



Les enfants en jeu!

ENCOURAGEONS LES ENFANTS À FAIRE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE À LA MAISON, À L'ÉCOLE ET PARTOUT AILLEURS

Niveaux d'activité physique des enfants et des adolescents

L'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie étudie les niveaux d'activité physique des enfants et des adolescents par l'intermédiaire d'une étude appelée « ÉAPJC » (Étude sur l'activité physique des jeunes au Canada). Dans le cadre de l'ÉAPJC, des podomètres comptent le nombre de pas quotidiens. L'information sur les tendances présentée dans le présent bulletin de recherche souligne les données recueillies au cours de cette étude pendant la décennie de 2005 à 2015. Par contre, ce bulletin présente généralement les données recueillies au cours de l'année 2014-2015, à moins qu'elles ne représentent une tendance.

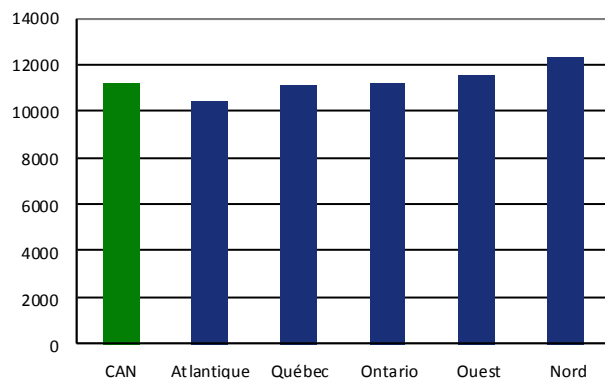
Les données de l'ÉAPJC révèlent que les enfants canadiens, âgés de 5 à 19 ans, ont fait environ 11 200 pas en moyenne au cours de l'année 2014-2015. Le nombre de pas quotidiens varie selon les divers groupes de population, comme il est démontré dans ce qui suit.

Canada et régions

Selon les données de 2014-2015, les enfants et les adolescents vivant dans les provinces de l'Atlantique ont fait légèrement moins de pas

FIGURE 1

Moyenne de pas par région



ÉAPJC, 2014-2015, ICRCP

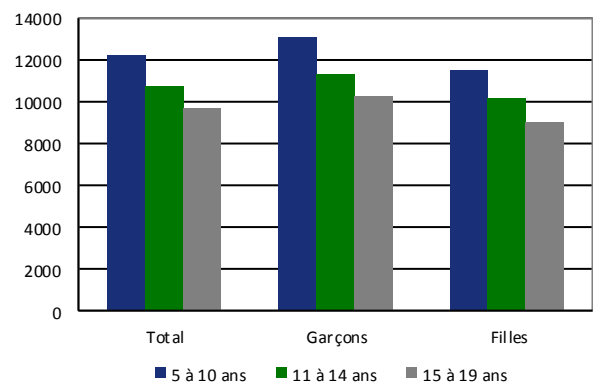
que la moyenne nationale, alors que les enfants vivant dans le Nord en ont fait légèrement davantage.

Caractéristiques de l'enfant

Les garçons ont fait davantage de pas en moyenne que les filles. La moyenne du nombre de pas quotidiens diminue avec l'âge des enfants; les enfants les plus jeunes ont donc fait davantage de pas quotidiens que les plus vieux. La différence selon le sexe est statistiquement significative chez les 5 à 10 ans. Les enfants qui font de l'activité physique et du sport organisés font significativement plus de pas quotidiens que ceux qui ne font pas d'activité physique.

FIGURE 2

Moyenne de pas par l'âge et sexe de l'enfant



ÉAPJC, 2014-2015, ICRCP

Caractéristiques des parents et de la famille

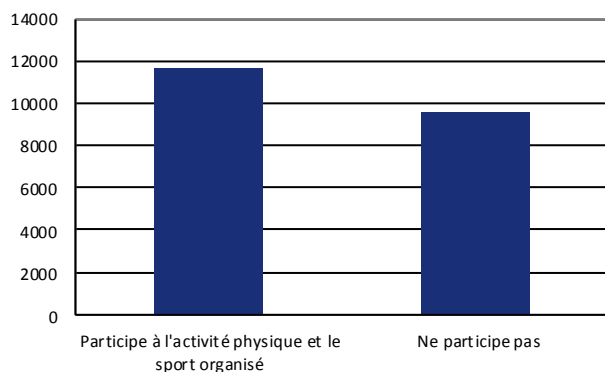
Bien qu'il n'y ait pas d'écarts significatifs dans le nombre de pas quotidiens en fonction du niveau de scolarité des parents, il y a une légère différence en fonction du revenu familial.



Les enfants vivant dans des familles dont le revenu est assez faible (entre 20 000 \$ et 29 999 \$ par année) font moins de pas que ceux qui vivent dans des familles dont le revenu est le plus bas ou plus élevé (40 000 \$ par année ou plus).

FIGURE 3

Moyenne de pas par la participation de l'enfant à l'activité physique et le sport organisé



ÉAPJC, 2014-2015, ICRCP

Tendance dans le temps

Bien que les données de l'ÉAPJC recueillies en 2014-2015 indiquent que les enfants et les adolescents de 5 à 19 ans font approximativement 11 200 pas quotidiens en moyenne, cette moyenne est restée relativement stable pendant les dix années, à quelques exceptions près. Le taux de 2014-2015 est légèrement inférieur au nombre de pas signalés entre 2006 et 2008.

Les différences régionales enregistrées en 2014-2015 sont restées raisonnablement constantes au cours des dix années : les enfants et les adolescents vivant dans les provinces de l'Atlantique ont fait légèrement moins de pas que la moyenne nationale, et ceux qui vivent dans le Nord en ont faits légèrement davantage.

Plusieurs tendances sont restées les mêmes dans le temps, notamment : que les garçons font davantage de pas que les filles; que la moyenne de pas quotidiens diminue avec l'augmentation de l'âge des enfants; que la participation aux activités physiques et aux sports organisés donne lieu à davantage de pas quotidiens; et qu'il y a un lien entre le nombre de pas quotidiens et le revenu familial.

Au contraire, les relations entre le nombre de pas quotidiens, le niveau de scolarité des parents et le niveau d'activité des parents ne sont pas significatives en 2014-2015, bien que ces relations aient existé dans les années antérieures de l'étude.

INSTITUT CANADIEN DE LA RECHERCHE SUR LA CONDITION PHYSIQUE ET LE MODE DE VIE

201-185 rue Somerset Ouest • Ottawa, ON K2P 0J2 • (613) 233-5528 • info@cflri.ca • <http://www.cflri.ca/>



La protection de ce bulletin a été rendue possible grâce à une contribution financière provenant de Sport Canada et le Conseil interprovincial du sport et des loisirs. Les vues exprimées ne reflètent pas nécessairement les vues des organismes mentionnés ci-dessus.