



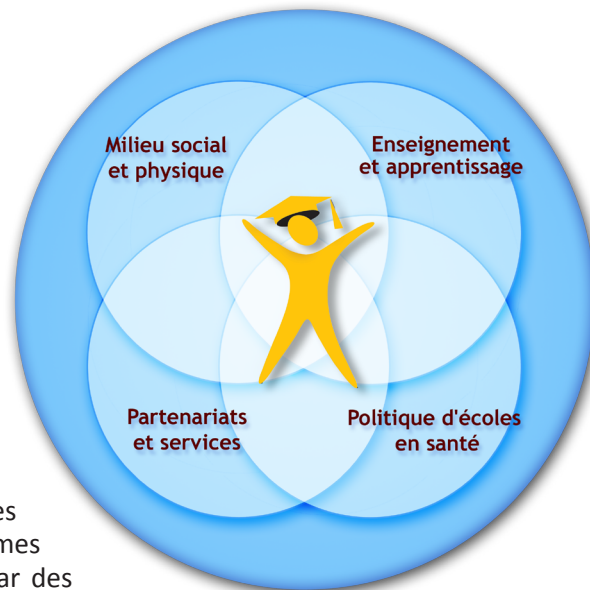
ACTIVITÉ PHYSIQUE DANS LE CADRE D'UN MODÈLE D'APPROCHE GLOBALE DE LA SANTÉ EN MILIEU SCOLAIRE

RÔLE DU MILIEU SCOLAIRE DANS 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

Dans le contexte holistique d'une approche globale de la santé en milieu scolaire, on place généralement non seulement l'activité physique dans un cadre de cours d'éducation physique, mais aussi dans celui d'activités physiques quotidiennes, de programmes ou clubs internes, de sports interscholastiques, de programmes favorisant la marche ou le vélo pour se rendre à l'école, de programmes de marche en classe et d'autres programmes ou activités organisés par les écoles ou par des partenariats communautaires qui visent à faire bouger les élèves et le personnel.



Activité physique : tout mouvement du corps faisant appel aux muscles squelettiques (les muscles qui se fixent sur des pièces osseuses) qui brûle de l'énergie. Agence de la santé publique du Canada

Les membres de la communauté scolaire exercent une influence directe sur les quatre secteurs de l'approche. Il est donc important qu'ils travaillent de concert pour effectuer les changements les plus efficaces dans le contexte scolaire. Les membres de la communauté scolaire sont :

- Les élèves
- Les familles
- Les enseignants

- Les administrateurs scolaires
- Les commissions scolaires

Les ministères de l'éducation, les commissions scolaires et les administrateurs scolaires ont une influence considérable sur les niveaux et la qualité de l'activité physique à laquelle participent les élèves en milieu scolaire. L'un des meilleurs moyens d'exercer cette influence consiste à créer et à mettre en œuvre des politiques visant à offrir une activité physique appropriée ou plus importante à tous les élèves. Ces politiques comprennent :

- Éducation physique obligatoire (150 minutes par semaine)
- Période d'activité physique quotidienne et obligatoire
- Crédits requis en éducation physique au niveau scolaire secondaire
- Installations appropriées et faciles d'accès où pratiquer l'activité physique dans le cadre scolaire ou à l'extérieur (p. ex. gymnases, terrains de jeux)
- Collaboration avec les ressources communautaires (p. ex. patinoires, piscines)
- Directives relatives au programme d'études
- Ressources pour appuyer un enseignement efficace du programme
- Formation continue des enseignants et des autres membres du personnel scolaire s'occupant du déroulement du programme d'activité physique
- Participation de la famille et de la collectivité
- Évaluation du programme

Les élèves jouent un rôle déterminant au sein de la communauté scolaire et peuvent avoir une influence sur les décisions à prendre sur les activités physiques qui les concernent. Les partisans de l'activité physique peuvent changer le comportement des autres élèves.

Les élèves, notamment les plus avancés, peuvent être des modèles dominants.

Les attitudes et les comportements des parents ou des tuteurs ont une influence directe sur le comportement des enfants. Si les parents fournissent des renseignements sur l'activité physique à leurs enfants (p. ex. bulletins de nouvelles ou foires sur les activités physiques de l'école), non seulement ils arriveront à les faire participer à un plus grand nombre d'activités physiques en dehors de l'école, mais il est probable qu'ils deviennent physiquement actifs eux-mêmes. La communication d'informations et d'idées aux parents sur la manière d'être plus actifs en entreprenant des activités physiques à la maison est un mécanisme efficace pour rendre les enfants, les jeunes et les parents ou tuteurs plus actifs à l'extérieur du cadre scolaire.

D'ordinaire, les parents aiment mieux les activités à faire à la maison que celles qui les obligent à se rendre à l'école régulièrement.

Les enseignants choisissent quelle est la façon la plus efficace de suivre le programme, le niveau de connaissances à transmettre aux élèves, ainsi que les occasions à donner aux élèves d'être actifs. Les enseignants servent de modèles aux élèves. Par conséquent, plus ils pratiquent l'activité physique et encouragent les élèves à faire de même, plus les élèves auront de chances de devenir plus actifs.

Les enseignants peuvent jouer un rôle essentiel en incitant les parents ou les tuteurs à augmenter les niveaux d'activité physique des élèves.

Les ministères de l'éducation, les commissions scolaires et les administrateurs scolaires ont une influence considérable sur les niveaux et la qualité de l'activité physique à laquelle participent les élèves en milieu scolaire. D'autre part, l'un des meilleurs moyens de s'assurer que les élèves jouissent d'un programme d'éducation physique de qualité est d'établir et de mettre en œuvre des politiques visant à offrir une activité physique appropriée ou accrue à tous les élèves. Vous trouverez des exemples de politiques dans *Activité physique dans le cadre d'un modèle d'approche globale de la santé en milieu scolaire : Guide à l'intention des responsables des politiques scolaires*.

Dans le milieu scolaire, les administrateurs scolaires jouent un rôle important de modèles pour les enseignants, le personnel et les élèves.

Le cadre scolaire exerce une forte influence sur les habiletés, l'attitude, les préférences et le comportement des élèves à l'égard de l'activité physique. Par contre, c'est grâce à la collaboration des membres de la communauté scolaire que les programmes d'activité physique seront plus fructueux.