



Les enfants en jeu!

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

Activités sédentaires après l'école

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 dans le cadre d'une étude intitulée ÉAPJC (Étude sur l'activité physique des jeunes au Canada). L'ÉAPJC utilise des podomètres pour mesurer le nombre de pas quotidiens. Cette étude explore également d'autres facteurs associés au niveau d'activité physique des enfants et des adolescents, notamment le temps consacré à des activités au cours de la période entre la fin de la journée d'école et le souper. Le présent bulletin explore le temps consacré à des activités sédentaires comme faire ses devoirs et regarder la télévision, lire et jouer à jeux vidéo ou d'ordinateur. Les résultats de ce bulletin reflètent les données recueillies pendant la période de deux ans de 2014 à 2016.

Selon les plus récentes données de l'ÉAPJC, la majorité des enfants et des adolescents canadiens (âgés de 5 à 19 ans) consacrent du temps après l'école à des activités sédentaires comme faire des devoirs (67 %) ou regarder la télévision, lire, jouer à des jeux vidéo ou d'ordinateur (77 %).

Canada et régions

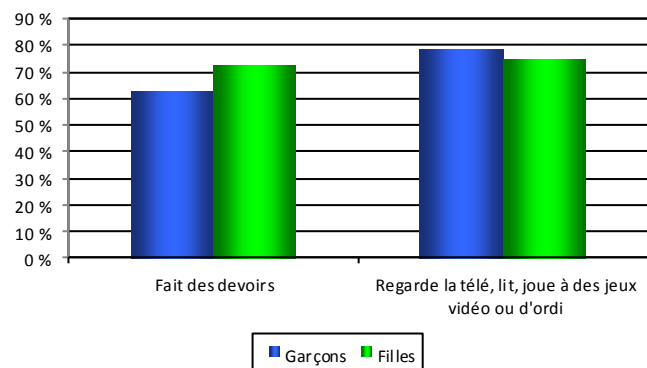
Il n'y a généralement pas de différence régionale par rapport à la proportion d'enfants qui font leurs devoirs ou qui s'adonnent à d'autres activités sédentaires comme regarder la télévision, lire ou jouer à des jeux vidéo ou d'ordinateur, à une exception près. Les enfants et les adolescents qui vivent en Saskatchewan sont moins susceptibles que la moyenne d'indiquer faire des devoirs après l'école.

Caractéristiques de l'enfant

Les garçons et les filles sont aussi susceptibles les uns que les autres de passer du temps à regarder la télévision, à lire et à jouer à des jeux vidéo ou d'ordinateur. Les filles sont, toutefois, plus susceptibles que les garçons d'indiquer faire leurs devoirs pendant cette période. Comparativement aux 11 à 19 ans, relativement peu d'enfants âgés de 5 à 10 ans font des devoirs. Cette tendance est significative chez les filles,

FIGURE 1

Activités sédentaires après l'école selon le genre



ÉAPJC, 2014-2016, ICRCP

alors que chez les garçons âgés de 5 à 10 ans sont moins susceptibles d'indiquer faire des devoirs comparativement aux garçons âgés de 11 à 14 ans, mais ils ne se démarquent pas significativement des garçons de 15 à 19 ans.

Caractéristiques des parents et de la famille

Il n'y a pas de différence significative par rapport aux caractéristiques des parents ou de la famille chez les enfants qui font des devoirs ou qui regardent la télévision, lisent ou jouent à des jeux vidéo ou d'ordinateur pendant la période après l'école.

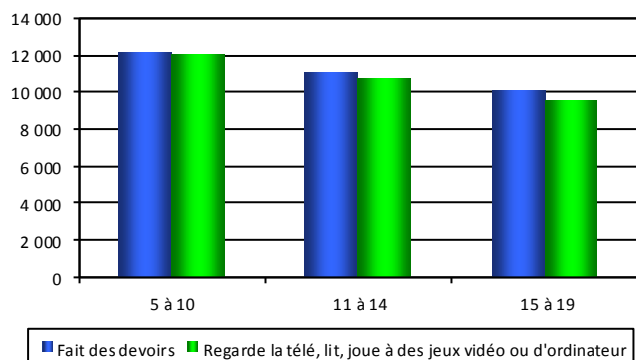
Participation à des activités sédentaires selon le nombre de pas quotidiens

Il n'y a pas de différence significative dans le nombre de pas entre ceux qui font leurs devoirs ou ceux qui regardent la télévision, qui lisent, ou qui jouent à des jeux vidéo ou d'ordinateur pendant la période après l'école et ceux qui ne le font pas. En outre, ce manque de différence dans le nombre de pas est stable sans égard aux caractéristiques de l'enfant, des parents et de la famille.



FIGURE 2

Activités sédentaires après l'école selon le nombre de pas et l'âge de l'enfant



Chez les enfants qui regardent la télévision, qui lisent ou qui jouent à des jeux vidéo ou d'ordinateur après l'école, les garçons et les enfants âgés de 5 à 10 ans font davantage de pas que les filles et les enfants âgés de 11 à 14 ans, respectivement.

Il n'y a pas de différence dans le nombre de pas selon le genre chez ceux qui ne s'adonnent pas à ces types d'activités après l'école. Il existe une différence reliée à l'âge dans le nombre de pas chez les enfants qui ne font pas ces activités après l'école, où les jeunes enfants (âgés de 5 à 10 ans) font davantage de pas que les adolescents plus âgés (de 15 à 19 ans). Chez les enfants qui s'adonnent à ces types d'activités sédentaires, ceux qui font de l'activité physique ou du sport organisés dans l'ensemble (pas seulement pendant la période après l'école) font davantage de pas que les enfants qui n'en font pas. Les enfants qui vivent dans les provinces de l'Atlantique et qui regardent la télévision, lisent ou jouent à des jeux vidéo ou d'ordinateur après l'école, font moins de pas que la moyenne nationale. En outre, des différences apparaissent aussi en fonction du niveau de scolarité des parents et du revenu familial chez les enfants et les adolescents qui s'adonnent à ces types d'activités après l'école. Il n'y a pas de différence significative selon le niveau de scolarité des parents, le revenu familial et la région chez les enfants qui ne s'adonnent pas à ces types d'activités sédentaires après l'école.

ÉAPJC, 2014-2016, ICRCP

Le schéma des données à l'intérieur des facteurs démographiques peut également être examiné afin de voir si la tendance générale est la même entre ceux qui font des devoirs et ceux qui n'en font pas. Chez ceux qui font des devoirs après l'école, les garçons font davantage de pas que les filles. Il n'y a, toutefois, aucune différence significative dans le nombre de pas selon le genre chez ceux qui ne font pas de devoirs pendant cette période. Une tendance semblable est observée selon l'âge pour les enfants qui font des devoirs et ceux qui n'en font pas, alors que les jeunes enfants (âgés de 5 à 10 ans) font davantage de pas que les enfants plus vieux. Chez les enfants et les adolescents qui font des devoirs après l'école, ceux dont les parents ont un diplôme d'études universitaires ou dont le revenu familial est dans les plus élevés ($\geq 100\ 000$ \$ par année) font davantage de pas que les enfants dont les parents ont un diplôme d'études collégiales ou dont le revenu familial est plus faible (de 20 000 \$ à 29 999 \$ par année), respectivement. Il n'y a pas de différence significative dans le nombre de pas selon le niveau de scolarité des parents et le revenu familial chez les enfants qui ne s'adonnent pas à ce type d'activités après l'école.

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 mentionné ci-dessus.