

**Les messages clés et les recommandations relatives aux politiques  
concernant le savoir-faire physique**



## **Contexte**

En 2011, le sondage mené par l'*Ontario Society of Physical Activity Promoters in Public Health* (OSPAPPH) auprès de ses membres a révélé que ces derniers voulaient faire de l'accès aux loisirs et du savoir-faire physique des priorités clés pour leurs bureaux de santé respectifs. Afin de donner suite aux résultats du sondage, l'OSPAPPH a élaboré ce document, qui renferme les messages clés, dans le but d'aider les agents de promotion de l'activité physique d'un bout à l'autre de la province à transmettre des messages uniformes sur le savoir-faire physique\* du point de vue de la santé publique.

Ces messages clés, y compris les recommandations relatives aux politiques, ont été cernés et étudiés par un groupe de travail sur le savoir-faire physique composé d'agents de promotion de l'activité physique de plusieurs bureaux de santé membres de l'OSPAPPH. De plus, divers intervenants ont également commenté ces messages clés par l'entremise d'un sondage.

## **Utilisation des messages clés et des recommandations relatives aux politiques**

Le document a été préparé aux fins d'*usage interne* et n'est pas une ressource indépendante destinée à la distribution générale. Afin d'assurer l'uniformité des messages, les agents en promotion de la santé sont invités à acheminer ce document à leurs partenaires communautaires qui collaborent à des projets sur le savoir-faire physique.

Voici plusieurs façons dont les agents en promotion de la santé peuvent utiliser ce document. Il ne s'agit pas d'une liste exhaustive, mais de quelques exemples :

- Préparer des communiqués de presse
- Se préparer en vue d'entrevues avec les médias
- Rédiger des articles d'opinion ou des réponses à des éditoriaux
- Élaborer des documents de soutien au sujet du savoir-faire physique (p. ex. présentations et ressources)
- Rédiger des exposés de principes
- Rédiger des rapports ou des documents d'orientation
- Élaborer ou améliorer des politiques et appuyer les efforts de vos groupes communautaires ou intervenants clés

Ce document peut aussi être utile au tout début de l'élaboration des stratégies visant le savoir-faire physique.

## Key Messages and Policy Recommendations

### PHYSICAL LITERACY



Chacun des messages clés est appuyé par des études. Un certain nombre de points à l'appui s'appliquent à plus d'un message. Cette façon de faire est intentionnelle et vise à préparer les agents en promotion de la santé en vue d'une entrevue avec les médias dans le cadre de laquelle le journaliste pourrait aborder ses questions sous différents angles. La répétition aide à ne pas s'éloigner du sujet, à assimiler l'information et à assurer que les points clés se font entendre.

Les recommandations relatives aux politiques décrites dans ce document ont pour but d'aider à soutenir et à promouvoir le savoir-faire physique dans la communauté. Les décideurs visés pour donner suite aux recommandations sont le ministère de l'Éducation ainsi que les responsables des milieux scolaires et des garderies.

Bien que les messages clés et les recommandations relatives aux politiques soient destinés à des décideurs précis, le savoir-faire physique est un enjeu de portée plus générale. Par conséquent, les messages peuvent aussi servir à sensibiliser la population à cet enjeu et à mobiliser la communauté à cet égard. Les messages clés sont écrits de manière à répondre aux questions suivantes :

Quel est le problème? La réponse à cette question définit le problème plus en détail et exprime clairement les préoccupations.

- Pourquoi est-ce important? La réponse à cette question comprend la dimension « valeur » et saura attirer l'attention du décideur, mais elle met aussi en évidence le fait que ce problème touche tout le monde.
- Que faut-il faire pour améliorer la situation? La réponse à cette question fournit des objectifs bien définis en matière de politiques.

Un document similaire a été élaboré au sujet de l'accès aux loisirs.

\*Le savoir-faire physique est aussi connu sous le nom de *littératie en matière d'éducation physique*.

## **Messages clés**

### **Qu'est-ce que le savoir-faire physique?**

**Les personnes dotées d'un savoir-faire physique sont en mesure de bouger avec compétence dans le cadre d'une gamme élargie d'activités physiques qui profitent au développement global de la personne. <sup>1</sup>**

- Les personnes dotées d'un savoir-faire physique ont toujours la motivation et les aptitudes voulues pour comprendre, communiquer, appliquer et analyser divers types de mouvement. <sup>1</sup>
- Elles peuvent exécuter une série de mouvements avec confiance, compétence et créativité, et de façon stratégique, à l'échelle élargie des activités physiques liées à la santé. <sup>1</sup>
- Ces habiletés leur permettent de faire, la vie durant, des choix sains et actifs qui engendrent des bienfaits et un sentiment de respect pour soi, pour les autres et pour l'environnement. <sup>1</sup>

### **Le savoir-faire physique est essentiel à l'optimisation de la croissance et du développement.**

- L'amélioration du savoir-faire physique procure aux enfants une bonne maîtrise des habiletés motrices et sportives de base qui leur servira tout au long de la vie. <sup>2</sup>
- Les personnes dotées d'un savoir-faire physique sont en mesure de bouger avec compétence dans le cadre d'une gamme élargie d'activités physiques qui profitent au développement global de la personne. <sup>1</sup>
- Le savoir-faire physique joue un rôle important dans le développement de la santé de chacun et il jette les assises d'un avenir sain et actif. <sup>2</sup>

### **Le savoir-faire physique est à la base d'une vie active.**

- Les enfants et les jeunes qui ont un savoir-faire physique possèdent les connaissances, les habiletés et les attitudes nécessaires pour adopter des styles de vie sains et actifs. <sup>3</sup>
- Les enfants qui sont moins bien nantis sur le plan physique et sportif ont moins d'occasions d'améliorer et de développer leurs habiletés. <sup>2</sup>
- Le fait de ne posséder aucune habileté motrice de base limite sérieusement les possibilités de participer plus tard à des activités de loisirs ou de compétition. Par exemple, si vous ne savez pas nager, vous ne pourrez pas pratiquer la natation, le plongeon, le water-polo, le

canoë-kayak, la voile, le triathlon, le surf et tout autre sport ou toute autre activité qui nécessite qu'on sache nager.<sup>2</sup>

- En l'absence de développement du savoir-faire physique, de nombreux enfants et adolescents abandonnent l'activité physique et le sport au profit de passe-temps inactifs et malsains.<sup>2</sup>

### **Le savoir-faire physique est un enjeu important en matière de santé publique.**

- De nos jours, bon nombre d'enfants n'ont pas les habiletés, les connaissances, ni les comportements liés à l'activité physique nécessaires pour adopter un style de vie sain et actif comme en témoignent les taux étonnants d'inactivité, d'obésité et de réduction de la forme physique.<sup>3</sup>
- Au Canada, moins de 10 % des enfants consacrent à l'activité physique quotidienne le nombre minimum de minutes recommandées pour en tirer des bienfaits pour la santé.<sup>4</sup>
- L'inactivité physique contribue largement aux maladies chroniques et aux dépenses en soins de santé au Canada. Plus précisément, de 15 % à 39 % des sept maladies chroniques\* ayant fait l'objet d'un examen étaient attribuables à l'inactivité physique.<sup>5</sup>
- Selon les estimations faites en 2009, le fardeau économique annuel de l'inactivité physique chez les adultes, au Canada, totalise 6,8 milliards de dollars.<sup>5</sup>
- Les enfants et les jeunes d'aujourd'hui pourraient devenir la première génération à ne pas vivre aussi longtemps que leurs parents.<sup>6</sup>
- Le savoir-faire physique doit devenir une priorité pour renverser la tendance relativement aux maladies chroniques et aux autres problèmes liés à l'inactivité physique.<sup>2</sup>

**\*Maladie des artères coronaires, accident vasculaire cérébral, hypertension, cancer du côlon, cancer du sein (femmes seulement), diabète de type 2 et ostéoporose.**

### **Acquérir un savoir-faire physique et faire de l'activité physique régulièrement favorise l'apprentissage, la préparation à l'école et les comportements positifs.**

- Les enfants et les jeunes qui font de l'activité physique apprennent mieux.<sup>7</sup>
- L'activité physique pendant la petite enfance contribue à favoriser la créativité, l'apprentissage et le rendement scolaire en améliorant la fonction cognitive (p. ex. concentration, mémoire et aptitudes à la résolution de problèmes), en réduisant les comportements problématiques et en augmentant la durée d'attention.<sup>7,8</sup>
- L'exercice aérobique est associé à un concept de soi positif et au bien-être psychologique, de même qu'à une diminution de l'anxiété et de la dépression.<sup>9</sup>
- On a établi une corrélation directe entre l'activité physique et la condition physique et le rendement scolaire.<sup>10</sup>

- Les bienfaits, pour les élèves, d'une vie saine et active sont nombreux :
  - Hausse de la productivité et amélioration de l'état de préparation à l'apprentissage;
  - Amélioration du bien-être psychologique;
  - Assiduité accrue;
  - Réduction de l'intimidation et de la violence;
  - Promotion de l'établissement de relations sûres et saines;
  - Plus grandes motivation et satisfaction personnelles.<sup>8</sup>

### **Le savoir-faire physique doit être une priorité dans les milieux scolaires et services de garde.**

- On doit accorder autant d'importance au savoir-faire physique qu'à la littératie et à la numératie.
- Il y a un mythe selon lequel les enfants acquièrent naturellement les fondements du mouvement et les habiletés sportives de base, mais la recherche révèle que ce n'est pas le cas.<sup>2</sup>
- Il est essentiel d'évaluer le savoir-faire physique afin d'évaluer les résultats des programmes futurs d'acquisition du savoir-faire physique et de soutenir le développement du savoir-faire physique chez les enfants et les adolescents.<sup>3</sup>
- Les services de garde et les milieux scolaires sont des endroits idéaux pour favoriser la santé et le bien-être des enfants et des adolescents étant donné que ces derniers y passent le plus clair de leur temps.<sup>2</sup>
- Les services de garde et les milieux scolaires se prêtent parfaitement à la prestation d'activités et de programmes de qualité qui favorisent l'apprentissage et l'acquisition du savoir-faire physique, de la naissance au début de l'adolescence.
- La qualité de l'éducation physique joue un rôle des plus importants dans la performance cognitive et le rendement scolaire.<sup>10</sup>

## **Recommandations relatives aux politiques**

**Le ministère de l'Éducation a un rôle vital à jouer pour assurer l'acquisition du savoir-faire physique chez les enfants et les jeunes et il doit s'assurer que les services de garde et les milieux scolaires favorisent le développement du savoir-faire physique.**

- Le ministère de l'Éducation doit mettre en place l'évaluation obligatoire du savoir-faire physique des élèves de l'élémentaire et du secondaire de toute la province.
- Le ministère de l'Éducation doit s'assurer que des programmes de santé et d'éducation physique quotidienne de qualité sont offerts par des spécialistes en éducation physique et santé dans toutes les écoles élémentaires et secondaires de l'Ontario.
- Le ministère de l'Éducation doit évaluer la conformité aux exigences concernant l'activité physique quotidienne (Politique/Programmes Note n° 138) et faire respecter ces exigences.
- Le ministère de l'Éducation doit s'assurer que tous les enseignants, les éducatrices de la petite enfance et les fournisseurs de services de garde reçoivent une formation continue en savoir-faire physique.
- Le ministère de l'Éducation doit resserrer la *Loi sur les garderies* afin de promouvoir et de soutenir le développement du savoir-faire physique dans les milieux de services de garde agréés.
- Le ministère de l'Éducation doit obliger les élèves à obtenir un crédit d'éducation physique chaque année, de la 9<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année, pour pouvoir obtenir leur diplôme d'études secondaires.<sup>11</sup>

## Que peuvent faire les agents de promotion de l'activité physique en santé publique?

- Établir des liens avec les réseaux régionaux d'activité physique pour faciliter l'harmonisation des priorités dans le but d'appuyer la promotion du savoir-faire physique tant à l'échelle régionale qu'à l'échelle locale.
- Se joindre aux groupes de planification municipaux, régionaux ou locaux de Meilleur départ ou des Centres de la petite enfance de l'Ontario.
- Utiliser une approche globale de la santé en milieu scolaire et collaborer avec les écoles ou les conseils scolaires à l'adoption et à la mise en œuvre de politiques à l'appui du développement du savoir-faire physique dans le milieu scolaire.
- Se familiariser avec le curriculum de l'Ontario, surtout le curriculum d'Éducation physique et santé (révisé en 2010) (Document d'orientation sur la santé en milieu scolaire)
- Travailler avec les fournisseurs de services de garde à l'appui de la mise en œuvre de politiques qui favorisent l'acquisition d'un savoir-faire physique pendant la petite enfance et dans les garderies.
- Chercher des partenaires communautaires qui font la promotion du savoir-faire physique (p. ex. associations sportives, programmes de loisirs ou programmes parascolaires) et collaborer avec eux.
- Chercher des collèges régionaux ou locaux qui offrent le programme d'éducation de la petite enfance et travailler avec les responsables de ce programme d'études pour qu'ils y incluent le savoir-faire physique.
- Promouvoir et soutenir l'élaboration de la terminologie liée au savoir-faire physique dans les documents produits par les municipalités, les garderies et les milieux scolaires.
- Bâtir la capacité communautaire d'apporter des changements.
- Partager des pratiques exemplaires et des exemples de politiques visant le développement du savoir-faire physique. Participer à des activités de sensibilisation au savoir-faire physique et à l'importance de celui-ci pour augmenter les niveaux d'activité physique et améliorer la santé.
- Renforcer la capacité à l'interne pour s'assurer que tous les membres du personnel de la santé physique qui travaillent dans les milieux scolaires et les garderies ou avec les parents et les fournisseurs de soins connaissent et comprennent l'importance du savoir-faire physique ainsi que son lien avec la santé.



## Remerciements

L'OSPAPPH donne une voix commune à tous les agents de promotion de l'activité physique en poste dans les bureaux de santé publique de l'Ontario. Il a pour mission de faire de l'activité physique une priorité en matière de santé publique en Ontario grâce à la création d'alliances favorisant l'engagement, l'éducation, la revendication et l'adoption de stratégies. Ce document, qui renferme les messages clés, a été élaboré par les agents de promotion de l'activité physique suivants avec l'appui du Media Network du Centre de formation et de consultation :

**France Brunet**, Bureau de santé de l'est de l'Ontario  
**Michele Crowley**, Haldimand-Norfolk Health Unit  
**Michelle Cundari**, Bureau de santé du district de North Bay-Parry Sound  
**Sherry Diaz**, Simcoe Muskoka District Health Unit  
**Dave Elder**, Santé publique Ottawa  
**Laura Jenkins**, Oxford County Public Health  
**Chantal Lalonde**, Bureau de santé de l'est de l'Ontario  
**Tara Maher**, Media Network, Centre de formation et de consultation  
**Jessica McLeod**, Thunder Bay District Health Unit  
**Rachel Mowat**, Peel Public Health  
**Helen Parker**, Santé publique Ottawa  
**Krista Parker**, Chatham-Kent Public Health Unit  
**Natalie Philippe**, Service de santé publique de Sudbury et du district  
**Chris Sherman**, Chatham-Kent Public Health Unit  
**Carolyn Sixt**, Peel Public Health  
**Mary Louise C. Yarema**, Toronto Public Health

Ce projet a été rendu possible grâce à l'appui financier de la Fondation des maladies du cœur.

Traduit par un traducteur agréé

This document is available in English

## Références



## References:

<sup>1</sup>Mandigo, J., N. Francis, K. Lodewyk et R. Lopez. *Énoncé de position – Le savoir-faire physique à l'intention des enseignantes et enseignants, 2009*, Éducation physique et santé Canada (2012). Récupéré de [http://www.phecanada.ca/sites/default/files/current\\_research\\_pdf/07-22-10/PhysicalLiteracyPositionPaper.pdf](http://www.phecanada.ca/sites/default/files/current_research_pdf/07-22-10/PhysicalLiteracyPositionPaper.pdf).

<sup>2</sup> Au Canada, le sport c'est pour la vie. *Développer le savoir-faire physique – Guide pour les parents d'enfants de 0 à 12 ans*, s. d. Récupéré de [http://canadiansportforlife.ca/sites/default/files/resources/D%C3%A9velopper%20le%20savoir-faire%20physique\\_0.pdf](http://canadiansportforlife.ca/sites/default/files/resources/D%C3%A9velopper%20le%20savoir-faire%20physique_0.pdf)

<sup>3</sup> Tremblay, M. et M. Lloyd. « Physical Literacy Measurement – The Missing Piece », dans *Journal de l'éducation physique et l'éducation à la santé*, 76(1), p. 26-30, 2010.

<sup>4</sup> Statistique Canada. *Enquête canadienne sur les mesures de la santé : activité physique des jeunes et des adultes*, 2011. Récupéré de <http://www.statcan.gc.ca/daily-quotidien/110119/dq110119b-fra.htm>

<sup>5</sup> Ian Janssen. « Health Care Costs of Physical Inactivity in Canadian Adults », dans *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 37 (4), p. 803-806, 2012.

<sup>6</sup> Tremblay, M. et coll. *Condition physique des enfants et des jeunes au Canada : résultats de l'Enquête canadienne sur les mesures de la santé de 2007-2009*. Statistique Canada, Rapport sur la santé, 2010.

<sup>7</sup> Jeunes en forme Canada. *Bulletin de l'activité physique chez les jeunes : Les jeunes qui font de l'activité physique apprennent mieux*, 2009. Récupéré de <http://dvqdas9ity7g6.cloudfront.net/reportcard2009/longformversion-french.pdf>

<sup>8</sup> Ministère de l'Éducation de l'Ontario. *Le curriculum de l'Ontario de la 1<sup>re</sup> à la 8<sup>e</sup> année : Éducation physique et santé*, Imprimeur de la Reine pour l'Ontario, 2012.

<sup>9</sup> Comité d'une vie active saine et de la médecine sportive de la Société canadienne de pédiatrie. « Document de principes : Une vie saine et active : des directives en matière d'activité physique chez les enfants et les adolescents », dans *Paediatric Child Health*, 17(4), p. 211-212, 2012. Récupéré de : <http://www.cps.ca/fr/documents/position/directives-activite-physique>.

<sup>10</sup> Sattelmair, J. et J. Ratey. « Physically Active Play and Cognition An Academic Matter? », dans *American Journal of PLAY*, 1, p.365-374, 2009.

<sup>11</sup> Action Cancer Ontario et Agence ontarienne de protection et de promotion de la santé (Santé publique Ontario). *Agir pour prévenir les maladies chroniques : Recommandations pour améliorer la santé de la population ontarienne*, Toronto, Imprimeur de la Reine pour l'Ontario, 2012.

**Key Messages and Policy Recommendations**  
**PHYSICAL LITERACY**

---

