



Série en vedette

Le sport, l'activité physique et les loisirs en point de mire

Pratique du sport chez les enfants et les adolescents

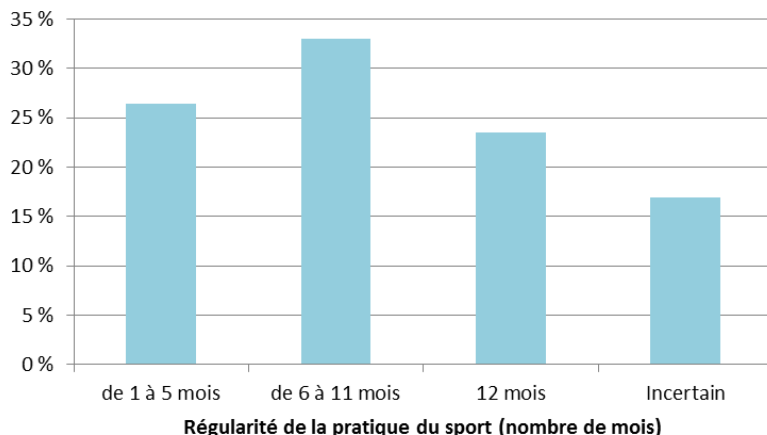
Les taux de participation au sport chez les enfants et les adolescents, âgés de 5 à 17 ans, ont augmenté considérablement en 2022 comparativement au niveau record de 44 % en 2021 pendant la pandémie.

Selon l'Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5-17 ans de 2022 de l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, 68 % des enfants et des adolescents canadiens ont fait du sport au cours de l'année précédant l'enquête. Cela représente une hausse considérable depuis les 44 % notés au sommet de la pandémie en 2021. Dans le présent résumé, on entend par « sport » les activités physiques qui sous-entendent de la compétition, des règles et le développement de compétences particulières. Étant donné que ce pourcentage est relativement élevé en 2022, on entend par « participation », la prise en compte de la régularité de la participation (mois par année) et de la fréquence de la participation (fois par semaine) afin de distinguer les participants réguliers de ceux qui ne participent pas très souvent.

Plus de la moitié des enfants et des adolescents qui ont fait du sport l'ont fait pendant au moins la moitié de l'année.

Près du quart (24 %) des enfants et des adolescents qui ont fait du sport l'ont fait chaque mois de l'année, alors que 33 % ont fait du sport de six à onze mois de l'année. Un autre 26 % ont fait du sport pendant moins de six mois de l'année. Un pourcentage considérable de parents (17 %) n'étaient pas certains de la régularité à laquelle leur enfant avait fait du sport pendant l'année.

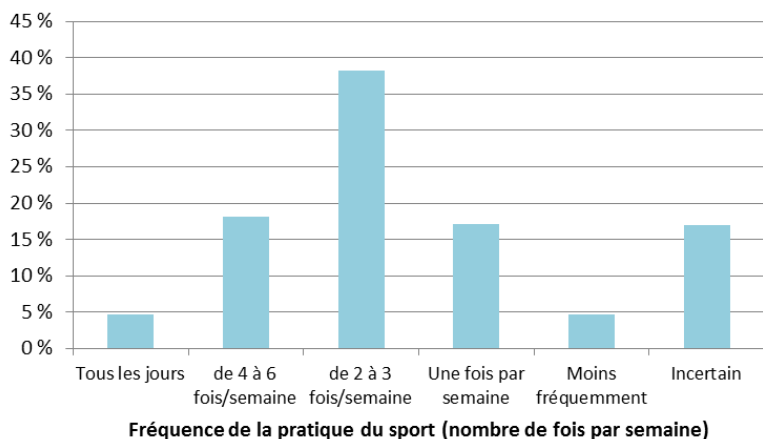
Figure 1 : Régularité de la pratique du sport (nombre de mois par année) chez les enfants et les adolescents, âgés de 5 à 17 ans



Source : ICRC, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

On a également demandé aux parents à quelle *fréquence* leur enfant faisait du sport chaque semaine, pendant les mois au cours desquels il en a fait. Près du quart (23 %) des répondants ont indiqué que leur enfant faisait du sport très régulièrement, au moins quatre fois par semaine, et un pourcentage de 38 % ont indiqué deux à trois fois par semaine. Dix-sept pour cent des parents ont indiqué que leur enfant faisait du sport une fois par semaine. Très peu (5 %) d'adultes ont indiqué que leur enfant pratiquant un sport moins souvent et à une fréquence variable selon le mois ou la saison. En ce qui concerne la régularité, 17% des parents ne sont pas certains de la fréquence à laquelle leur enfant pratique un sport.

Figure 2 : Fréquence de la pratique du sport (nombre de fois par semaine) chez les enfants et les adolescents

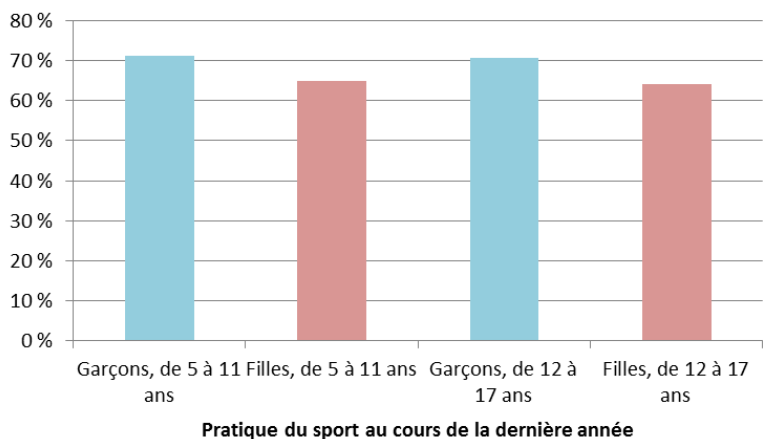


Source : ICRCP, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

Un pourcentage plus élevé de garçons ont fait du sport comparativement aux filles du même âge.

Il est intéressant de noter qu'il n'y a pas de différence significative dans la pratique du sport entre les enfants (de 5 à 11 ans, 68 %) et les adolescents (de 12 à 17 ans, 67 %). Il existe toutefois des différences selon le genre : un pourcentage plus élevé de garçons (71 %) que de filles (64 %) ont déclaré avoir fait du sport au cours de la dernière année. Lorsque l'on examine l'âge et le genre de l'enfant ensemble, les filles âgées de 12 à 17 ans sont moins susceptibles d'avoir fait du sport au cours de l'année que les jeunes garçons (âgés de 5 à 11 ans), mais à part cette constatation, il n'y a pas d'autres différences statistiques significatives au sein des catégories d'âge et de genre.

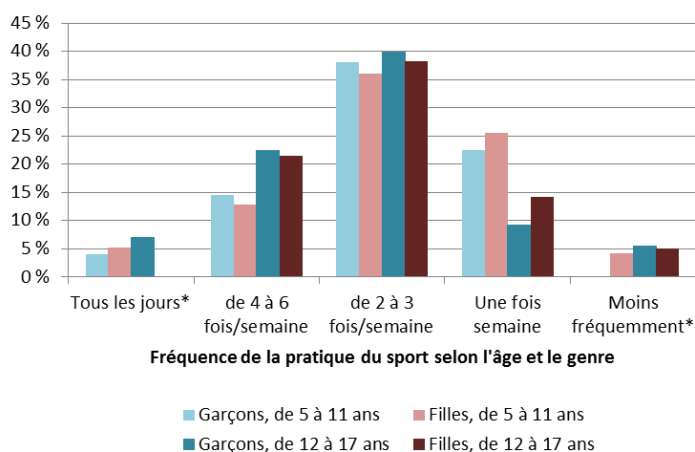
Figure 3 : Pratique du sport chez les enfants et les adolescents, selon l'âge et le genre de l'enfant



Source : ICRCP, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

Il est intéressant de noter que le nombre de mois de pratique sportive ne varie pas de manière significative en fonction de l'âge ou du genre de l'enfant, mais que la fréquence hebdomadaire varie en fonction de l'âge. Un pourcentage plus élevé d'adolescents (âgés de 12 à 17 ans) a déclaré avoir fait du sport entre quatre et six fois par semaine par rapport aux enfants (22 % des adolescents contre 14 % des enfants), tandis qu'un pourcentage plus élevé d'enfants (âgés de 5 à 11 ans) a fait du sport une fois par semaine par rapport aux adolescents (24 % contre 11 %, respectivement). Lorsque l'âge de l'enfant est examiné en fonction du genre, les adolescents sont plus susceptibles que les enfants d'avoir fait du sport quatre à six fois par semaine, tant pour les garçons que pour les filles, tandis qu'un pourcentage plus élevé d'enfants (filles et garçons) déclarent avoir fait du sport une fois par semaine.

Figure 4 : Fréquence de la pratique du sport (nombre de fois par semaine) des enfants et des adolescents, selon l'âge et le genre



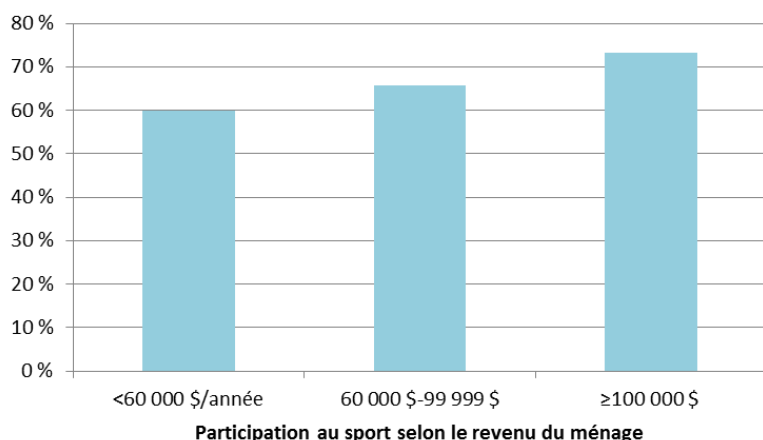
*Données supprimées en raison de la taille de la cellule.

Source : ICRCP, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

La pratique du sport varie selon la situation socioéconomique, notamment, par rapport au revenu du ménage et au niveau de scolarité des parents.

La pratique sportive des enfants et des adolescents a augmenté avec le revenu du ménage, 60 % des enfants et des adolescents dans des ménages à faible revenu (<60 000 \$ par année) ayant déclaré avoir fait du sport au cours de l'année écoulée, contre 73 % de ceux vivant dans des ménages à revenu plus élevé (≥100 000 \$ par an). Un pourcentage plus élevé de parents ayant fait des études universitaires (72 %) ont indiqué que leur enfant avait fait du sport au cours de l'année, contre 64 % des parents ayant fait des études collégiales et 61 % des parents ayant fait des études secondaires. Il n'y a pas de différences dans les taux de participation sportive des enfants et des adolescents selon que le parent a immigré ou non, et selon le temps écoulé depuis que les parents ont immigré au pays.

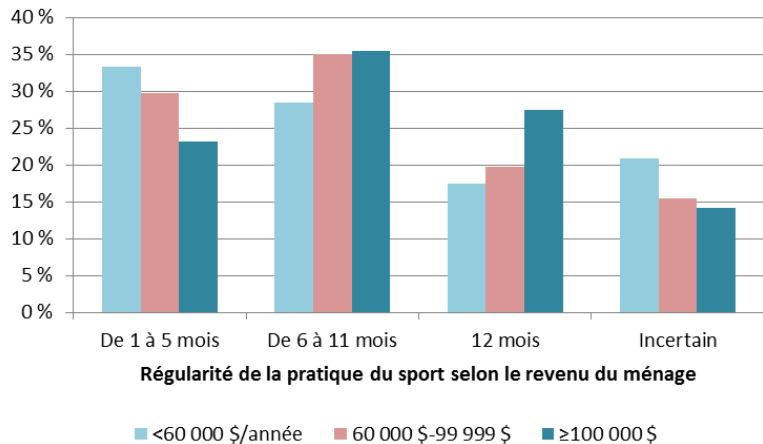
Figure 5 : Pratique du sport chez les enfants et les adolescents, âgés de 5 à 17 ans, selon le revenu du ménage



Source : ICRC, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

Des différences significatives ont été observées dans le nombre de mois de participation en fonction du revenu du ménage. Un pourcentage plus élevé d'enfants et d'adolescents vivant dans des ménages à faible revenu (<60 000 \$ par an) ont déclaré que leur enfant avait participé pendant un à cinq mois par année, par rapport à ceux vivant dans des ménages à revenu élevé (≥100 000 \$ par année), alors que les enfants vivant dans des ménages à revenu élevé étaient les plus susceptibles d'avoir fait du sport toute l'année.

Figure 6 : Régularité de la pratique du sport chez les enfants et les adolescents, âgés de 5 à 17 ans, selon le revenu du ménage



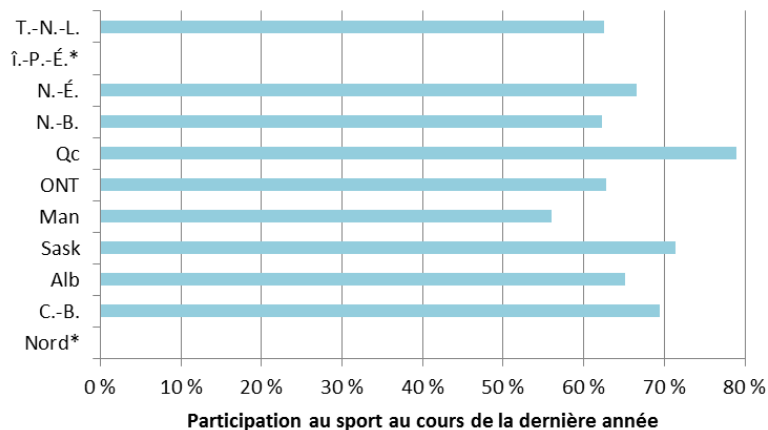
Source : ICRC, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

Il existe très peu de différences géographiques significatives entre les taux de participation au sport.

Bien qu'il y ait de très légères différences dans la participation au sport selon la taille de la collectivité, cette relation n'est pas statistiquement significative (73 % des enfants et des adolescents vivant dans des collectivités de moins de 10 000 résidents, comparativement à 66 % de ceux vivant dans des collectivités de ≥100 000 résidents). Comparativement à la moyenne canadienne (68 %), un pourcentage plus élevé d'enfants et d'adolescents vivant au Québec (79 %) ont fait du sport au cours de l'année précédente, alors que moins de parents (56 %) vivant au Manitoba ont déclaré avoir fait du sport au cours de l'année précédente.

Les parents qui vivent au Québec étaient les moins susceptibles d'indiquer que leur enfant faisait du sport d'un à cinq mois par année, et ils étaient plus susceptibles d'indiquer une participation pendant toute l'année, comparativement à la moyenne nationale.

Figure 7 : Pratique du sport chez les enfants et les adolescents, âgés de 5 à 17 ans, selon la région



*Données supprimées en raison de la taille de la cellule.

Source : ICRC, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

La nature de la participation au sport

Le soccer est le sport le plus pratiqué chez les adeptes de sport de 5 à 17 ans au Canada.

Dans le cadre de l'enquête, les parents ont également eu la possibilité de décrire les types de sport auxquels leurs enfants s'adonnent plus fréquemment. Parmi les quinze activités sportives les plus pratiquées par les enfants de 5 à 17 ans, le soccer arrive en tête avec 28 % des participants, suivi du basketball (17 %), du hockey ou de la ringuette (16 %) et des activités aquatiques comme la natation, le plongeon ou le water-polo. Moins de 10 % ont nommé d'autres activités comme la balle molle ou le baseball (9 %, y compris d'autres formes telles que le T-Ball), la course à pied, le jogging, la randonnée (8 %), le volley-ball (7 %), les activités liées au vélo (7 %, y compris le cyclisme, le cardiovélo, le vélo de montagne, par exemple), les arts martiaux (6 %), la danse (6 %), le badminton (6 %), la gymnastique (5 %), les sports de raquette (5 %, dont le tennis, le squash, le racquetball), le football ou le rugby (5 %) et le patin sur glace (4 %, dont le patinage artistique, le patinage de vitesse).

Tableau 1 : Les 15 premiers sports identifiés chez les enfants et les adolescents de 5 à 17 ans

Classement	Activité	Pourcent
1	Soccer	28 %
2	Basketball	17 %
3	Hockey, ringuette	16 %
4	Activités aquatiques (p. ex. natation, plongeon)	16 %
5	Balle molle, baseball	9 %
6	Course, jogging, randonnée	8 %
7	Volleyball	7 %
8	Activités liées au vélo	7 %
9	Arts martiaux	6 %
10	Danse	6 %

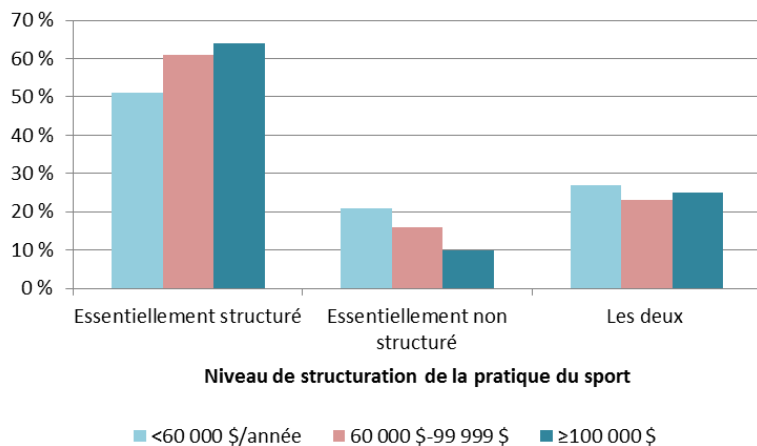
11	Badminton	6 %
12	Gymnastique	5 %
13	Sports de raquettes (p. ex. tennis, squash)	5 %
14	Football, rugby	5 %
15	Patin sur glace (p. ex. de fantasia, artistique, de vitesse)	4 %

Source : ICRC, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

La plupart des enfants et des adolescents s'adonnent à leur sport dans un environnement structuré.

La plupart des parents (61 %) ont indiqué que lorsque leur enfant pratiquait un sport, il le faisait principalement dans un environnement structuré, tandis que 14 % ont indiqué qu'il le faisait principalement dans un environnement non structuré et 25 % ont indiqué qu'il pratiquait dans les deux types d'environnement. Ces pourcentages ne diffèrent pas de manière significative selon le groupe d'âge, le genre ou la taille de la collectivité. Il existe toutefois une relation significative entre la participation au niveau de structure de l'environnement et le revenu du ménage ; en particulier, un pourcentage plus faible d'enfants et d'adolescents vivant dans les ménages aux revenus les plus faibles (51 % de ceux vivant dans des ménages avec <60 000 \$ par année) ont déclaré participer principalement à un environnement structuré, contre 64% de ceux vivant dans les ménages aux revenus les plus élevés (≥100 000 \$ par année). Par rapport à la moyenne nationale, un pourcentage plus élevé de parents vivant en Saskatchewan et en Alberta ont indiqué que leur enfant participait principalement dans un environnement structuré. En revanche, moins de parents vivant au Québec ont déclaré que leur enfant évoluait principalement dans un environnement structuré, mais relativement plus de parents de cette province ont déclaré que leur enfant évoluait principalement dans un environnement non structuré, par rapport à la moyenne canadienne.

Figure 8 : Niveau de structuration de la pratique du sport selon le revenu du ménage

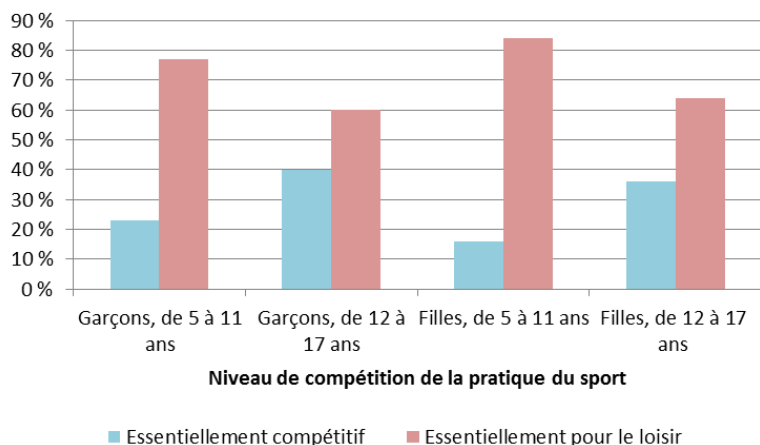


Source : ICRC, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

En outre, il a été demandé aux parents si leur enfant pratiquait le sport principalement pour la compétition ou pour le loisir. La plupart des enfants et des adolescents (70 %) ont participé principalement dans un environnement récréatif, tandis que 30 % ont déclaré avoir participé dans un environnement principalement compétitif. Bien qu'il n'y ait pas de différence significative dans la participation sportive dans ces types d'environnement selon le genre de l'enfant, il y a des différences considérables selon l'âge de l'enfant. Par exemple, 80 % des jeunes enfants (âgés de 5 à 11 ans) ont participé à un environnement principalement récréatif, contre 62 % des adolescents de 12 à 17 ans. Inversement, presque deux fois plus d'adolescents ont

participé dans un environnement principalement compétitif (38 %) par rapport aux enfants plus jeunes, âgés de 5 à 11 ans (20 %). Ces différences liées à l'âge se retrouvent aussi bien chez les garçons que chez les filles.

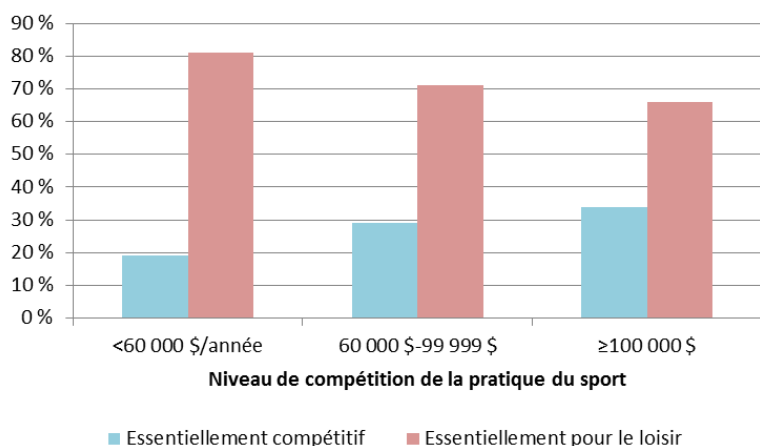
Figure 9 : Niveau de compétition de la pratique du sport, selon l'âge et le genre de l'enfant



Source : ICRC, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

La pratique du sport dans un environnement principalement compétitif varie en fonction du revenu du ménage. Près d'un enfant ou d'un adolescent sur cinq (19 %) vivant dans un ménage à faible revenu (revenu inférieur à 60 000 \$ par année) a pratiqué un sport principalement dans un environnement compétitif, contre 34 % de ceux vivant dans un ménage à revenu plus élevé (revenu \geq 100 000 \$ par année). D'autre part, 81 % des enfants et des adolescents vivant dans les ménages aux revenus les plus faibles ont fait du sport dans un environnement principalement récréatif, contre 66 % de ceux vivant dans les ménages aux revenus les plus élevés. Il n'y avait pas de différence significative dans le niveau de compétition selon la taille de la collectivité. Parmi les enfants et les adolescents vivant au Québec, un pourcentage plus élevé a participé à un environnement récréatif (79 %) et moins à un environnement compétitif (21 %) par rapport à la moyenne nationale (70 % et 30 %, respectivement).

Figure 10 : Niveau de compétition de la pratique du sport chez les enfants et les adolescents, âgés de 5 à 17 ans, selon le revenu du ménage

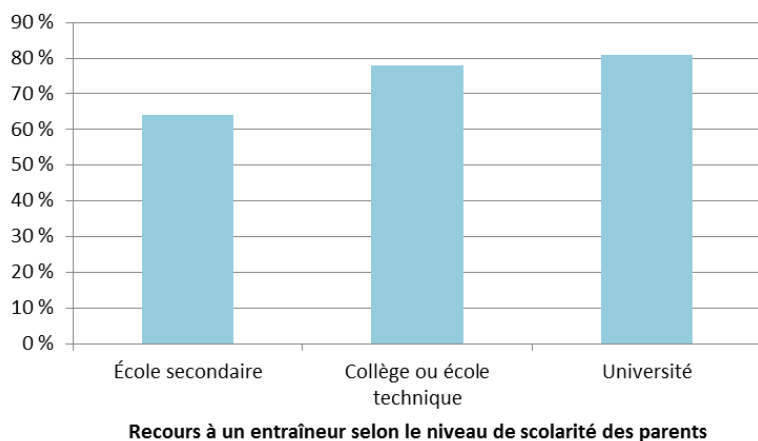


Source : ICRC, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

La plupart des enfants qui ont fait du sport ont eu recours aux soutiens offerts, comme l'aide d'un entraîneur ou l'entraînement.

L'enquête a également porté sur le recours à un entraîneur pour le sport et sur le fait que l'enfant s'entraîne ou non pour faire du sport. La plupart des parents (78 %) ont indiqué que leur enfant avait recours à un entraîneur. Bien qu'il n'y ait pas de différences dans le recours à un entraîneur en fonction de l'âge de l'enfant, il y a de légères différences en fonction du genre; un plus grand pourcentage de garçons (80 %) ont utilisé les services d'un entraîneur par rapport aux filles (75 %). Le recours déclaré à un entraîneur, cependant, augmente considérablement avec le revenu du ménage ; 69% des enfants et des adolescents vivant dans des ménages à faible revenu (<60 000 \$ par année) ont eu recours à un entraîneur pour le sport contre 82% de ceux vivant dans des ménages à revenu plus élevé (≥100 000 \$ par année). Un pourcentage plus élevé de parents ayant fait des études postsecondaires ont déclaré que leur enfant avait recours à un entraîneur pour le sport, par rapport aux parents ayant fait des études secondaires. Bien qu'il n'y ait pas de différence dans l'utilisation d'un entraîneur en fonction de la taille de la collectivité, il y a quelques différences entre les provinces ; plus précisément, par rapport à la moyenne nationale, relativement moins d'enfants et d'adolescents vivant au Québec ont déclaré utiliser un entraîneur, tandis que relativement plus d'enfants et d'adolescents vivant en Alberta ont déclaré utiliser un entraîneur.

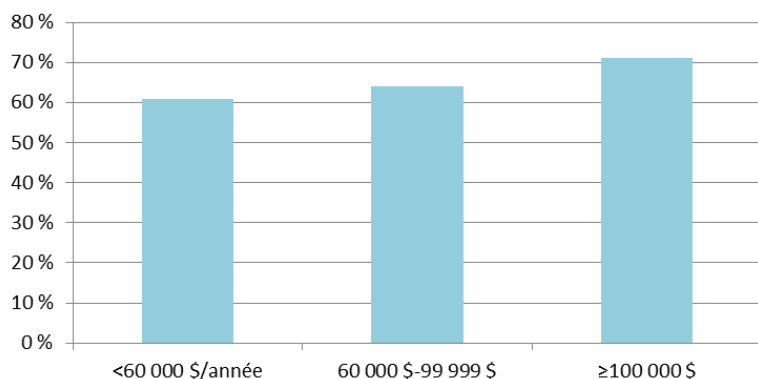
Figure 11 : Recours à un entraîneur sportif pour les enfants et les adolescents, âgés de 5 à 17 ans, selon le niveau de scolarité des parents



Source : ICRCP, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

En ce qui concerne l'entraînement sportif, 67 % des enfants et des adolescents âgés de 5 à 17 ans ont déclaré s'être entraînés. Malgré l'absence de différences entre les genres, un pourcentage plus élevé d'adolescents (72 %, âgés de 12 à 17 ans) s'est entraîné par rapport à leurs pairs plus jeunes (61 %, âgés de 5 à 12 ans). Comme pour l'entraînement, le pourcentage d'enfants et d'adolescents qui s'entraînaient pour leur sport augmentait avec le revenu du ménage; 61 % des enfants et des adolescents vivant dans des ménages à faible revenu s'entraînaient, contre 71 % de ceux vivant dans des ménages à revenu plus élevé. Par rapport à la moyenne nationale, relativement moins d'enfants et d'adolescents vivant au Québec se sont entraînés pour leur sport (60 % au Québec contre 67 % au Canada). Il n'y avait cependant pas de différence significative en fonction de la taille de la collectivité.

Figure 12 : Recours à l'entraînement dans le sport pour les enfants et les adolescents selon le revenu du ménage



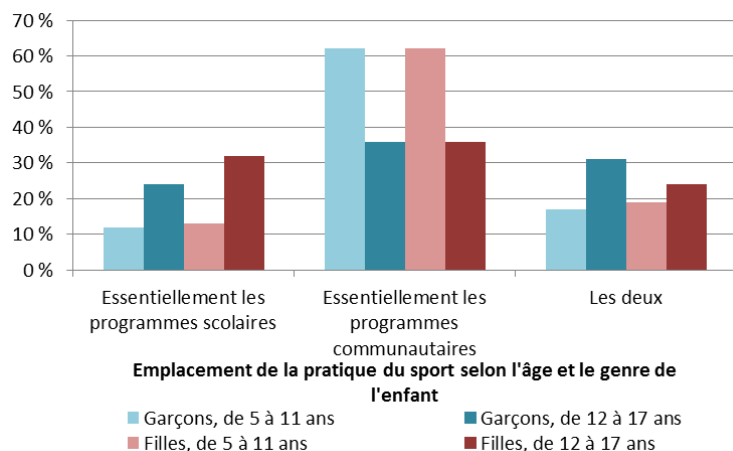
Recours à l'entraînement dans le sport pour les enfants et les adolescents, selon le revenu du ménage

Source : ICRCP, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

De nombreux enfants et adolescents qui ont fait du sport l'ont fait dans le cadre de programmes communautaires, mais cela dépend de certains facteurs importants.

L'absence de certaines différences significatives dans la pratique du sport, et dans certains cas l'apparence de différences, peuvent s'expliquer dans une certaine mesure par l'endroit où les enfants et les adolescents ont davantage accès aux occasions de faire du sport. Dans le cadre de l'enquête, on a donc demandé aux parents où les enfants faisaient du sport – dans le cadre des programmes scolaires ou communautaires. Près de la moitié des parents (48 %) ont indiqué que leur enfant faisait le plus souvent du sport dans le cadre de programmes communautaires, 21 % dans le cadre de programmes scolaires et 23 % dans les deux cas. Un pourcentage non négligeable de parents (8 %) n'était pas certain de l'endroit où leur enfant faisait du sport le plus souvent. Bien qu'il n'y ait pas de différence significative entre les genres, le lieu de pratique du sport varie considérablement en fonction de l'âge de l'enfant. En ce qui concerne les programmes scolaires, 28 % des adolescents de 12 à 17 ans ont déclaré avoir fait du sport dans ce cadre, contre 12 % des enfants de 5 à 11 ans. Inversement, 62 % des enfants de 5 à 11 ans ont fait du sport dans le cadre de programmes communautaires, contre 36 % des adolescents de 12 à 17 ans. Ces relations avec l'âge s'appliquent aussi bien aux filles qu'aux garçons. Les facteurs socioéconomiques sont également associés à l'endroit où le sport est le plus pratiqué. Par exemple, 28 % des enfants et des adolescents vivant dans des ménages à faible revenu (<60 000 \$ par année) ont fait du sport dans le cadre de programmes scolaires, contre 18 % de ceux qui vivent dans des ménages à revenu élevé (≥100 000 \$ par année). Au contraire, 36 % des enfants et des adolescents vivant dans des ménages à faible revenu ont fait du sport dans le cadre de programmes communautaires, contre 53 % des enfants et des adolescents vivant dans des ménages à revenu élevé. Bien qu'il n'y ait pas de différence significative selon la taille de la collectivité, il y a une différence significative selon la province; relativement moins d'enfants et d'adolescents vivant au Québec ont déclaré avoir fait du sport le plus souvent dans le cadre d'un programme communautaire, comparativement à la moyenne canadienne.

Figure 13 : Emplacement de la pratique du sport des enfants et des adolescents selon l'âge et le genre de l'enfant



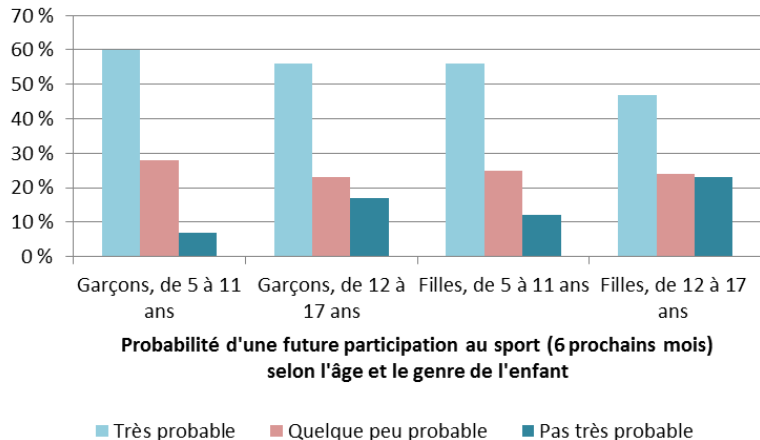
Source : ICRCP, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

De nombreux parents ont indiqué qu'ils s'attendaient à ce que leur enfant fasse du sport au cours des six prochains mois, mais la réponse variait en fonction d'importants facteurs comme l'âge, le genre et la situation socioéconomique.

Les parents ont également été interrogés sur leur perception de la probabilité que leur enfant fasse du sport dans les six mois suivant l'enquête. Plus de la moitié (55 %) des parents ont déclaré qu'il était très probable que leur enfant fasse du sport au cours des six prochains mois, et 25 % ont indiqué qu'il était assez probable. Moins d'un parent sur cinq (15 %) a déclaré qu'il n'était pas très probable que son enfant fasse du sport au cours des six prochains mois, tandis que 5 % des parents étaient incertains. Selon les parents, un pourcentage légèrement plus élevé de jeunes enfants (58 % des enfants âgés de 5 à 11 ans) participeraient très probablement à un sport au cours des six prochains mois, contre 51 % des adolescents (âgés de 12 à 17 ans). Inversement, un pourcentage plus élevé d'adolescents (20 %) ne sont pas très susceptibles de faire du sport dans les six mois, comparativement à 10 % des enfants âgés de 5 à 11 ans. Un pourcentage plus élevé de garçons (58 %) que de filles (51 %) se déclarent très susceptibles de faire du sport au cours des six prochains mois, tandis qu'un pourcentage plus élevé de filles que de garçons ne sont pas très susceptibles de faire du sport (18 % contre 12 %, respectivement). Si l'on considère l'âge et le genre combinés, les filles âgées de 12 à 17 ans sont les moins susceptibles de faire du sport au cours des six prochains mois ; c'est-à-dire qu'un pourcentage plus élevé de parents de filles âgées de 12 à 17 ans ont déclaré qu'il était peu probable qu'elles fassent du sport au cours des six prochains mois, comparativement aux parents de filles plus jeunes et aux parents de garçons de tous âges.

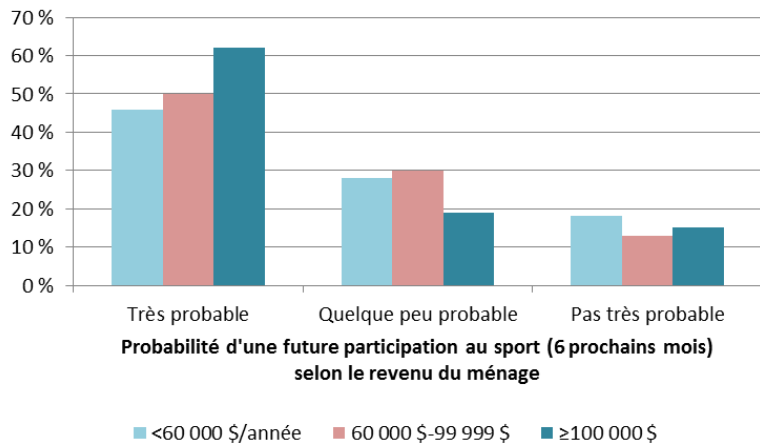
La probabilité de faire du sport dans les six mois à venir varie en fonction de facteurs socioéconomiques, et plus particulièrement le revenu du ménage. Selon les parents, le pourcentage d'enfants et d'adolescents très susceptibles de faire du sport au cours des six prochains mois augmente avec le revenu du ménage, passant de 46 % des parents vivant dans les ménages aux revenus les plus faibles (<60 000 \$ par année) à 62 % de ceux des ménages aux revenus les plus élevés (≥100 000 \$ par année). En ce qui concerne les considérations géographiques, un pourcentage plus faible de parents vivant au Manitoba ont indiqué que leur enfant participerait très probablement à des activités sportives au cours des six prochains mois, comparativement à la moyenne, alors qu'un pourcentage plus élevé d'enfants et d'adolescents vivant au Québec ont fait cette déclaration. Un pourcentage plus élevé d'enfants et d'adolescents vivant au Nouveau-Brunswick n'étaient pas très susceptibles de faire du sport par rapport à la moyenne nationale.

Figure 14: Probabilité d'une future participation au sport par les enfants et les adolescents, selon l'âge et le genre de l'enfant



Source : ICRCP, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022

Figure 15 : Probabilité d'une future participation au sport des enfants et des adolescents selon le revenu du ménage



Source : ICRCP, Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5 à 17 ans de 2022



Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie

230-2733, chemin Lancaster
Ottawa ON K1B 0A9

613-233-5528
www.cflri.ca/fr

La production de ce résumé a été rendue possible grâce à la contribution financière du gouvernement du Canada. Les opinions exprimées ici ne représentent pas nécessairement l'opinion de ce dernier.