en santé
- Partenariats et services

Du fait qu'il est possible d'y joindre pratiquement tous les enfants, quels que soient l'âge, les habiletés, le sexe, la culture ou la situation socio-économique<sup>1</sup>, les écoles occupent une place qui leur permet de jouer un rôle déterminant dans la promotion de l'activité physique. En plus, les jeunes passent plus de temps dans les écoles que n'importe où ailleurs. Par conséquent, les écoles jouent un rôle essentiel dans leur développement<sup>2</sup>. Les écoles sont en mesure de donner les moyens les plus efficaces et les plus économiques d'améliorer la santé et les niveaux d'activité physique des enfants canadiens<sup>3</sup>.



Les organismes nationaux et internationaux qui prônent l'importance de l'activité physique reconnaissent qu'il est essentiel d'offrir des cours d'éducation physique et d'autres occasions d'être physiquement actifs en milieu scolaire. Ces activités physiques sont liées à l'approche globale de la santé en milieu scolaire qui englobe une grande partie de la structure d'enseignement et d'apprentissage du modèle.

- En 2000, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a insisté sur l'importance d'offrir des programmes d'éducation physique dans les écoles et d'augmenter ainsi l'activité physique des enfants et des jeunes d'âge scolaire.
- Le Sommet mondial de l'éducation physique (2001) a lancé un appel à la communauté internationale pour reconnaître le droit fondamental de tous les enfants à avoir accès à des programmes d'éducation physique de qualité,

enseignés par des professeurs qualifiés, afin que tous les enfants aient la possibilité de développer les compétences nécessaires pour vivre en santé.

- Le rapport américain sur l'activité physique et la santé (United States Surgeon General's Report - 1996) a fait les recommandations suivantes :
  - les écoles offrent des classes d'éducation physique de qualité, de préférence tous les jours, et embauchent des spécialistes pour les enseigner;
  - les écoles offrent des activités physiques agréables et propices au renforcement de la confiance en soi.

« Assurez-vous que tous les élèves des écoles primaires et secondaires du pays participent régulièrement à un programme d'éducation physique de qualité (à savoir, 150 minutes par semaine), dispensé par un professeur d'éducation physique qualifié. »

CAPHERD & CCUPEKA, 2005

Les écoles sont en mesure d'offrir des classes de santé et d'éducation physique ainsi que des installations, de l'équipement et un environnement de plein air pour l'activité physique imposée ou recommandée par les gouvernements provinciaux et territoriaux.

Par ailleurs, les écoles sont en mesure d'embaucher du personnel ayant les connaissances et les facultés nécessaires pour exercer une bonne influence sur les acquis, les attitudes et les valeurs des élèves à l'égard de l'activité physique. Plus précisément, les écoles peuvent intervenir auprès des jeunes de tout âge en les sensibilisant, en leur donnant des directives, en développant leurs compétences et en renforçant leur confiance dans l'activité physique.

Les programmes d'éducation physique, en association avec des activités physiques scolaires ou parascolaires, semblent être la combinaison idéale pour apprendre aux élèves canadiens à quel point il est important d'être physiquement actif.

Si les écoles envisagent de rehausser les niveaux d'activité physique des élèves, par conséquent leur santé et bien-être, elles doivent leur donner la possibilité d'acquérir les connaissances, les habiletés et les moyens qui leur permettront d'être actifs maintenant et plus tard. Une approche globale de la santé en milieu scolaire devrait chercher à être un complément aux programmes d'études (Enseignement et apprentissage) en proposant d'autres initiatives plutôt qu'en mettant en place des activités physiques en remplacement de l'enseignement et de l'apprentissage.

## RÉFÉRENCES

- <sup>1</sup> Sallis, J.F., & McKenzie, T.L. (1991). Physical education's role in public health. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62, 124-137.
- <sup>2</sup> Raphael, D., Anderson, A., & McMall, D. (1999). Partners for health: schools, communities and young people working together. *Canadian Association for Physical Education Recreation and Dance Journal*, Spring 16-19.
- <sup>3</sup> Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie. (2006). *Les opportunités pour l'activité physique dans les écoles canadiennes : tendances de 2001 à 2006*. Sondage indicateur de l'activité physique et sportive, 2006.