



# 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 en Ontario

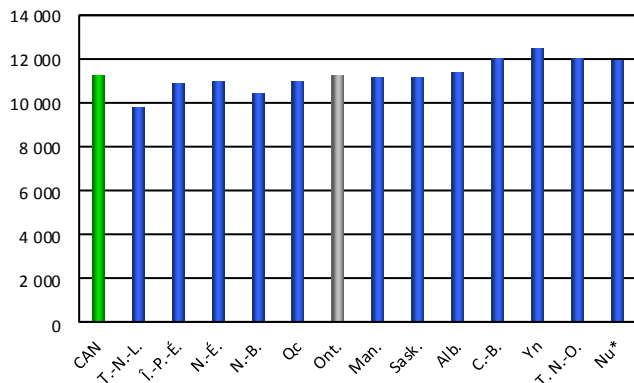
Dans le cadre de l'Étude sur l'activité physique des jeunes au Canada (ÉAPJC), l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie examine les niveaux d'activité physique des enfants et des adolescents en utilisant des podomètres pour mesurer le nombre de pas quotidiens. L'Étude a recueilli des données entre 2005 et 2016. Bien que la plupart des analyses du présent bulletin soient axées sur des données combinées au cours des années 9 et 10 (2014-2016), certaines analyses reflètent des tendances au fil des ans, à moins d'indications contraires.

### Le Canada et les régions

Selon les données les plus récentes (années 2014 à 2016), l'ÉAPJC révèle que les enfants canadiens (âgés de 5 à 19 ans) font en moyenne approximativement 11 300 pas par jour. Les enfants et les adolescents vivant en Ontario font un nombre semblable de pas (environ 11 300 pas en moyenne) comparativement à la moyenne nationale.

FIGURE 1

Moyenne de pas quotidiens faits par les enfants et les adolescents selon la province et le territoire



\*Selon les données de 2011-2014 en raison de la taille de l'échantillon de 2014-2016  
ÉAPJC, 2014-2016, ICRCP

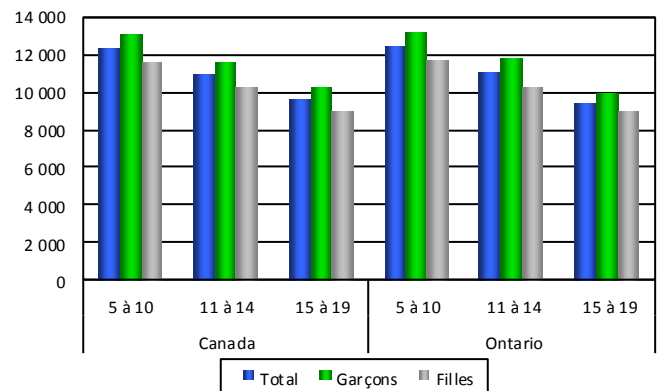
Comparativement aux autres régions dans le pays au cours de cette période, les enfants et les adolescents vivant en Ontario font davantage de pas que les enfants et les adolescents vivant à Terre-Neuve-et-Labrador et au Nouveau-Brunswick, mais moins de pas que ceux qui vivent en Colombie-Britannique et au Yukon.

### Caractéristiques des enfants et des parents

Selon les données les plus récentes, les garçons font significativement plus de pas en moyenne que les filles au Canada. Dans le même ordre d'idées, les garçons font également davantage de pas en moyenne que les filles au cours de cette période en Ontario.

FIGURE 2

Moyenne de pas quotidiens faits par les enfants et les adolescents selon l'âge et le genre de l'enfant, Canada et Ontario



ÉAPJC, 2014-2016, ICRCP

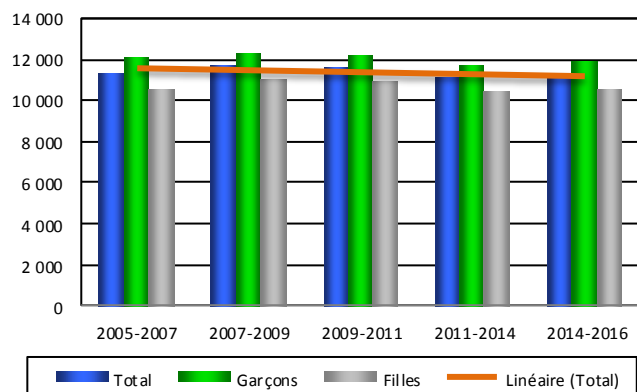
Au Canada, le nombre moyen de pas quotidiens diminue avec l'âge de l'enfant, et cette relation est semblable à la tendance observée dans cette province. Au Canada et dans la province, les enfants et les adolescents qui font de l'activité physique et du sport organisés font davantage de pas en moyenne que ceux qui n'en font pas.



Il existe des liens significatifs entre le nombre de pas moyen faits chaque jour et le niveau de scolarité des parents ainsi que le revenu familial à l'échelle nationale, et une relation quelque peu semblable apparaît dans la province entre 2014 et 2016. Il existe un lien significatif entre le niveau d'activité des parents et le nombre moyen de pas faits par les enfants à l'échelle nationale et provinciale, bien que ce lien varie légèrement. À l'échelle nationale, les enfants et les adolescents dont les parents s'estiment considérablement plus actifs que leurs pairs du même âge et du même genre font davantage de pas en moyenne que ceux dont les parents s'estiment moins actifs. En Ontario, les enfants et les adolescents dont les parents s'estiment légèrement plus actifs ou tout juste aussi actifs que leurs pairs font davantage de pas en moyenne que ceux dont les parents s'estiment considérablement moins actifs.

FIGURE 3

Moyenne de pas quotidiens faits par les enfants et les adolescents dans le temps, Ontario



ÉAPJC, 2005-2016, ICRC

### Tendance dans le temps

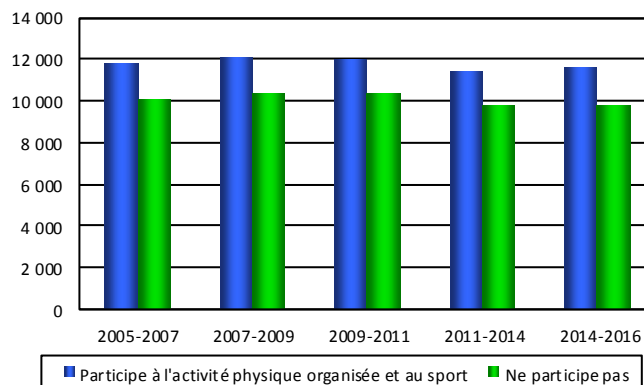
En Ontario, il n'y a pas eu de différences significatives dans l'ensemble par rapport au nombre de pas faits en 2014-2016, comparativement au nombre de pas faits au cours de toutes les périodes de l'étude de la décennie précédente. Malgré l'absence de différences dans l'ensemble, il existe certaines différences entre des groupes particuliers dans le temps. En particulier, il y a une légère diminution du nombre de pas entre 2014 et 2016 et les années de 2007 à 2009 de l'étude chez les enfants de 11 ans et plus, les enfants et les adolescents dont les parents ont un diplôme d'études collégiales et ceux dont le revenu familial est le plus élevé.

Au Canada, le lien entre le nombre de pas et le genre a persisté dans le temps, et cette même tendance est également demeurée constante dans le temps en Ontario. La relation inverse entre la diminution du nombre de pas et l'augmentation de l'âge a persisté à l'échelle nationale et de manière générale, dans la province, au cours de la décennie précédente. Le lien entre le nombre de pas et la participation à l'activité physique et au sport organisés, selon lequel ceux qui font de l'activité physique et du sport organisés font en moyenne davantage de pas que ceux qui n'en font pas, a persisté dans le temps à l'échelle nationale et dans la province.

Des liens significatifs entre le nombre moyen de pas faits et le niveau de d'activité et le scolarité des parents ont été moins constants dans le temps en Ontario. Pour toutes les années de l'étude, sauf une, le lien entre le nombre moyen de pas et le revenu familial est resté quelque peu constant dans le temps; en général, les enfants et les adolescents dont le revenu familial est le plus élevé font davantage de pas en moyenne que ceux dont le revenu familial est plus faible (p. ex. de 20 000 \$ à 29 999 \$ par année).

FIGURE 4

Moyenne de pas quotidiens faits par les enfants et les adolescents qui font de l'activité physique et du sport organisés dans le temps, Ontario



ÉAPJC, 2005-2016, ICRC

## 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.