



Les enfants en jeu!

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

Préférences par rapport à l'intensité de l'activité physique ou du sport

Dans le cadre de l'ÉAPJC (*Étude sur l'activité physique des jeunes au Canada*), l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie examine les niveaux d'activité physique des enfants et des adolescents en utilisant des podomètres pour mesurer le nombre de pas quotidiens. En outre, l'étude explore les facteurs associés à l'activité physique, notamment en posant à un sous-échantillon de parents des questions sur les préférences de leurs enfants par rapport à l'intensité associée aux diverses activités physiques et sportives. Le présent bulletin résume ces résultats par rapport aux caractéristiques de l'enfant, des parents et de la famille.

Dans le sous-échantillon, plus d'un quart des parents (29 %) signalent que leurs enfants préfèrent les activités d'intensité vigoureuse, 30 % indiquent que leurs enfants préfèrent des activités d'intensité moyenne et 38 % disent que leurs enfants aiment autant les *deux* types d'activité. Les derniers 3 % n'aiment aucun des deux types d'activité. Il n'y a pas de différence régionale par rapport à ces préférences.

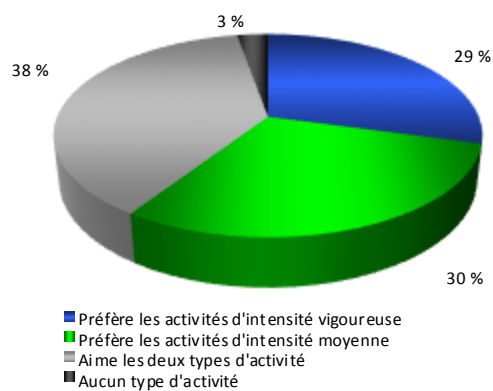
Caractéristiques de l'enfant

La préférence par rapport à l'intensité des activités varie selon le sexe des enfants, c'est-à-dire qu'une plus grande proportion de garçons semblent préférer l'activité physique et le sport d'intensité vigoureuse comparativement aux filles. Par contre, lorsqu'on tient compte de l'âge et du sexe ensemble, cette différence par rapport au sexe apparaît principalement chez les 5 à 10 ans. Dans ce groupe d'âge, relativement plus de jeunes garçons préfèrent les activités d'intensité vigoureuse, alors que relativement plus de filles du même âge préfèrent des activités d'intensité moyenne.

Une plus grande proportion d'enfants qui *font* de l'activité physique ou du sport organisés *préfèrent* des activités d'intensité vigoureuse, alors que ceux qui *ne font pas* d'activité physique organisée sont plus susceptibles de *préférer* des activités d'intensité moyenne.

FIGURE 1

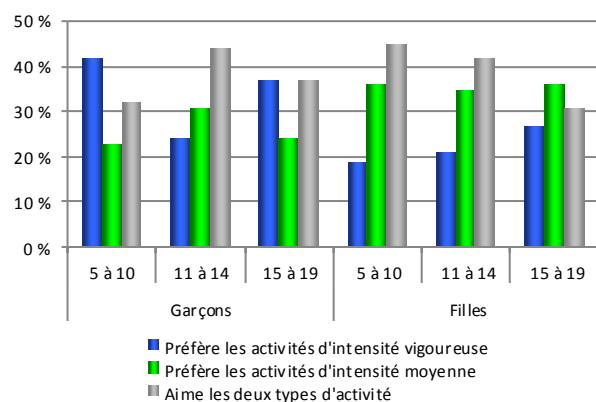
Préférences par rapport à l'intensité des activités



ÉAPJC, 2014-2015, ICRCP

FIGURE 2

Préférences par rapport à l'intensité des activités, selon l'âge et le sexe de l'enfant



ÉAPJC, 2014-2015, ICRCP



Caractéristiques des parents et de la famille

La préférence des enfants pour les activités d'une certaine intensité ne varie pas significativement en fonction des caractéristiques des parents et de la famille.

Principal objectif du programme après l'école selon le nombre de pas quotidiens

En général, il n'y a pas de différence globale significative entre le nombre de pas faits par les enfants qui préfèrent l'activité physique ou le sport d'intensité vigoureuse plutôt que moyenne, ou qui aiment autant les deux types d'activité.

Au moment d'examiner les structures relationnelles entre les caractéristiques des enfants, des parents ou de la famille et les pas faits, ces structures varient jusqu'à un certain point selon les préférences divergentes. Par exemple, il existe des différences relatives à l'âge chez les enfants qui indiquent une préférence pour les activités d'intensité moyenne, mais ces différences ne sont pas significatives pour les enfants qui préfèrent les activités d'intensité vigoureuse ou qui aiment autant les deux types d'activité. Parmi les enfants qui préfèrent les activités d'intensité moyenne ou vigoureuse, les enfants qui font de l'activité physique ou du sport organisés font davantage de pas que ceux qui n'en font pas. Toutefois, il n'y a pas de différence significative chez ceux qui *aiment* autant les deux types d'activités.

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.