

Direction de santé publique
Agence de la santé et des services sociaux de Montréal

Soutien à la production télévisuelle de contenus santé dans les émissions jeunesse

GARDER
notre monde
EN SANTÉ

Soutien à la production télévisuelle de contenus santé dans les émissions jeunesse

Monique Caron-Bouchard

Sylvie Gagnon

Sylvie Beaulieu

2008

**Agence de la santé
et des services sociaux
de Montréal**

Québec 



**Groupe de recherche
Médias et santé**

Une réalisation du secteur Écoles et milieux en santé
Direction de santé publique
Agence de la santé et des services sociaux de Montréal
1301, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H2L 1M3
Téléphone : 514 528-2400
www.santepub-mtl.qc.ca

et du Groupe de recherche Médias et santé (GRMS), Université du Québec à Montréal
www.grms.uqam.ca

Sous la direction de
Sylvie Gagnon, Direction de santé publique
avec la collaboration de
Monique Caron-Bouchard (Carmocom inc.) et Sylvie Beaulieu

Assistance professionnelle et technique
Christine Guigue, Direction de santé publique, éditique,
Christiane St-Pierre, transcription des entrevues

© Direction de santé publique
Agence de la santé et des services sociaux de Montréal (2008)
Tous droits réservés

ISBN 978-2-89494-729-6 (version imprimée)
ISBN 978-2-89494-730-2 (version PDF)
Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2008
Dépôt légal - Bibliothèque et Archives Canada, 2008

Prix : 15 \$

Mot du directeur

Les messages médiatiques ont le potentiel d'influencer les attitudes et les valeurs des jeunes au chapitre de l'adoption de saines habitudes de vie contribuant ainsi à la construction de normes sociales propices à la santé. Une réflexion menée par la Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal (DSP) sur les stratégies jugées efficaces ou prometteuses a permis de reconnaître l'importance des médias comme facteur indispensable au développement d'environnements favorables à la santé et au bien-être des jeunes, de leur famille et de leur communauté.

Jusqu'à maintenant, peu d'investissements ont été consentis pour tenter d'influencer les médias dans la production de messages télévisuels, potentialiser l'effet des messages médiatiques et développer des contenus télévisuels visant à soutenir la santé et le bien-être des jeunes. En conformité avec les écrits sur le sujet et les besoins identifiés sur le terrain, le présent projet de recherche s'inscrit dans une volonté de développer un partenariat entre le milieu médiatique et le milieu de la santé.

En relation avec le mandat du secteur *Écoles et milieux en santé*, cette recherche qualitative vient appuyer les intervenants du milieu de la santé dans leurs efforts de diffusion d'informations en vue de soutenir la création d'environnements favorables au développement des jeunes de 6-17 ans, tant sur le plan des habitudes de vie, des compétences personnelles et sociales que de leur réussite scolaire. Bonne lecture.

Le directeur de santé publique,

A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'RL', is displayed on a light blue rectangular background.

Richard Lessard, M.D.

Agence de la santé et des services sociaux de Montréal

Remerciements

La réalisation du projet de recherche dont il est question dans ce rapport a été possible grâce à une subvention conjointe du ministère de la Santé et des Services sociaux et de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal dans le cadre du Programme de subventions en santé publique pour projets d'étude et d'évaluation. Nous tenons aussi à remercier le Groupe de recherche Médias et santé (GRMS)¹ de l'Université du Québec à Montréal pour sa participation financière à cette étude et le programme Kino-Québec² pour son appui à la réalisation de ce projet.

Nos plus sincères remerciements sont aussi offerts aux directeurs, aux professeurs d'éducation physique et aux élèves de 6^e année des écoles primaires participantes, de même qu'aux acteurs médiatiques qui ont contribué soit par leur soutien ou soit par leur participation aux différents groupes de discussion et entrevues à la réalisation de ce projet.

1 Le Groupe de recherche Médias et santé (GRMS) de l'Université du Québec à Montréal (UQAM) est une unité pluridisciplinaire dirigée par la professeure Lise Renaud. Les travaux du groupe portent sur le rôle des médias dans le façonnement des normes sociales en matière d'alimentation et d'activité physique. Par ses recherches appliquées, le GRMS souhaite favoriser une utilisation plus efficace des médias en vue d'améliorer la santé et le bien-être de la collectivité. Site internet : www.grms.uqam.ca

2 Kino-Québec est un programme géré conjointement par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, le ministère de la Santé et des Services sociaux et les Agences de la santé et des services sociaux. Le programme Kino-Québec a pour mission de : « Promouvoir un mode de vie physiquement actif pour contribuer au mieux-être de la population québécoise ».

Table des matières

Mot du directeur.....	i
Remerciements	iii
Introduction.....	7
VOLET 1– Synthèse des entrevues réalisées auprès des jeunes du primaire.....	9
1.1. <i>Objectifs spécifiques.....</i>	11
1.2. <i>Méthodologie.....</i>	11
1.2.1. Instrument de recherche	11
1.2.2. Échantillon.....	12
1.2.3. Collecte de l'information.....	13
1.2.4. Traitement et analyse des données	13
1.2.5. Limites de la recherche.....	14
1.3. <i>Description des données des rencontres avec les jeunes.....</i>	14
1.3.1. Profil de loisirs des jeunes.....	15
1.3.2. Profil de pratique d'activités physiques et sportives des jeunes	17
1.3.3. Souvenirs liés à l'activité physique et sportive	26
1.3.4. Activités physiques de rêve.....	30
1.3.5. Jeu de rôles.....	31
1.4. <i>Réflexion suscitée par les propos des jeunes.....</i>	41
1.4.1. Différences entre les enfants actifs et moins actifs.....	41
1.4.2. Différences entre les filles et garçons.....	42
1.4.3. Diversité ethnoculturelle.....	42
1.4.4. Promotion de l'activité physique et sportive.....	43
VOLET 2 – Synthèse des entrevues réalisées auprès des enseignants du primaire en éducation physique.....	45
2.1. <i>Objectifs spécifiques.....</i>	47
2.2. <i>Méthodologie.....</i>	47
2.2.1. Instrument de recherche	47
2.2.2. Échantillon.....	48
2.2.3. Collecte de l'information.....	48
2.2.4. Traitement et analyse des données	48
2.2.5. Limites de la recherche.....	49

2.3. Description des données des rencontres avec les enseignants en éducation physique.....	49
2.3.1. Perception du profil de pratique d'activités physiques et sportives des jeunes	50
2.3.2. Perception des facteurs favorables et défavorables à la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes.....	53
2.3.3. Évocations d'activités physiques et sportives dans les contenus médiatiques	72
2.4. Réflexion suscitée par les propos des enseignants en éducation physique.....	75
2.4.1. Facteurs favorables et défavorables à la pratique d'activité physique et sportive	76
2.4.2. Comportements et attentes des jeunes	76
2.4.3. Modalités d'interventions.....	77
VOLET 3– Synthèse des entrevues réalisées auprès des acteurs médiatiques œuvrant dans le domaine de la télévision	79
3.1. Objectifs spécifiques.....	81
3.2. Méthodologie.....	81
3.2.1. Instrument de recherche	81
3.2.2. Échantillon.....	82
3.2.3. Collecte de l'information.....	82
3.2.4. Traitement et analyse des données	83
3.2.5. Limites de la recherche.....	83
3.3. Description des données des rencontres avec les acteurs médiatiques.....	83
3.3.1. Description des processus décisionnels.....	84
3.3.2. Médiatisation de la santé	86
3.3.3. Outils de communication privilégiés par les acteurs médiatiques.....	93
3.3.4. Autres besoins manifestés par les acteurs médiatiques	96
3.4. Réflexion suscitée par les propos des acteurs médiatiques.....	97
3.4.1. Thèmes	97
3.4.2. Personnages ou protagonistes	99
3.4.3. Sources d'information et outils de communication	99
Conclusion	101
ANNEXES	103
A-I : CERTIFICATS D'ÉTHIQUE (2).....	105
A-II : FORMULAIRES DE CONSENTEMENT (3).....	111
A-III : GUIDES D'ENTREVUE (3).....	125
A-IV : PRÉSENTATION PAR AFFICHE	137

Introduction

Le projet de recherche dont il est question dans ce rapport s'inscrit dans une perspective globale d'intervention-recherche initiée par le Groupe de recherche Médias et santé (GRMS) qui est financée par le Fonds québécois de la recherche sur la société et la culture (FQRSC). L'idée de réaliser cette recherche remonte au printemps 2004, alors que le GRMS avait convoqué des représentants des médias à assister à une présentation portant notamment sur une analyse de contenu de 13 téléromans québécois. Les résultats de cette étude reflétaient les représentations liées à l'alimentation et à l'activité physique dans les séquences télévisuelles analysées. À l'issue de cette rencontre exploratoire, plusieurs des acteurs médiatiques présents avaient souligné l'utilité de telles données et avaient aussi manifesté leur intérêt à recevoir des informations crédibles liées à la santé dans un format adapté à leurs besoins spécifiques.

C'est ainsi qu'en mars 2006, le secteur Écoles et milieux en santé de la Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal mandatait la firme Carmocom Inc. pour effectuer une recherche qualitative comportant trois volets : le premier auprès d'élèves en 6^e année du primaire dans des écoles francophones de Montréal, le deuxième auprès de professeurs d'éducation physique enseignant à des jeunes du primaire et le troisième auprès de producteurs et de télédiffuseurs œuvrant au développement d'émissions jeunesse québécoises francophones.

Cette recherche visait à soutenir les acteurs médiatiques³ œuvrant à la gestion, à la conception, à la production et à la diffusion d'émissions jeunesse produites au Québec dans le développement de contenus télévisuels en lien avec la santé et la pratique d'activités physiques des jeunes. Une telle initiative devrait favoriser le développement de contenus qui reflètent la diversité de pratique d'activités physiques et sportives des préadolescents.

À cet effet, chacun des trois volets de cueillette d'informations poursuivait des objectifs spécifiques précis. Le premier volet cherchait à mieux comprendre la réalité de pratique d'activités physiques chez les préadolescents du dernier cycle du primaire, de même qu'à recenser leurs expériences concrètes vécues au regard de l'activité physique. Le deuxième volet visait, d'une part, à enrichir les récits des jeunes par les propos des éducateurs physiques en ce qui a trait à leur perception de la pratique d'activités physiques et sportives, et d'autre part, à recenser des situations de vie en activité physique qui reflète la diversité de pratique des jeunes, et qui seraient susceptibles d'être évoquées dans les contenus télévisuels

3 Par acteurs médiatiques, on entend ici les personnes œuvrant dans le domaine de la télévision principalement à la gestion, à la conception, à la production et à la diffusion d'émissions jeunesse. Il peut s'agir de conseillers au contenu, de scénaristes, de directeurs de programmation jeunesse, d'agents de recherche, de réalisateurs, de télédiffuseurs, de producteurs, de concepteurs, de rédacteurs, de distributeurs, de chercheurs, de journalistes ou même de collaborateurs de sites Internet en lien avec les émissions de télévision jeunesse.

d'émissions jeunesse. Le troisième volet, quant à lui, avait pour objectifs spécifiques de développer une plus grande connaissance et une meilleure compréhension de la dynamique et des enjeux entourant la réalisation et la diffusion d'émissions jeunesse ; de cerner les besoins des acteurs médiatiques en programmation jeunesse au regard de la santé et de la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes pour le développement de contenus télévisuels et enfin d'identifier les formats à privilégier pour la mise en forme et la transmission des informations.

Pour rendre compte de ce projet de recherche, le présent rapport est composé de trois sections qui présentent un volet spécifique de recherche, soit la synthèse des entrevues effectuées auprès des élèves de 6^e année du primaire, des groupes de discussion menées auprès des éducateurs physiques et enfin, des consultations réalisées auprès de différents acteurs médiatiques. Pour chacun de ces volets, les objectifs spécifiques, la méthodologie, la description des données des entrevues effectuées auprès des participants, de même que des pistes de réflexion qui découlent des propos recueillis sont présentés. Enfin, une dernière section présente la conclusion de la recherche.

VOLET 1

**Synthèse des entrevues
réalisées auprès des jeunes du primaire**

VOLET 1 – SYNTHÈSE DES ENTREVUES RÉALISÉES AUPRÈS DES JEUNES DU PRIMAIRE

1.1. OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

Au printemps 2006, une recherche qualitative sur la thématique de l'activité physique et sportive a été réalisée auprès de jeunes du primaire de la région de Montréal. Les objectifs spécifiques de ce premier de trois volets de recherche, étaient de :

- ⇒ déterminer les principales activités de loisir des jeunes et situer la place accordée à l'activité physique et à la télévision dans leurs moments de loisir;
- ⇒ tracer le profil de pratique d'activités physiques des jeunes;
- ⇒ connaître la perception des jeunes à l'égard des contenus liés à l'activité physique diffusés dans les émissions de télévision qu'ils regardent; et
- ⇒ définir des pistes d'intervention pour encourager la pratique d'activités physiques chez les jeunes.

1.2. MÉTHODOLOGIE

La partie qui suit présente l'instrument de recherche, l'échantillon, le processus de collecte de l'information, le traitement et l'analyse des données ainsi que les limites de ce premier volet de recherche. L'approche retenue pour la réalisation de ce volet de recherche est de nature qualitative, et n'a aucune prétention de représentativité ou de validité statistique.

1.2.1. Instrument de recherche

Un guide d'entrevue⁴ pré-établi comportait cinq thèmes :

- ⇒ profil de loisirs;
- ⇒ profil de pratique d'activités physiques et sportives;
- ⇒ souvenirs liés à l'activité physique et sportive;
- ⇒ activités physiques et sportives de rêve;

4 Le guide d'entrevue utilisé pour la réalisation des entrevues auprès des jeunes est présenté à l'annexe III.

⇒ jeu de rôles dans lesquels les participants ont été invités à se mettre dans la peau de divers protagonistes, afin d'identifier pour chacun d'eux ce qu'ils pourraient faire pour favoriser la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes.

La durée des entrevues de groupe était en moyenne de 90 minutes, et variait selon la disponibilité des participants. Celles-ci ont été enregistrées pour permettre une transcription intégrale des propos et en faciliter la description. Pour assurer la confidentialité des propos des participants, chacune des entrevues a été transcrite sans mention de leur nom, ni de leur provenance.

1.2.2. Échantillon

Les jeunes sélectionnés (n=32) provenaient tous d'un échantillon de convenance⁵ issu de quatre écoles primaires des trois commissions scolaires francophones de Montréal. Les quatre écoles participantes ont été sélectionnées dans le premier, deuxième, troisième et quatrième quart du classement des écoles effectué par le Comité de gestion de la taxe scolaire de l'Île de Montréal⁶, en ce qui a trait au niveau de défavorisation. Tous les participants ont été recrutés par un professeur d'éducation physique de l'école, sur la base du niveau perçu, par l'enseignant, de leur pratique d'activités physiques et sportives et sur leur l'intérêt à participer à un groupe de discussion pendant les heures de classe, selon l'entente conclue avec l'école.

Ainsi, la moitié des participants a été qualifiée de « plus actifs »⁷ par leur professeur d'éducation physique, alors que l'autre moitié, a été considérée comme physiquement « moins actifs »⁸. Le tableau qui suit rend compte de la répartition des jeunes participants dans les groupes de discussion en fonction du sexe et du niveau perçu de pratique d'activités physiques.

5 Méthode d'échantillonnage basée sur l'opportunité, la disponibilité et l'accessibilité des participants dans un milieu donné en fonction de critères prédéterminés.

6 Service de la gestion du Comité de gestion de la taxe scolaire de l'île de Montréal, Classification des écoles primaires et classification des écoles secondaires, inscriptions au 30 septembre 2004.

7 Le terme « plus actif » réfère aux élèves qui, d'après la perception de leur professeur d'éducation physique, s'adonnent plus régulièrement à des activités physiques ou sportives, et leur accordent une place plus importante dans leur agenda quotidien ou hebdomadaire.

8 Le terme « moins actif » regroupe quant à lui les élèves qui, d'après la perception de leur professeur d'éducation physique, ne pratiquent pas d'activités physiques ou sportives sur une base régulière que ce soit à l'école ou à l'extérieur du cadre scolaire.

Tableau 1. RÉPARTITION DES PARTICIPANTS PAR ÉCOLES, EN FONCTION DU SEXE ET DU NIVEAU PERÇU DE PRATIQUE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES.

Participants \ Écoles	École A	École B	École C	École D	Nombre de participants
Jeunes plus actifs					
Filles			4	4	16
Garçons			4	4	
Jeunes moins actifs					
Filles	4	4	-	-	16
Garçons	4	4			
Nombre de participants	8	8	8	8	32

1.2.3. Collecte de l'information

Pour chaque école identifiée, une personne contact du milieu, soit l'éducateur physique, a effectué le recrutement de huit élèves (quatre garçons et quatre filles). Pour assurer une participation libre et éclairée, tous les jeunes recrutés ont dû faire compléter un formulaire de consentement⁹ par leur parent ou leur tuteur légal pour faire partie d'un groupe de discussion.

Les entrevues se sont déroulées dans les écoles retenues, durant les heures de classe, auprès des huit groupes d'élèves de 6^e année du primaire, par deux intervieweurs, aux mois d'avril et mai 2006. Afin d'éviter toute situation de malaise et de faciliter l'expression des différences entre tous les participants, tant les filles que les garçons, les plus actifs que les moins actifs ont été consultés, séparément, dans des groupes de discussion distincts.

1.2.4. Traitement et analyse des données

Toutes les entrevues ont été enregistrées et transcrites intégralement. Cette transcription a été effectuée à partir d'un gabarit développé dans un contexte d'analyse comparative. Les diverses dimensions et indicateurs issus du guide d'entrevue ont permis de structurer le décodage des propos et leur analyse. Rappelons qu'il s'agit d'une étude qualitative, et qu'à cet effet, les tendances principales ont servi de matériel pour l'analyse.

⁹ Le formulaire de consentement utilisé pour la participation des jeunes est présenté à l'annexe II.

1.2.5. Limites de la recherche

Les limites de ce volet de recherche invitent à une certaine prudence dans l'interprétation et la généralisation des résultats présentés. À cet égard, considérant le budget et le temps disponibles pour la réalisation de ce premier volet, diverses limites méritent d'être relevées, dont les suivantes :

- ⇒ nombre restreint de participants (n=32) et d'écoles (n=4);
- ⇒ moment de l'année où les entrevues de groupe ont été réalisées, soit en fin d'année scolaire;
- ⇒ seuls des jeunes de la région de Montréal ont été consultés;
- ⇒ seuls des jeunes de 6^e année ont été consultés;
- ⇒ seuls des jeunes fréquentant des écoles francophones ont été consultés.

En outre, une limite liée à la désirabilité sociale a pu modifier la nature des propos des jeunes, notamment en ce qui a trait à l'image qu'ils voulaient projeter de leur niveau de pratique d'activités physiques et sportives, lors des entrevues de groupe, devant leurs pairs.

Enfin, quelques limites liées à l'échantillon lui-même doivent également être soulevées, soit :

- ⇒ l'utilisation d'un échantillon de convenance fondée sur l'accessibilité et la disponibilité des participants, en fonction de critères de sélection pré-établis; et
- ⇒ le recrutement des participants effectué, selon un mode de tri expertisé, par une tierce personne, issue du milieu scolaire pour déterminer le niveau de pratique d'activités physiques et sportives des jeunes (moins actifs et plus actifs).

Bien que la constitution de cet échantillon n'a aucune prétention de représentativité d'une plus large population, il favorise néanmoins l'expression d'une diversité de points de vue et d'expériences au regard du sujet traité, et ce, à un temps donné.

1.3. DESCRIPTION DES DONNÉES DES RENCONTRES AVEC LES JEUNES

L'approche qualitative utilisée pour ce premier volet de recherche est de nature descriptive et vise à refléter les propos des jeunes consultés en faisant ressortir les principaux points de convergence et les différences qui les caractérisent. Les informations de nature qualitative provenant des transcriptions d'entrevues des jeunes ont été dans un premier temps inscrites

dans un tableau comparatif où les réponses à chaque question ont été reliées les unes aux autres. Par la suite, une sélection de verbatim relatifs à chacune des dimensions étudiées a été effectuée, afin d'illustrer plus concrètement le vécu des élèves, de même que leurs diverses perceptions et attentes.

Les pages qui suivent donc font état de la synthèse des propos recueillis auprès des jeunes concernant leur profil de loisirs et de pratique d'activités physiques et sportives, leurs bons et mauvais souvenirs liés à l'activité physique et sportive, leurs activités physiques de rêve et un jeu de rôles permettant d'identifier des pistes de solutions pour favoriser l'adoption d'un mode de vie physiquement actif. Ces propos sont accompagnés de nombreux verbatim tirés textuellement des entrevues.

1.3.1. Profil de loisirs des jeunes

Pour ce premier thème, les activités favorites de loisirs, les préférences télévisuelles et la perception de la présence de l'activité physique à la télévision ont fait l'objet d'une série de questions destinées aux jeunes.

a) Activités de loisirs privilégiées

En début d'entrevue nous avons cherché à connaître ce que les jeunes faisaient comme activités de loisirs dans leurs temps libres. À cet effet, on constate que les participants interviewés ont un mode de vie variable, pratiquent une diversité d'activités de loisirs et ne forment pas un groupe homogène. La majorité d'entre eux ont manifesté un intérêt certain pour les activités de loisirs dites passives (jouer à l'ordinateur, regarder la télévision, écouter de la musique). Rares cependant sont les jeunes qui ont déclaré ne faire aucune activité physique ou sportive et ne s'adonner exclusivement qu'à la pratique d'activités passives dans leurs moments de loisirs. Bien que les participants consultés n'entretiennent pas un rapport identique avec l'activité physique et le sport, ils semblent cependant tous y accorder une place plus ou moins importante, selon le cas, dans leurs moments de loisirs. En général, l'intérêt et le goût personnel orientaient leur façon d'occuper leurs temps libres.

➤ Du côté des moins actifs

Plusieurs des participants qualifiés de moins actifs par leur professeur d'éducation physique occupent leurs moments de loisirs à regarder la télévision, à jouer à l'ordinateur (jeux vidéo, clavardage, etc.) et à écouter de la musique. Mais ces derniers disent aussi jouer régulièrement avec leurs frères, sœurs et amis, à l'extérieur ou à la maison. Souvent, des rencontres et des visites, chez l'un ou chez l'autre, s'improvisent au parc, à la maison, dans la cour de l'école ou dans les aires publiques. Parmi les enfants qualifiés de moins actifs, ils s'en trouvaient quelques-uns qui affirmaient préférer nettement les activités culturelles (théâtre, lecture, musique, etc.) aux activités sportives.

« Je fais du théâtre, on fait toutes sortes d'affaires, on fait des marionnettes. » Fille moins active

« Des fois, j'écoute de la musique, je n'ai pas Internet. » Fille moins active

➤ **Du côté des plus actifs**

Les jeunes qualifiés de plus actifs semblent quant à eux ressentir un vif plaisir à se divertir, à se détendre et à se réaliser dans le cadre d'une multitude d'activités physiques et sportives. Il est à noter cependant que certains de ces jeunes se montraient tout aussi intéressés par des activités passives (télévision, ordinateur, musique, etc.).

« Moi la plupart du temps des fois je sors dehors, je joue au basket, au soccer, plusieurs sports, je peux jouer aussi des fois à l'ordinateur, regarder la télé. » Garçon plus actif

« J'ai des cours de gymnastique quatre fois par semaine, lundi, mercredi, vendredi, c'est trois heures et le dimanche c'est quatre heures. Je vais jouer dehors avec mes amies, je vais à l'ordinateur. » Fille active

« Je joue avec mes amis, je vais aller glisser, de la bicyclette, jouer à l'ordi, regarder la télé. » Garçon plus actif

« Je fais de la nage synchronisée, j'ai des compétitions presque à toutes les semaines, j'en fais depuis 3 ans. L'année prochaine, je veux plus d'un cours par semaine d'éducation physique, au moins deux par semaine. » Fille plus active

« Moi je fais beaucoup de patins à roues alignées, des fois je joue au football, je n'ai pas de sports fixes, je fais beaucoup de sports chez nous ou dans les parcs. L'hiver je fais du ski alpin, aussi du ski de fond, du traîneau. » Garçon plus actif

b) Préférences télévisuelles et perception de la présence d'activités physiques à la télévision

Interrogés sur leurs préférences télévisuelles, les jeunes ont mentionné qu'ils aiment regarder les séries, les émissions sportives (surtout les garçons) et les films. Pour chacune des catégories énoncées, leurs émissions ou leur genre de films préférés sont les suivants :

- ⇒ **Séries** : *Les Simpsons, Futurama, Fou raide, Le cœur a ses raisons, Les frères Scott, Ramdam, L'œil du FBI, Degrassi nouvelle génération, Génie du crime, Vendredi policier, Réseaux clandestins, Malcolm, Les loups-Garous du campus, Métal Urgence, Phenomene Raven, Smallville, South Park, Jackass, Totally Spies, Charmed, Sixteen, The Donald Family.*
- ⇒ **Émissions sportives** : les matchs de hockey et de soccer, les bulletins de nouvelles sportives.
- ⇒ **Films** : comédies, science-fiction, action.

Au dire des participants, tant moins actifs que plus actifs, les émissions de télévision ne mettent pas souvent en scène des personnages exerçant une activité physique ou sportive. Néanmoins, ils ont été en mesure de se remémorer certaines scènes d'émissions ou de films où cette thématique était présente :

- ⇒ *Ramdam* : Simon jouant au hockey.
- ⇒ *South Park* : Un policier se déplaçant à bicyclette et les personnages disputant un match de basketball.
- ⇒ *Les Frères Scott* : Des joutes de balle molle et de basketball.
- ⇒ *Tête première* : Des parties de soccer.
- ⇒ *Loup-Garou* : Loup-Garou jouant au basketball.
- ⇒ *Phénomène Raven* : Raven jouant au basketball.
- ⇒ *Basket Spatial* : on y voit dans ce film des personnes jouer au basketball.
- ⇒ *Dernier essai* : on y voit dans ce film un détenu entraîner une équipe de football en prison.

Les participants considéraient que de telles scènes peuvent avoir une influence sur les jeunes et les inciter à devenir plus actifs, mais cette influence leur paraissait cependant difficile à cerner avec précision.

1.3.2. Profil de pratique d'activités physiques et sportives des jeunes

Pour ce second thème, les intervieweurs ont recueilli des informations sur la perception du rôle de l'activité physique et de l'alimentation sur la santé ; les activités

physiques et sportives les plus pratiquées par les jeunes ; les moments de pratique privilégiés ; les types de pratique privilégiés ; la perception des différences de pratique selon le sexe ; de même que les facteurs favorisant ou limitant la pratique des jeunes.

a) Rôle de l'activité physique et de l'alimentation dans le maintien ou l'amélioration de la santé

En général, les participants reconnaissent l'importance d'une saine alimentation et de la pratique d'activités physiques, pour le maintien ou l'amélioration de la santé.

« Moi je trouve que les deux c'est assez important. Je trouve que l'activité physique c'est quand même assez important à cause que si tu manges beaucoup, tu vas quand même le dépenser en faisant de l'activité physique, puis ça va quand même te faire perdre du poids et te sentir aussi bien. » Fille plus active

Tous les jeunes perçoivent l'activité physique comme une composante de la santé qui procure un sentiment de bien-être, de satisfaction personnelle et de plaisir.

« Souvent quand je finis une pratique je me sens bien parce que je me suis comme défoncée, surtout quand j'en fais beaucoup, beaucoup, je suis peut-être quand même fatiguée, sauf qu'après je me sens bien d'avoir fait ça. » Fille plus active

Les plus actifs, tant filles que garçons, ont été plus en mesure que leurs camarades moins actifs de décrire les bénéfices de l'activité physique pour la santé en général. Ils ont d'ailleurs spontanément évoqués que l'activité physique permet de se dépasser, de socialiser et d'être de bonne humeur.

« Tu vas être un peu plus de bonne humeur en faisant du sport. » Fille plus active

De surcroît, les filles plus actives ont aussi mentionné, à plusieurs reprises, que l'activité physique servait avant tout à contrôler le poids et elles percevaient un lien étroit entre les deux.

« Ça nous tient en forme, on ne devient pas obèse. » Fille plus active

« La santé, faut bouger pour être en santé, parce que l'activité physique est souvent le but pour pouvoir maigrir ou juste être bien dans sa peau. » Fille plus active

b) Palmarès des activités physiques et sportives les plus pratiquées

De manière générale, on semble penser que l'activité physique n'est pas obligatoirement associée au sport et que le quotidien recèle une foule d'occasions pour faire de l'activité physique, comme marcher pour se rendre à l'école, marcher ou prendre la bicyclette pour se rendre chez des amis ou pour aller au magasin.

Les participants ont nommé une foule d'activités physiques qui leur semblent être pratiquées avec plus ou moins de régularité et d'assiduité, par les jeunes de leur âge. Le patin à roues alignées, le basketball, le soccer, la balle molle, la bicyclette, le hockey, la natation, la trottinette, pour ne nommer que les activités les plus couramment mentionnées.

Parmi l'ensemble des activités identifiées, le basketball, le hockey, le soccer et autres jeux de ballon semblent des activités plus populaires auprès des garçons. Les filles, quant à elles, préféreraient s'adonner à la corde à danser, au ballon-poire, au patin à roues alignées, au patin artistique, à la natation, à la nage synchronisée, à la gymnastique et à la course à pied. Plusieurs d'entre elles seraient aussi attirées par le soccer, nous dit-on. Certaines filles par ailleurs ont déploré n'avoir jamais l'occasion de jouer au football, alors qu'elles le souhaiteraient. Une participante a même déclaré que son rêve était de former plus tard une équipe de football pour les filles. On a senti dans son propos une certaine frustration de se voir exclue de sports qu'elle se considère parfaitement capable de pratiquer.

➤ *Du côté des plus actifs*

Les jeunes plus actifs ont davantage tendance à pratiquer des sports collectifs, du fait qu'ils appartiennent plus souvent, semble-t-il, à des équipes (soccer, hockey, basketball, natation, etc.). Ils manifestent davantage le besoin d'être encadrés ou suivis par un entraîneur qui oriente leur progression. Ils expriment également le besoin de se motiver au contact de leurs camarades qui partagent les mêmes intérêts qu'eux. L'activité sportive est d'ailleurs souvent l'occasion pour eux de se faire de nouveaux amis.

On remarque que les jeunes plus actifs touchent aussi à une plus grande variété d'activités physiques et sportives, qu'ils se laissent moins décourager par les activités qui exigent un déplacement, un équipement particulier, un entraînement régulier ou l'acquisition graduelle de compétences spécifiques.

Les jeunes plus actifs prévoient tous conserver le même mode de vie lorsqu'ils seront adultes. Selon eux, si on aime le sport, on l'intègre de façon permanente à sa vie.

« Moi dans ma vie, en ce moment, le sport c'est une grosse partie, mais je pense que quand je vais être plus vieille je vais continuer à faire du sport. » Fille plus active

➤ *Du côté des moins actifs*

Les jeunes moins actifs ne semblent pas vraiment faire de distinction entre l'activité physique le sport, si ce n'est que le second serait d'après eux plus souvent pratiquée en équipe.

« ...l'activité physique souvent ça peut se pratiquer plus toute seule, tandis que les sports, souvent, c'est des sports d'équipe. » Fille moins active

Les moins actifs ont aussi déclaré faire plusieurs activités parmi lesquelles on retrouve le basketball, la bicyclette, le hockey, le patin, la natation et le soccer.

« J'aime le patin à roulettes avec mes amis, je fais du basket, du hockey. Quand je suis chez nous, j'écoute souvent la télé. Je n'aime pas rester chez nous quand il fait beau dehors. Quand il ne fait pas beau, on va jouer chez un ami ou s'il pleut, on met un imperméable et on va jouer dehors, quand il fait froid et pas vraiment de neige, on ne va pas jouer dehors. » Garçon moins actif

« Je fais de la bicyclette, je vais manger des fois chez Harvey's avec un ami, on fait des jeux au parc, je joue à l'ordi avec mon ami, je n'ai pas d'ordi, j'écoute la télé. Je fais moitié-moitié, moitié à l'extérieur et moitié à l'intérieur. Je joue au basket avec mes amis ou au soccer. » Garçon moins actif

« Parfois je joue au basket ou au soccer. Je fais des casse-tête. En hiver je joue dehors. » Garçon moins actif

Plusieurs participants parmi les moins actifs paraissent davantage attirés par les activités physiques individuelles (bicyclette, patin à roues alignées, trottinette, etc.). Ils aiment évoluer à leur propre rythme, choisir eux-mêmes le moment de leur pratique et se sentir libres de s'adonner à une activité comme et quand ils le désirent, sans contraintes de lieu, sans agenda fixe, sans règlements et sans horaire. Ces jeunes se disent plus intéressés par les activités physiques et sportives improvisées, pratiquées spontanément avec les amis, et exemptes de tout encadrement (entraîneur régulier, équipe, agenda établi, horaires de compétitions, etc.). Ils aiment se retrouver au parc, dans la cour de l'école ou dans la ruelle pour s'adonner à une activité libre, où les notions de performance,

d'amélioration des aptitudes, d'entraînement rigoureux et de compétition sont absentes ou moins présentes.

« J'hais ça quelqu'un qui me dit quoi faire. » Garçon moins actif

Plusieurs jeunes parmi les moins actifs prévoient déjà diminuer leur pratique l'an prochain, lors de l'entrée au secondaire, compte tenu, évoquent certains d'entre eux, de la vocation spécifique de l'école qu'ils fréquenteront.

« Je vais aller dans une école d'art et je vais faire moins d'activités physiques. » Fille moins active

c) Différences de pratique selon le sexe

On remarque une certaine variation dans la perception du comportement de pratique chez les filles et chez les garçons. Règle générale, les filles se considèrent moins actives que leurs camarades masculins, et ces derniers partagent également cette même perception. La plus grande sédentarité des filles serait notamment imputable, selon les propos des jeunes, à la peur de se faire mal, de se blesser ou à la crainte d'abîmer leurs vêtements, à un moins grand désir de performance sportive, ou encore à leur préférence pour les activités comportant une dimension sociale importante.

« Elle sont un peu moins actives que les garçons, la corde à danser c'est plus facile! » Fille moins active

« Elles ont peur de se salir, de se casser les ongles. » Garçon moins actif

« Les filles en font moins, elles n'aiment pas sortir dehors. »
Garçon moins actif

Lorsqu'elles pratiquent une activité physique ou sportive, les filles sont en effet plus nombreuses à relever et à valoriser la dimension sociale qui s'y rattache. La présence d'amies, avec lesquelles on partage un intérêt commun, aurait semble-t-il un effet de motivation.

« Souvent je joue dehors avec mes amies, j'ai beaucoup d'amies sportives, on joue au hockey, on va au parc jouer au soccer. »
Fille plus active

d) Moments de pratique privilégiés

On perçoit dans les propos des jeunes interrogés une différence dans la pratique d'activités physiques et sportives selon les saisons. Plusieurs jeunes, surtout parmi les moins actifs, ont déclaré ne pas aimer l'hiver et le froid, et être freinés par ces contraintes dans leur pratique. Ils deviennent alors plus casaniers ou se limitent à des activités physiques et sportives pratiquées exclusivement à l'intérieur (soccer, basketball, natation, etc.). De manière générale, on semble penser qu'il est plus facile et accessible de faire des activités physiques et sportives en été.

Par ailleurs, on peut déceler une tendance à l'effet que les moins actifs font davantage d'activités physiques en fin de semaine qu'en semaine, lors de rencontres imprévues ou planifiées avec les amis, alors que les plus actifs semblent le demeurer, sur une base plus régulière, en tout temps et en toutes saisons.

« Moi je fais du sport n'importe quand dans la semaine, l'été je fais beaucoup plus de sports qu'en hiver, en hiver je fais du snowboard parce que ça ne se fait pas en été. » Garçon plus actif

e) Facteurs favorables à la pratique d'activités physiques et sportives

Le plaisir vécu et ressenti lors d'une activité physique et sportive semble constituer un facteur de motivation majeur de pratique chez tous les jeunes interrogés. La performance, le défi personnel, la poursuite d'un objectif, le bien-être physique sont néanmoins importants (surtout pour les jeunes plus actifs), mais ils sont tous supplantés par la recherche du plaisir. Le plaisir représente un plus grand incitatif à la pratique pour les jeunes moins actifs que pour les plus actifs qui semblent, quant à eux, davantage prêts à faire des efforts et à s'imposer plus de discipline pour s'adonner à leurs activités préférées.

L'humour joue également un rôle important dans la relation entretenue avec l'activité physique et sportive, et cela particulièrement auprès des moins actifs. On aime s'amuser et rire de certaines situations drôles ou inattendues.

« Je joue au basket avec mes amis et mon frère, il a pris le ballon, il a lancé le ballon mais il n'a pas réussi, il a tombé comme ça par en arrière, c'était drôle. » Garçon moins actif

Les élèves plus actifs nous ont aussi mentionné l'effet motivant de la présence des parents lors de leurs matchs ou de leurs tournois. Ils se disent contents et fiers de les apercevoir dans les estrades et qu'ils soient témoins de leurs bons coups. On remarque, au dire des participants, que les parents des jeunes plus actifs semblent plus présents, encourageants et intéressés que ceux des moins actifs. Le support

familial n'a en effet jamais été mentionné par les jeunes moins actifs comme un facteur favorable à leur pratique.

La pratique d'activités physiques et sportives des parents semble constituer un autre facteur favorable. Il paraît même y avoir, dans plusieurs cas, une relation directe. Plusieurs jeunes se déclarent aujourd'hui très sportifs et actifs parce que leurs parents le sont et qu'ils les ont stimulés à le devenir eux-mêmes. Nombre de jeunes interrogés ont en effet sous leurs yeux le modèle de parents actifs qui leur confirme qu'il est possible de continuer à faire de l'activité physique même si l'on a une famille, un travail, moins de temps libre, etc. Les jeunes plus actifs considèrent que si certains jeunes ne pratiquent aucun sport, c'est que leurs parents sont eux-mêmes sédentaires, ou qu'ils n'ont pas fait d'activités physiques et sportives avec eux, ou qu'ils ne les ont pas encouragés à en faire, ou encore qu'ils n'ont pas su leur transmettre le plaisir d'être physiquement actif.

Concernant la pratique de leurs parents, les jeunes ont mentionné que les pères semblent toutefois plus actifs que les mères, bien que cela paraît varier selon les milieux socio-économiques et les communautés ethnoculturelles. Précisons qu'au dire des jeunes, plusieurs mères seraient inscrites dans des centres d'entraînement sportif et se rendraient à leur travail à pied. Quant aux pères, ils accompagneraient plus souvent leurs enfants au parc, pour jouer.

« Les deux en font, ma mère elle marche 15 minutes pour aller au travail et 15 minutes pour revenir. Mon père fait du vélo stationnaire, du vélo. » Garçon plus actif

« Moi mon père, il en a fait quand il était jeune, capitaine de son équipe, maintenant quand il finit de travailler, il va faire du tennis, du badminton. » Fille plus active

« Ma mère fait de la natation, mon père s'il a le temps, il essaie tous les sports, il fait du vélo. » Garçon plus actif

Plusieurs participants ont cependant évoqué le manque de temps pour excuser l'inactivité de nombreux parents. Un jeune moins actif a même énoncé que l'enfance était le moment propice pour s'adonner à l'activité physique car le travail, à l'âge adulte, rend la pratique beaucoup plus aléatoire, faute de temps.

On remarque que les activités physiques et sportives pratiquées en famille sont très appréciées et sont vécues comme une occasion de rapprochement et de complicité.

« J'aime ça parce que mon père il est meilleur que moi au soccer, des fois il m'apprend des prises. » Garçon plus actif

« Je vais nager avec mon père et mon frère de 18 ans, presque chaque semaine. » Fille moins active

La pratique d'activités physiques et sportives avec ou en présence de la famille doit cependant se faire en respectant certaines balises, parmi lesquelles les jeunes ont mentionné l'importance de :

- ⇒ renoncer, pour les parents, à se montrer trop stricts et insistants sur les questions de sécurité;
- ⇒ limiter les comportements surprotecteurs ou affectueux à outrance, surtout en public;
- ⇒ respecter les goûts et le niveau de performance des jeunes. Il est important de ne pas surestimer leurs capacités et de ne pas leur imposer un défi insurmontable pour eux, au risque de les décourager.

Les amis constituent aussi des partenaires de choix dans la pratique de l'activité physique et du sport, mais ils n'éclipsent pas encore à cet âge, les membres de la famille. Le cercle familial et le groupe d'amis constituent néanmoins tous deux des groupes de référence et d'appartenance importants dans la vie des jeunes de 6^e année.

f) Facteurs défavorables à la pratique d'activités physiques et sportives

Pour plusieurs participants, le coût est un irritant majeur à la pratique d'une activité physique et sportive. Ils ont le sentiment que faire du sport coûte souvent cher et mentionnent à titre d'exemples le hockey, le patin artistique ou la nage synchronisée.

« Mon frère est à une école secondaire, lui il a des amis qui font du patin artistique, il dit que leurs patins ils coûtent 600 \$, c'est pas les compétitions, c'est pas les vêtements, c'est pas les coaches. » Fille plus active

Quelques jeunes ont aussi évoqué que la rareté ou l'éloignement des installations adéquates, de même que le manque de sécurité dans leur environnement constituent des facteurs défavorables pouvant expliquer en partie leur inactivité physique. C'est notamment le cas où la géographie des lieux semble moins favorable à la pratique d'activités physiques des jeunes (rareté des parcs ou des aires de jeux, rues passantes, etc.), et où les gangs de rues, la criminalité et la violence seraient, nous dit-on, plus présentes. Cette réalité suscite beaucoup d'inquiétude notamment chez certains parents qui interdisent souvent à leurs enfants de sortir ou de demeurer dans la rue après les heures de classe pour aller jouer.

Le manque d'esprit sportif, le manque de civisme, voire même la violence verbale et physique ont aussi été mentionnés comme des facteurs qui peuvent nuire à la

pratique d'un sport d'équipe ou d'une activité physique. Bien que de telles situations ne soient pas très fréquentes (à part dans des disciplines de contact comme le hockey), elles laissent, règle générale, une mauvaise impression dans l'esprit des jeunes. Quelques-uns des jeunes rencontrés ont d'ailleurs été victimes de ce genre de situation dans le passé. Ces jeunes ont aussi souligné que les professeurs d'éducation physique leur rappellent souvent l'importance de participer et d'avoir du plaisir, plutôt que de chercher à gagner à tout prix et de manifester des comportements antisportifs.

« C'était au basket, je retournais à la maison, le capitaine de l'autre équipe il les a insulté et ils ont bataillé avec lui, les autres sont partis, les deux capitaines sont restés. » Garçon moins actif

« Je n'ai pas de plaisir quand mon équipe perd, on avait comme 10 gens, l'autre équipe avait comme 20 gens, je suis un peu déçu. On se fait insulter souvent par les autres. » Garçon moins actif

« Moi c'est le soccer, j'aimerais être dans une équipe qui ne chicane pas, qui propose des idées à ceux qui ont des difficultés, qui ne chicane jamais même s'il y a un but, un meilleur esprit sportif. » Fille moins active

Selon les participants, dans plusieurs cas, ce sont les garçons qui font montre d'un plus mauvais esprit sportif, à l'endroit tant des garçons que des filles, notamment auprès de celles qui sont moins performantes et moins actives.

« Ce que je n'aime pas filles-garçons, c'est qu'ils nous insultent, comme on est comme pas fortes dans les sports, tous les sports sont pour des garçons, ils sont les plus forts. » Fille moins active

La recherche excessive de la performance ou de la compétition est une attitude qui décourage aussi souvent les jeunes, surtout les moins actifs, à faire de l'activité physique ou sportive. Se sentant souvent moins compétents ou moins performants, ils ont habituellement peur de ne pas être à la hauteur des attentes de leurs camarades, de faire rire d'eux, ou même d'être rejetés. Plutôt que de courir un tel risque, plusieurs d'entre eux préfèrent alors s'abstenir de participer aux activités.

« Parfois, on peut avoir des problèmes et se faire des ennemis, si notre équipe perd, ça les choque. » Garçon moins actif

1.3.3. Souvenirs liés à l'activité physique et sportive

Les souvenirs liés à la pratique d'activités physiques et sportives constituent le troisième thème abordé lors de l'entrevue. À cet effet, on a demandé aux jeunes de nous raconter un bon et un mauvais souvenir en lien avec la pratique d'un sport ou d'une activité physique.

a) Bons souvenirs d'une activité physique et sportive

Les jeunes n'ont pas éprouvé de difficulté à se remémorer et à raconter un bon souvenir relié à la pratique d'une activité physique ou sportive. Par exemple, ils ont notamment mentionné :

- ⇒ un cours d'apprentissage de tir à l'arc;
- ⇒ une promenade à pied ou à bicyclette dans la forêt;
- ⇒ une séance de trampoline;
- ⇒ une sortie à la piscine du Stade Olympique;
- ⇒ une sortie de ski avec la classe;
- ⇒ une compétition de natation ayant permis de remporter une première place ou une compétition sportive de Kin-Ball¹⁰ opposant plusieurs écoles;
- ⇒ une longue randonnée à vélo, laquelle constituait pour l'enfant un véritable défi;
- ⇒ une activité d'escalade;
- ⇒ une joute de balle molle couronnée par la remise d'un trophée;
- ⇒ une sortie au Fort Angrignon;
- ⇒ un camp sportif à l'école et au Stade Olympique;
- ⇒ une amélioration de sa performance dans un sport.

Les sentiments alors ressentis par les jeunes lors de ces activités font référence à la fierté de s'améliorer, d'acquérir de nouvelles compétences, de relever un défi personnel, d'avoir gagné un tournoi ou une médaille, tout comme au simple plaisir de s'adonner à une activité nouvelle ou au bonheur d'avoir surmonté une difficulté

10 « L'activité sportive KIN-BALL a été conçue pour inciter les gens à la pratique régulière de l'activité physique. Les valeurs et les règlements de ce sport mettent l'accent sur la coopération, le travail d'équipe, la santé et l'esprit sportif. Sa pratique est d'ailleurs régie par une charte de l'esprit sportif qui ne tolère aucun contact physique ni violence verbale. » Source : Fédération internationale de Kin-Ball, <http://www.kin-ball.com/sitefr.html>

personnelle. Certaines des activités rapportées avaient pour cadre un voyage ou une sortie spéciale à l'extérieur de la ville, alors que d'autres se déroulaient dans un contexte connu, plus routinier ou familial.

➤ *Du côté des plus actifs*

Pour plusieurs jeunes qualifiés de plus actifs, l'aspect « compétition » était important dans ces activités et a fortement alimenté leur motivation. En fait, plus un jeune se définit comme actif et sportif, plus il semble aimer la compétition, plus il désire améliorer ses performances et se dépasser, plus il semble aussi rechercher les honneurs (trophées, médailles, certificats, etc.). Les récompenses soulignant les succès, les performances ou les victoires sont appréciées de tous, même si elles n'ont pas pour chacun la même signification. Plusieurs jeunes allèguent cependant que l'important demeure, en premier lieu, de participer.

« Les compétitions, c'est ce qui fait que je m'améliore. » Fille plus active

« La natation, j'avais une compétition au mois d'avril ... et mon coach m'avait demandé de faire les ... parce qu'il y a des catégories. Moi j'étais vraiment stressée parce qu'aux entraînements je ne l'avais jamais réussi, là-bas j'arrive contre des filles qui ont fait trois minutes, je fais trois 17, là j'arrive je fais mon 200 mètres libre, je suis arrivée première, trois minutes. Il va me monter de niveau et là je m'en vais au championnat ... je vais plus m'améliorer. » Fille plus active

« On a gagné contre ... puis Je me suis senti comme si j'avais une poussée d'adrénaline. C'était pour aller dans les finales. Si on n'avait pas gagné on était éliminé. » Garçon plus actif

➤ *Du côté des moins actifs*

Pour les moins actifs, les notions de plaisir, de défi, d'apprentissage et de participation constituent les principales sources de bons souvenirs. En voici quelques exemples.

« Au football mais jouer avec un ballon rond, j'étais en Israël, je jouais avec une équipe là-bas, je jouais occasionnellement. »
Fille moins active

« De la planche à roulettes, on devait faire avec les mains, c'était drôle et j'étais bon à ça, j'ai gagné, juste une fois. Aussi

sur une corde avec des nœuds pour me balancer j'aime ça beaucoup. » Garçon moins actif

« La nage synchronisée, on faisait un spectacle et tout le monde a eu des médailles, le fait de participer donnait une médaille, aux Jeux de Montréal. » Fille moins active

« J'ai appris à tirer au tir à l'arc, je suis allée là avec ..., j'ai eu du plaisir, j'étais fière, j'ai réussi. » Fille moins active

b) Mauvais souvenirs d'une activité physique et sportive

Tous avaient également en mémoire une expérience négative ou malheureuse associée à l'activité physique et sportive, qui fait principalement référence à la dimension compétitive, à l'intégrité physique ou à un malaise important provoqué par certaines situations.

➤ Du côté des plus actifs

La perte d'une compétition ou une mauvaise performance, l'exclusion d'une équipe, le sentiment de rejet et l'atteinte à l'intégrité physique constituent les principales sources de mauvais souvenirs des jeunes plus actifs.

« Moi c'est quand j'ai fait du judo, j'aimais ça mais c'était comme à la fin c'était rendu plate, parce que moi je voulais faire ça pour le fun, mais le prof de judo lui, ce qu'il voulait c'était compétition, juste faire de la compétition. Tu n'avais pas le droit de parler, il disait va faire 25 push-ups, c'était comme s'il disait tu n'as pas le droit de t'amuser. » Garçon plus actif

« L'année passée, notre équipe de hockey n'était pas très forte et on perdait souvent par des gros nombres de buts, puis notre gardien était découragé, puis plusieurs personnes le rabaissaient, ils disaient que c'était à cause de lui. » Garçon plus actif

« Moi, le premier match de soccer que j'ai fait, je suis une défense, le ballon arrivait j'ai manqué le ballon et ça a fait un but, je me sentais vraiment mal et après j'ai manqué le ballon avec ma tête. » Fille plus active

« Je jouais au football, on était dans un camping, il y avait un cycliste, moi je ne voyais pas, mon frère avait le ballon, j'ai fait une feinte d'aller sur le côté gauche, je suis allé à droite puis le cycliste quand il a vu que j'allais à droite, il a été à gauche, moi

aussi, on s'est rentré dedans, je me suis cassé les doigts. »

Garçon plus actif

« Moi c'est en soccer aussi, j'ai reçu le ballon la première année que j'ai commencé, je l'ai reçu dans le ventre, ça m'a complètement coupé le souffle. J'ai quand même pu rejouer après. » Fille plus active

Plusieurs filles actives se sont plaintes du fait que lorsqu'elles sont intégrées à des équipes mixtes, elles sont souvent ignorées des garçons sur le terrain et ne reçoivent aucune passe. Elles ne peuvent ainsi s'améliorer, ce qui n'est pas sans engendrer chez elles une certaine contrariété.

« Souvent les garçons ici les bons, je trouve qu'ils ne font pas de passes aux filles. Comme moi et ... on est dans les cinq premiers joueurs, puis je trouve que je ne reçois pas beaucoup de passes au basketball, ils disent que je ne suis pas bonne, je ne suis pas bonne, parce qu'on ne me fait pas de passe, je ne peux pas me pratiquer. » Fille plus active

➤ *Du côté des moins actifs*

Pour les moins actifs, l'atteinte à l'intégrité physique, les attitudes de rejet à leur égard ou une situation désagréable vécue seraient principalement à l'origine de leurs mauvais souvenirs.

« Moi, avec mon équipe de hockey, on joue à placage, des fois, il y en avait qui me plaquaient et je tombais en dehors du territoire, je me faisais mal en tombant. » Garçon moins actif

« Je suis allée à la piscine avec mon amie, j'ai plongé, je me suis éloignée, je ne savais pas nager, je me suis débrouillée, personne ne m'a aidée. » Fille moins active

« Au gymnase, on faisait un jeu, là, j'étais sur l'affaire, quelqu'un d'une autre classe, il a cogné sur moi puis il était gros, je suis rentrée dans l'affaire. » Fille moins active

« Moi, c'est au football, j'avais compté un but, le gars m'a tellement plaqué dans les côtes, ça a fini mal, j'ai tombé par-dessus lui, un peu plus, je me faisais casser les côtes ! »
Garçon moins actif

« Avec mes amis, on jouait dans un terrain de basket, j'étais le gardien, je bloquais aucune balle, l'équipe était déçue de moi. J'ai rejoué, mais pas goaler. » Garçon moins actif

« Le Kin-Ball, j'étais le numéro 1, je devais frapper et je l'ai frappé et j'ai tombé sur un gars, c'était embarrassant. » Fille moins active

1.3.4. Activités physiques de rêve

Pour le quatrième thème, les intervieweurs ont exploré ce que les jeunes rêvaient de pratiquer comme activité physique et sportive, s'ils en avaient le choix, nonobstant toutes contraintes de coûts, d'accessibilité, d'installation, de moment et de durée. À cet effet, tous les jeunes interrogés avaient en tête une activité physique qu'ils aimeraient un jour pratiquer. Le tableau qui suit reflète la grande variété des goûts et des rêves exprimés par les jeunes.

Tableau 2. Distribution des activités physiques de rêve par catégorie.

Athlétisme	Saut à la perche
Gymnastique	Culbutes, poutre, cheval d'arçons, trampoline
Sports de ballon et de balle	Basketball Tchoukball ¹¹ Soccer Tennis Volley-ball de plage
Sports de combat	Boxe Escrime Karaté Lutte
Sports de glisse	Hockey sur glace Patin à roues alignées Patin artistique Planche à neige Ski de fond
Sports nautiques	Nage synchronisée Natation Plongée sous-marine Surf Wakeboard ¹²
Autres	Camps Multi-sports Crosse Motocross Parachutisme Quilles Tir à l'arc Vélo

¹¹ Voir le site officiel de la Fédération internationale de tchoukball pour en connaître davantage sur ce sport, http://www.tchoukball.org/_version/french/index.htm

¹² Le Wakeboard est un sport nautique qui a été créé au début des années 80 à partir d'une combinaison de techniques de ski nautique, de snowboard et surf. Voir le site Ski nautique et planche Canada pour en connaître davantage sur ce sport, http://www.waterski-wakeboard.ca/wakeboard_f.htm

➤ *Du côté des plus actifs*

Les jeunes physiquement plus actifs se sont généralement montrés davantage attirés par les activités moins traditionnelles, plus exotiques, voire même par les sports extrêmes. Ils affirment aussi davantage leur désir de se perfectionner dans la pratique d'un sport ou d'une activité.

« Du parachute, les hauteurs m'attirent, le risque, quand tu es en avion tu peux voir des beaux paysages, le faire avec des personnes expérimentées, j'en ferais 2-3 fois par semaine, ça coûte cher, puis il faut trouver une place pour en faire, un avion. » Garçon plus actif

« En été je ferais du wakeboard, c'est comme ski nautique mais sur une planche, dans un lac propre. L'hiver j'aimerais essayer du snowboard avec des amis, ma famille. » Garçon plus actif

➤ *Du côté des moins actifs*

Les jeunes moins actifs, pour leur part, ont été plus conventionnels dans leurs choix d'activités de rêve et ont opté pour des activités auxquelles ils n'ont pas accès. Ils rechercheraient davantage à s'améliorer dans la pratique d'un sport ou à découvrir une nouvelle activité.

*« Du tennis, dans une équipe, je ne sais pas jouer vraiment, mon père pourrait me le montrer, quand tu vois du tennis ça a l'air cool et j'aimerais essayer, jouer sur un terrain au parc. »
Fille moins active*

« Je ferais du hockey sur glace, j'aimerais faire partie d'une équipe de hockey, parce que ça coûte cher. » Garçon moins actif

« Saut à la perche, toute seule, je ne veux pas que mes amies rient de moi. » Fille moins active

1.3.5. Jeu de rôles

Le cinquième et dernier thème de l'entrevue consistait à inviter les participants à exprimer ce qu'ils feraient eux-mêmes, s'ils étaient dans la peau d'un professeur d'éducation physique, d'un ministre des sports, d'un réalisateur d'une émission jeunesse et d'un parent pour encourager les jeunes à bouger davantage. Ce jeu de rôles avait principalement pour objectif d'identifier des pistes de solutions

potentielles pour favoriser la pratique d'activités physiques chez les jeunes. Par la suite, ils ont été invités à se prononcer sur leur propre rôle comme jeune pour encourager la pratique d'activités physiques de leurs parents, de leurs amis ou d'une personne qui n'aime pas faire de l'activité physique.

a) *Si j'étais professeur d'éducation physique, je ferais...*

D'entrée de jeu, précisons que le cours d'éducation physique et à la santé semble très populaire auprès des élèves et qu'il est perçu comme une plage d'amusement, de relaxation, de divertissement et de défoulement. Même les élèves les moins actifs l'affectionnent et ne voudraient pas en être privés.

Toutefois, le cours d'éducation physique, tel que conçu et dispensé actuellement, ne semble pas toujours pleinement répondre aux attentes des jeunes. Interrogés sur ce qu'ils feraient, s'ils étaient eux-mêmes professeur d'éducation physique pour encourager les élèves de leur école à bouger davantage, les participants ont émis des suggestions que nous pouvons regrouper en deux catégories, soit : le contenu des cours et l'approche pédagogique.

➤ *Contenu des cours*

Les jeunes proposent d'offrir un plus large éventail d'activités physiques et sportives pour permettre à chacun de développer ses propres compétences et d'identifier ses préférences. Ils ont insisté sur l'importance que les activités proposées dans le cours plaisent aux jeunes, qu'elles répondent à leurs intérêts et qu'elles exploitent adéquatement leurs aptitudes. Par exemple, plusieurs élèves se sont montrés très intéressés par le Kin-Ball, une activité sportive d'équipe qui permet de faire participer tous les jeunes peu importe leur niveau d'habiletés techniques.

Ils soulignent aussi l'importance que les éducateurs physiques n'hésitent pas à sortir des sentiers battus et à proposer des activités non traditionnelles ou à en adapter d'anciennes. Certains professeurs d'éducation physique, nous dit-on, ont eu la bonne idée d'inventer de nouvelles activités, à partir de sports déjà existants (ex : jeu de soccer avec une petite balle ou avec un ballon géant plutôt qu'avec un ballon traditionnel). Ces adaptations, tant dans l'équipement utilisé que dans les règlements, se soldent souvent par une plus grande participation et un intérêt accru, parmi notamment les jeunes moins actifs.

L'organisation de semaines thématiques sur l'activité physique donnant, encore une fois, l'occasion aux élèves d'expérimenter une variété de sports et d'activités physiques, tout comme l'organisation de compétitions officielles ou de petits tournois avec d'autres écoles, ainsi qu'entre les classes ont été aussi soulevées comme des propositions intéressantes.

Les jeunes se sont également montrés réceptifs aux activités physiques et sportives se déroulant sur plusieurs semaines qui leur permettent de mieux maîtriser la discipline, de s'améliorer et d'acquérir une certaine compétence. Il semble en effet que plus on devient performant dans un sport, plus on en retire du plaisir et plus on a envie de poursuivre, de fournir des efforts et de s'investir dans l'aventure, a-t-on spécifié. À cet égard, les jeunes apprécieraient que certains cours d'éducation physique dispensés à l'école soient développés en ce sens, de manière à vraiment leur laisser plus de temps pour découvrir et apprécier l'activité proposée. Certains jeunes suggèrent enfin que les professeurs d'éducation physique informent et sensibilisent davantage leurs élèves sur les bienfaits de l'activité physique pour la santé.

➤ *Approche pédagogique*

L'importance d'intégrer un aspect ludique et une dimension de défi aux activités proposées, de manière à miser sur le plaisir et à développer la fierté personnelle dans la pratique sportive, a été mentionnée, tout comme le fait de laisser aux jeunes plus de liberté de choix dans les activités au programme, en procédant par exemple à un vote à mains levées pour déterminer de temps à autres l'activité du jour.

« Faire voter les élèves pour qu'ils choisissent une activité qui leur plaît beaucoup. » Garçon moins actif

Plusieurs participants ont aussi mentionné que le professeur d'éducation physique devrait participer activement aux activités du cours, et surtout ne pas hésiter à s'amuser avec les jeunes.

La remise de prix ou de récompenses pour souligner la performance, la participation, le bon esprit d'équipe ou l'amélioration des compétences personnelles des élèves a également été proposée pour stimuler la pratique des jeunes.

« Au lieu de donner un prix à l'équipe qui a gagné le tournoi, tu donnes à ceux qui ont le meilleur esprit d'équipe, qui se sont le plus impliqués, disons que celui qui n'aimait pas le sport avant, il a fait son gros possible pour jouer, tu lui donnes un prix, une médaille ou un certificat. » Garçon plus actif

Plusieurs filles plus actives d'une même école ont aussi vanté un projet mis en place par leur professeur d'éducation physique, et qui semble avoir eu un impact significatif auprès des élèves. Il s'agit de cartes de motivation, appelées cartes Isoactives, que les jeunes collectionnent et reçoivent en guise de récompense pour un bon esprit sportif, une belle performance, une participation assidue, une

amélioration de ses aptitudes, une bonne attitude, la bonne humeur, etc. Les élèves s'échangent les cartes entre eux, tentent d'en accumuler le plus grand nombre, ce qui semble encourager la pratique d'activités physiques et sportives de nombreux jeunes.

« Des cartes Isoactives ... si les jeunes font du badminton, il leur donne une carte. » Fille plus active

« On les prend pour faire des échanges. » Fille plus active

« Mon amie a déjà un gros paquet comme ça ! » Fille plus active

Mis à part le cours d'éducation physique et à la santé, de nombreux jeunes ont émis des suggestions pour favoriser la pratique d'activités physiques et sportives à l'école. Ils proposent à cet effet de planifier des sessions d'entraînement gratuites pour initier les jeunes à certains sports, d'instaurer un comité organisateur dans l'école pour constituer une banque d'activités spéciales, de former des équipes sportives dans l'école (hockey, soccer, basketball, badminton, etc.), ou encore d'organiser des activités opposant de façon amicale les élèves aux professeurs.

b) Si j'étais ministre des sports, je ferais...

Le ministre des sports est invariablement perçu comme une personne ayant le pouvoir et surtout les moyens financiers de créer des environnements favorables à la pratique de l'activité physique et sportive des jeunes.

À cet effet, les participants ont identifié plusieurs actions qui pourraient être prises par le ministre des sports pour encourager les jeunes du Québec à adopter un mode de vie physiquement actif. Ces propositions ont été regroupées en quatre catégories, soit : le soutien aux familles, le soutien aux écoles, le soutien aux municipalités et la réalisation de campagnes publicitaires ou promotionnelles.

➤ Soutien aux familles

Les jeunes ont souligné l'importance de rendre la pratique d'activités physiques et sportives beaucoup plus accessible à toutes les bourses, et d'accorder un financement autant pour le sport récréatif que compétitif.

« Notre inscription pour le hockey, l'équipement, les tests, ça revient à 55 \$, l'inscription à 400 \$, le double lettre c'est 100 \$ de plus, c'est très cher. » Garçon plus actif

Il faut donner la possibilité d'essayer gratuitement un sport pendant une saison ou une année, pour que les jeunes évaluent s'ils l'aiment vraiment et s'ils désirent poursuivre dans cette voie.

« Faire certaines activités gratuitement puis faire essayer les activités comme une année dans une équipe de soccer et si tu aimes ça, tu peux t'inscrire l'année prochaine. » Fille plus active

Il faut aussi permettre, notamment aux jeunes les moins performants souligne-t-on, de pratiquer un sport simplement pour le bien-être et le plaisir que cela procure. Il importe de ne pas viser et valoriser uniquement l'excellence, mais bien aussi la simple pratique en favorisant la participation du plus grand nombre possible de jeunes.

➤ *Soutien aux municipalités*

L'intérêt de multiplier et de rendre accessibles les installations sportives (gymnases, centres de sports et de loisirs, parcs, aires de jeux, cours d'écoles, terrains de tennis, piscines, clubs, etc.), notamment dans les quartiers plus défavorisés où elles peuvent faire défaut, a été mentionné.

« Les jeunes veulent jouer à certains sports, mais ils n'ont pas de terrain, ils ne peuvent pas jouer. » Garçon plus actif

« Moi je fais du soccer au Centre l'hiver, ça me prend une demi-heure pour me rendre, en faire un plus proche. Ici le centre de soccer c'est trop petit. » Fille plus active

L'organisation d'événements spéciaux dans les municipalités a aussi été identifiée comme une intervention intéressante à développer. À cet effet, les jeunes ont souligné l'intérêt d'organiser régulièrement des journées sportives familiales dans les parcs et de proposer des activités adaptées aux différentes catégories d'âges.

« Moi je trouve ça le fun si les parents viennent jouer contre les enfants. Que les parents laissent gagner les enfants. Moi c'est de la fierté quand je bats mon père. » Fille plus active

Par ailleurs, l'embauche d'entraîneurs ou d'animateurs sportifs dans les parcs ou les centres de loisirs municipaux a été suggérée pour organiser et animer des activités auprès des jeunes. Des conseils et des informations sur l'activité physique pourraient aussi être offerts aux jeunes, lors de ces activités organisées. Selon les jeunes, des d'activités de ce genre devrait être régulières et avoir cours

en toutes saisons. La création d'équipes sportives dans les municipalités a aussi été proposée pour inciter les jeunes à être plus actifs.

➤ *Soutien aux écoles*

Au dire des jeunes, il importe d'octroyer un budget spécial aux écoles primaires et aux écoles secondaires, afin d'organiser des activités sportives et faire l'achat d'appareils ou d'équipements sportifs (murs d'escalade, trampolines, bicyclettes stationnaires, poids et altères, etc.).

En outre, le ministre des Sports, nous dit-on, a toute l'autorité nécessaire pour augmenter le nombre d'heures allouées à l'éducation physique et pour réglementer la malbouffe dans les écoles, afin d'amener les jeunes à mieux s'alimenter et à être plus actifs.

➤ *Campagnes publicitaires ou promotionnelles*

La réalisation de campagnes publicitaires ou promotionnelles, exploitant divers médiums tels des affiches, des messages radio ou télévision, etc. a été suggérée pour promouvoir un mode de vie physiquement actif auprès des jeunes.

*« Faire des publicités, des dépliants, des affiches pour
encourager les jeunes à faire du sport. »* Fille moins active

c) Si j'étais réalisateur d'une émission populaire auprès des jeunes, je ferais...

Afin d'encourager les téléspectateurs à faire davantage d'activités physiques et sportives, les participants ont formulé de nombreuses suggestions à l'intention des réalisateurs d'émissions de télévision populaires auprès des jeunes. Nous avons regroupé ces suggestions en deux catégories, soit le format et le contenu des émissions.

➤ *Format des émissions*

Plusieurs formats d'émissions ont été proposés pour intéresser les jeunes à l'activité physique et sportive dont, notamment, une émission humoristique qui inclurait plusieurs scènes d'activités physiques ou une comédie humoristique sur la thématique du sport. De l'avis des jeunes interrogés, l'humour est un moyen efficace pour transmettre une diversité d'informations.

Un jeu questionnaire sur la thématique du sport ou encore une émission qui favoriserait l'organisation d'activités dans les écoles, sont autant de pistes à explorer.

« J'organiserais comme genre Défi 5/30. J'ai aimé ça : l'école l'a fait. Ça nous donnait un compteur de pas et on le mettait : il comptait les pas. » Garçon moins actif

Pour augmenter l'intérêt des jeunes, on suggère aussi de créer un site Internet jumelé à une émission télévisée, sur lequel on pourrait trouver des conseils pour faire de l'activité physique. On y proposerait aussi des jeux sportifs dont les Internauts seraient les héros.

« Je suis plus attirée par un jeu avec un titre accrocheur, pas genre casse-tête de sports, un jeu d'aventure, avec des épreuves de sports. » Fille plus active

« Il y a un gars de notre classe il est super bon en soccer et là... il a un ballon. On pourrait montrer aux personnes comment faire ça. » Fille plus active

On recommande également d'organiser une tribune téléphonique où les jeunes pourraient appeler pour exprimer leur opinion, demander des conseils et des informations en lien avec l'activité physique et le sport.

➤ **Contenu des émissions**

En ce qui a trait au contenu des émissions jeunesse, les participants ont soulevé l'importance de faire preuve d'imagination et de mettre en scène une variété d'activités physiques et sportives attirantes et divertissantes, en ne se limitant surtout pas aux activités les plus connues.

« Faire des sports qui ne sont pas trop connus du monde, admettons le bungee il n'y a pas beaucoup de personnes qui connaissent ça. Le wakeboard, des choses de même parce que montrer le basketball, tout le monde... si quelqu'un qui ne sait pas c'est quoi. Ça peut être individuel ou en équipe. La mini-crosse, il n'y a pas vraiment de personnes qui savent c'est quoi. » Garçon plus actif

L'idée de créer un nouveau personnage dans une émission populaire et de lui faire pratiquer un sport a été suggérée.

« Créer un nouveau personnage qui fait du sport, une fille - parce que les filles ne font pas du sport. Elle pourrait jouer au volley-ball, avec des gens de l'école. » Fille moins active

« (...) rajouter un personnage mais qui aime faire du sport, un personnage qui tout à coup aime le sport. On voit du monde qui écoute la télé... bien le gars arrive et dit : « Venez, on va faire du sport », puis il joue à des jeux qu'on ne connaît pas, pas toujours au basket ou au soccer. Des sports qui sont pas trop connus. » Garçon plus actif

Pour inciter les jeunes téléspectateurs à vouloir imiter un personnage inspirant, on propose de mettre en scène un personnage principal physiquement actif et d'évoquer de multiples façons, avec beaucoup de conviction, qu'il a du plaisir, qu'il s'amuse et qu'il se sent bien.

« Si c'est une émission qui est aimée par tout le monde, je ferais le personnage principal... je le ferais souvent faire des exercices. Il faudrait qu'il dise : « Ah! c'est le fun. J'aime ça. » Fille plus active

« Montrer des personnes qui font du sport dans l'émission, les pratiques, les voir, elle peut montrer qu'elles s'amuse beaucoup. » Fille plus active

Dans la même ligne de pensée, l'idée de faire évoluer une vedette sportive ou artistique populaire auprès des jeunes, et d'en faire le porte-étendard de l'activité physique a aussi été suggérée dans l'espérance que les téléspectateurs agiront par mimétisme.

« Je prendrais leur idole dans l'émission et la personne va les encourager à faire de l'exercice. Comme ça, les enfants qui aiment ce personnage-là, vont vouloir faire comme lui. » Fille moins active

Pour donner envie de fournir des efforts, de persévérer et de s'améliorer, on peut aussi mettre en scène des personnages qui pratiquent un sport plus sérieusement et qui ont aussi beaucoup de plaisir à le faire. On a également souligné l'intérêt de respecter un ratio égal de filles et de garçons actifs à l'écran, de présenter des personnages ayant un profil et un gabarit auxquels les jeunes téléspectateurs peuvent aisément s'identifier et qui reflètent une plus grande diversité corporelle.

On mentionne aussi l'importance de faire porter des vêtements de sports par les personnages des émissions et de présenter les jeunes en action, plutôt que de simplement supposer qu'ils font du sport ou qu'ils sont actifs.

« Tu le vois dans la loge, il est tout trempé, mais tu l'as jamais vu jouer au hockey. Tu ne sais pas un peu comment il est sur la glace. » Garçon plus actif

d) Si j'étais parent, je ferais...

Ici encore, les jeunes, endossant un rôle fictif de parent, ont fait plusieurs suggestions pour tenter d'encourager les enfants à bouger davantage. Nous avons regroupé ces suggestions en trois catégories, soit l'approche éducative, le modèle parental et les incitatifs à la pratique.

➤ *Approche éducative*

Il importe pour les jeunes rencontrés que les parents ne les obligent pas à faire de l'activité physique, ni ne les forcent à en pratiquer une qui ne correspond pas au goût de l'enfant. Si l'attitude autoritaire semble à proscrire, les encouragements et le soutien parental apparaissent néanmoins essentiels, au dire des jeunes.

Par ailleurs, on ajoute que les parents ont le pouvoir de confisquer les jeux d'ordinateur et de restreindre les périodes d'écoute de la télévision qui limitent le temps que les jeunes peuvent consacrer à la pratique de loisirs plus actifs. Enfin, de l'avis des jeunes rencontrés, les parents ont aussi un rôle à jouer pour informer leurs enfants des nombreux bénéfices de l'activité physique sur la santé.

➤ *Modèle parental*

Plusieurs jeunes, surtout parmi les participants plus actifs, étaient fermement convaincus de l'impact majeur du modèle offert par les parents sur la pratique de leurs enfants. Règle générale, nous dit-on, les parents actifs ont tendance à encourager leurs enfants à l'être aussi en accordant de l'importance à cette habitude de vie. Bon nombre de jeunes estiment d'ailleurs avoir commencé à faire de l'activité physique parce qu'ils sont influencés par l'exemple de leurs parents. Si les parents peuvent prêcher par l'exemple et servir de modèle en se montrant eux-mêmes actifs, seul ou avec leur famille, ils peuvent aussi soutenir la pratique de leurs enfants en étant présents aux compétitions ou en encourageant leurs efforts dans une variété d'activités.

➤ *Incitatifs à la pratique*

Les incitatifs à la pratique d'activités physiques et sportives sont nombreux. On peut offrir un équipement adéquat et confortable, on peut aussi inscrire les enfants à des cours ou des camps de vacances où la pratique sportive est à l'honneur. On peut en fait fournir une foule d'occasions de pratique en rendant l'activité physique et sportive accessible, conviviale et facile pour les jeunes. De l'avis des jeunes, les parents peuvent aussi donner des récompenses (cadeaux,

accessoires de sport, repas spéciaux...) pour inciter leurs jeunes à poursuivre leurs efforts, tout comme pour souligner une victoire, une bonne performance ou une amélioration dans la pratique d'une discipline sportive.

e) *Moi, je ferais...*

Voici quelques suggestions émises par les jeunes pour encourager leurs propres parents à se montrer plus actifs. En matière d'information, les jeunes interrogés ont souligné le rôle informatif qu'ils peuvent eux-mêmes jouer pour sensibiliser leurs parents à l'importance de mieux s'alimenter et de faire de l'activité physique sur une base régulière pour être en forme et en santé.

« Leur dire qu'ils vont être plus en santé et les amener à faire de l'activité physique avec moi. » Garçon moins actif

Certains participants ont aussi souligné l'importance de la pratique d'activités physiques lorsque l'on a une vie bien remplie par le travail et lorsque l'on subit beaucoup de stress, comme c'est le cas de nombre de parents. Ils ont à cet effet observé le fait que leurs parents ont souvent peu ou moins de temps à consacrer à la pratique d'une activité physique ou sportive sur une base régulière.

Pour donner le goût aux parents de s'adonner à l'activité physique, il faut éviter de se montrer trop insistant, culpabilisant, dénonciateur ou autoritaire. On propose plutôt d'inviter les parents à accompagner leurs enfants au parc, à organiser des jeux ou des activités avec eux, telles des parties de soccer ou des promenades à bicyclette.

Pour motiver leurs amis ou quelqu'un qui n'aime pas particulièrement faire de l'activité physique, les participants ont suggéré de sensibiliser ces derniers aux multiples façons de faire de l'activité physique. D'après les jeunes, il faut inciter les moins actifs à inclure des périodes d'activités physiques dans leur agenda quotidien et à profiter de toutes les occasions qui s'offrent à eux pour bouger, soit en allant promener le chien, en se rendant à pied ou à bicyclette à l'école, ou en se rendant à pied au magasin, etc. On suggère aussi d'adapter certains règlements dans les sports pour les rendre plus accessibles, de faire une activité amusante entre amis ou d'offrir aux jeunes des activités sportives adaptées à leur capacité.

« Il y en a souvent, ils ne veulent pas le faire parce qu'ils sont moins bons que les autres; des fois ils ne touchent jamais le ballon ou la balle. Je dirais de faire différents niveaux, diversifier les activités. » Garçon plus actif

1.4. RÉFLEXION SUSCITÉE PAR LES PROPOS DES JEUNES

Le jeune de 6^e année amorce une quête de son identité adolescente et ses diverses activités constituent un terreau fertile où puiser des sources identitaires. Les relations avec l'autre, le regard évaluatif de ses pairs et des adultes qui l'entourent influent sur la perception de ce qu'il est, de ses forces et faiblesses tant physiques, que psychologiques et sociales. La pratique de l'activité physique et sportive est une scène importante où s'effectue cette recherche.

Ainsi la dimension socio-affective dans la pratique d'une activité physique ou sportive s'avère-t-elle extrêmement importante, tant pour les filles que pour les garçons, pour les enfants actifs que moins actifs. La présence de la famille (en tant qu'actrice ou spectatrice) et d'amis est assurément un facteur de motivation important, quand elle est source de valorisation, de fierté, de complicité, de plaisir, d'humour, d'encouragement, de stimulation et d'amélioration.

De plus, des facteurs sociologiques s'insèrent dans ce processus de développement des jeunes. La société de consommation exerce un attrait non négligeable chez les jeunes rencontrés qui ont accès à la télévision, à l'ordinateur, aux jeux vidéo, etc., autant de loisirs qui peuvent encourager une certaine passivité. Plusieurs des enfants consultés ont décrit avec une fierté non dissimulée, la vaste panoplie des appareils et jeux qu'ils possèdent à la maison : télévision équipée du câble, ordinateur branché sur Internet, consoles de jeux vidéo, jeux vidéo, etc. L'activité physique et sportive doit s'insérer dans ce monde séduisant des médias et de l'informatique, ainsi que dans un contexte de loisirs éclectiques caractérisé parfois par une pratique ponctuelle et souvent brève. Ici, la recherche de la découverte, du plaisir et de la fierté constituent des éléments clés susceptibles de susciter l'intérêt des jeunes.

On se rappellera que les enfants de la fin du 3^e cycle du primaire se trouvent à un âge où ils désirent prendre leurs distances, s'affranchir quelque peu de la structure familiale, et se rapprocher de leurs amis. Ils quittent lentement le monde de l'enfance pour entrer dans celui de l'adolescence, avec tous les soubresauts, les changements et les hésitations que cela sous-tend. Le clan familial demeure cependant primordial, et il semble que la disponibilité et l'engagement des parents au chapitre sportif pourraient être encore accrus, si l'on en juge les propos de nombreux enfants.

1.4.1. Différences entre les enfants actifs et moins actifs

Plusieurs différences ont été notées entre les jeunes plus actifs et moins actifs. À cet effet, lorsqu'ils se sentent moins habiles physiquement, plusieurs enfants parmi les moins actifs hésitent à se placer dans des situations où ils pourraient s'attirer les moqueries, se sentir dévalorisés ou rejetés. Plutôt que de courir un tel risque et de

vivre une expérience négative, ces jeunes préfèrent bien souvent se tourner vers d'autres types d'activités et développer d'autres champs d'intérêt.

Alors que les plus actifs semblent stimulés, entre autres, par un désir de performance et de compétition, ces valeurs ont plutôt tendance à repousser et à décourager les jeunes moins actifs. On s'aperçoit aussi que les jeunes moins actifs sont particulièrement sensibles aux irritants de nature humaine (mauvais esprit d'équipe, regard négatif des pairs, importance excessive accordée à la compétition et à la performance par certains joueurs, etc.).

Les propos des jeunes interrogés ont également mis en lumière le fait que certains d'entre eux (parmi les enfants moins actifs surtout) sont davantage attirés par les activités physiques et sportives individuelles, alors que d'autres (parmi les enfants actifs surtout) apprécient davantage celles qui se pratiquent en groupe. Il apparaît enfin que les jeunes moins actifs aient tendance à se montrer encore moins actifs durant la saison hivernale, alors que les jeunes actifs le demeureraient tout au long de l'année. Ces constats soulèvent l'importance de diversifier les stratégies de promotion et d'intervention pour rejoindre le plus grand nombre possible de jeunes.

1.4.2. Différences entre les filles et garçons

Dans bon nombre de cas, les garçons et les filles n'ont pas les mêmes sources de motivation en ce qui a trait à la pratique d'une activité physique ou sportive. Il importe dès lors d'adapter les approches et les activités pour répondre aux divers besoins et attentes de ces jeunes. On remarque à cet effet que les garçons semblent davantage aborder l'activité physique ou sportive comme une activité en soi, autonome, alors que les filles la conçoivent plus souvent en complémentarité avec une autre. C'est notamment le cas des filles moins actives qui acceptent plus facilement d'en faire si celle-ci laisse une large place au divertissement, au jeu, à la musique, à la créativité, à la spontanéité, à l'expression corporelle, à la communication interpersonnelle. Bref, il importe, dans ce cas, de privilégier la socialisation et les relations interpersonnelles dans le contexte de pratique.

1.4.3. Diversité ethnoculturelle

Les communautés ethnoculturelles sont de plus en plus présentes dans la société québécoise. Parmi les élèves que nous avons rencontrés lors de cette recherche, un nombre relativement important d'entre eux était issu de différentes communautés ethnoculturelles. Les interventions de sensibilisation des jeunes à l'activité physique devraient tenir compte de ce profil de la société québécoise, qui sous-tend des cultures, des croyances, des modes de vie, des valeurs différentes, et surtout, une certaine hétérogénéité des populations. Afin de rejoindre l'ensemble des jeunes évoluant dans les écoles québécoises, il apparaît important que cette diversité

ethnoculturelle soit représentée dans les messages qui leur sont destinés. Il importe aussi de tenir compte des caractéristiques propres à cette diversité ethnoculturelle dans les activités proposées aux jeunes.

Sans doute faudrait-il, par exemple, se questionner sur la façon de promouvoir l'activité physique en tenant compte des jeunes issus de différentes communautés ethnoculturelles. Ainsi, laisser place selon les contextes à des activités connues et valorisées par ces jeunes est susceptible de les motiver davantage. C'est en multipliant les interventions mettant en scène des jeunes de tous âges, de toutes cultures, de tous gabarits, de tous styles et de tous milieux socio-économiques s'adonnant à l'activité physique et sportive, que le plus grand nombre de jeunes se sentiront plus directement concernés.

On devra cependant garder en mémoire que l'activité physique et sportive peut ne pas figurer au nombre des priorités, des nouveaux arrivant au Canada, qui se trouvent encore dans une situation de découverte et d'adaptation importante à leur société hôte. Dans ce contexte, l'école et la communauté pourraient offrir une diversité d'activités physiques et sportives aux élèves, pendant ou après les heures régulières de classe, susceptibles de rejoindre le plus grand nombre de jeunes possible.

1.4.4. Promotion de l'activité physique et sportive

L'école est assurément perçue par les jeunes comme un milieu de vie influant et propice à la pratique de l'activité physique et sportive, ainsi qu'à la sensibilisation à de saines habitudes de vie. À cet effet, les propos recueillis ont fait ressortir le souhait d'une plus grande et riche diversité d'activités, notamment dans le cadre des cours d'éducation physique dispensés à l'école. On souhaite explorer de nouvelles avenues, sortir des sentiers battus en jumelant par exemple différents sports et activités, et en les adaptant à divers niveaux de performance. Au cours des dernières années, plusieurs activités inédites ont ainsi vu le jour et on ne devrait pas hésiter à innover plus encore.

Il apparaît important aussi d'accorder un soin particulier à la publicisation des activités physiques et sportives organisées dans les différents quartiers à l'intention des jeunes (centres des loisirs, Maisons des jeunes, écoles, parcs, etc.), surtout lorsqu'elles sont gratuites ou à faible coût. Actuellement, cette publicisation semble faire défaut, nous a-t-on laissé savoir. Dans un même ordre d'idées, on devrait travailler à mieux faire connaître la vaste panoplie des activités physiques et sportives, permettant de répondre à l'éventail des goûts et des attentes des jeunes.

De l'avis des jeunes, les différents médias ont également un rôle à jouer pour faire la promotion de l'activité physique et sportive, même si leur impact réel sur le

comportement apparaît peu tangible pour certains d'entre eux. Bon nombre d'émissions télévisées incluant des séquences sportives ont tendance à se montrer plutôt conservatrices, traditionnelles et limitées dans le choix des activités physiques et sportives mis en scène, qui se résument souvent au basketball, au soccer et au hockey, qui sont des sports d'équipe, majoritairement pratiqués par les garçons. On peut dès lors supposer que certains jeunes, notamment les filles et les moins sportifs, se sentent peu concernées par ces séquences et qu'ils s'y identifient plus difficilement. Il serait donc souhaitable de diversifier les activités physiques et sportives présentées à l'écran, de manière à toucher tant les filles que les garçons, tant les plus actifs que les moins actifs. Il apparaît en outre judicieux de recourir à divers modèles de référence tant féminins que masculins, en faisant appel par exemple à des vedettes et à des personnages populaires auprès des jeunes pour véhiculer un message lié à l'activité physique et sportive.

Les messages médiatiques faisant la promotion d'un mode de vie physiquement actif devrait mettre l'accent sur les aspects positifs de la pratique d'activités physiques et sportives et sur le plaisir lié à la pratique. S'il est un langage que tous les jeunes comprennent et valorisent, c'est bien celui du plaisir et du divertissement qui toujours, doit demeurer au cœur même de l'activité physique et sportive des jeunes garçons et filles.

Il importe enfin de mettre en contexte les messages promotionnels en les intégrant dans le court terme et non le long terme. Le jeune sera plus ouvert et réceptif aux bénéfices immédiats de la pratique, qu'à ses effets ultérieurs quand il sera plus âgé. Les préjugés du jeune sont ici souvent imprégnés du fait que le danger en lien avec la faible pratique physique ne sera manifeste que plus tard, et que c'est à ce moment là seulement qu'il conviendra d'agir. Or, un enfant de 12 ans a de la difficulté à se projeter dans l'avenir, notamment en ce qui a trait à sa santé. D'où l'importance d'insérer les interventions dans l'univers actuel du jeune et d'insister sur l'importance de la continuité

VOLET 2

**Synthèse des entrevues
réalisées auprès des enseignants du
primaire en éducation physique**

VOLET 2 – SYNTHÈSE DES ENTREVUES RÉALISÉES AUPRÈS DES PROFESSEURS D'ÉDUCATION PHYSIQUE DU PRIMAIRE

2.1. OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

En mai et juin 2006, une recherche qualitative sur la thématique de l'activité physique et sportive a été réalisée auprès de professeurs d'éducation physique enseignant dans la région de Montréal, en vue de compléter la première cueillette d'informations réalisée précédemment auprès d'élèves francophones de 6^e année du primaire. Cette étape constituait le deuxième des trois volets de recherche et avait pour objectifs spécifiques de :

- ⇒ cerner la perception des éducateurs physiques à l'égard de la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes;
- ⇒ connaître la perception des éducateurs physiques concernant les facteurs jugés favorables et défavorables à la pratique des jeunes; et
- ⇒ recenser des situations de vie en activité physique et sportive susceptibles d'être évoquées dans les contenus d'émissions jeunesse.

2.2. MÉTHODOLOGIE

La partie qui suit présente l'instrument de recherche, l'échantillon, le processus de collecte de l'information, le traitement et l'analyse des données ainsi que les limites de ce deuxième volet de recherche. L'approche retenue pour la réalisation de ce volet de recherche est de nature qualitative, et n'a aucune prétention de représentativité ou de validité statistique.

2.2.1. Instrument de recherche

Le guide d'entrevue pré-établi¹³ comportait trois thèmes, soit :

- ⇒ la perception du profil de la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes;
- ⇒ la perception des facteurs favorables et défavorables à la pratique des jeunes; et
- ⇒ les expériences concrètes de pratique d'activités physiques et sportives susceptibles d'être évoquées dans les contenus télévisuels en programmation jeunesse.

13 Le guide d'entrevue utilisé pour la réalisation des entrevues auprès des enseignants en éducation physique est présenté à l'annexe III.

Deux entrevues de groupe d'une durée d'environ trois heures chacune ont été réalisées dans les locaux de la Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal. Les entrevues ont été enregistrées pour permettre une transcription intégrale des propos et en faciliter la description. Pour assurer la confidentialité des propos des participants, chacune des entrevues a été transcrite sans mention du nom, ni de la provenance des participants.

2.2.2. Échantillon

Pour mener à bien ce deuxième volet de recherche, deux entrevues de groupe ont été effectuées auprès de 13 éducateurs physiques, enseignants dans autant d'écoles primaires, faisant partie des trois commissions scolaires francophones de Montréal. L'intérêt de cette répartition était de refléter une certaine diversité de milieux socio-économiques et géographiques de la grande région montréalaise. Pour prendre part à un groupe de discussion, les éducateurs physiques devaient satisfaire à trois critères : enseigner ou avoir enseigné à des filles et des garçons de troisième cycle du primaire ; être intéressé à participer à un groupe de discussion d'une durée d'environ trois heures ; et avoir le désir de s'exprimer sur le sujet de la présente recherche. Les sept femmes et les six hommes participants ont été recrutés d'après un échantillon de convenance¹⁴.

2.2.3. Collecte de l'information

Le recrutement des éducateurs physiques a été effectué par téléphone, par un membre de l'équipe de recherche, à partir d'une liste de contacts de chacune des trois commissions scolaires francophones de Montréal. Lors de cet entretien, des explications concernant le projet de recherche et la démarche ont été transmises. Pour assurer un consentement libre et éclairé, les éducateurs physiques qui ont manifesté un intérêt à participer aux groupes de discussion ont reçu un formulaire de consentement à signer.

2.2.4. Traitement et analyse des données

Toutes les entrevues ont été enregistrées et transcrites intégralement. Cette transcription a été effectuée à partir d'un gabarit développé dans un contexte d'analyse comparative. Les diverses dimensions et indicateurs issus du guide d'entrevue ont permis de structurer le décodage des propos et leur analyse. Rappelons qu'il s'agit d'une étude qualitative, et qu'à cet effet, les tendances principales ont servi de matériel pour l'analyse.

14 Méthode d'échantillonnage basée sur l'opportunité, la disponibilité et l'accessibilité des participants dans un milieu donné en fonction de critères prédéterminés.

2.2.5. Limites de la recherche

Les limites méthodologiques de ce volet de recherche requièrent une certaine prudence dans l'interprétation et la généralisation des résultats présentés. À cet égard, considérant le budget et le temps disponibles pour la réalisation de ce deuxième volet de recherche, les diverses limites suivantes méritent d'être relevées :

- ⇒ le nombre restreint de groupes de discussion (2), de participants (n=13) et d'écoles (n=13);
- ⇒ le moment de l'année où les entrevues de groupe ont été réalisées, soit en fin d'année scolaire;
- ⇒ seuls des enseignants en éducation physique de la région de Montréal ont été consultés;
- ⇒ seuls des enseignants en éducation physique de niveau primaire ont été consultés;
- ⇒ seuls des enseignants en éducation physique œuvrant dans des écoles francophones ont été consultés;
- ⇒ l'utilisation d'un échantillon de convenance fondé sur l'accessibilité et la disponibilité des participants.

Notons que la constitution de cet échantillon n'a aucune prétention de représentativité d'une plus large population. Néanmoins, il permet de faire ressortir une diversité de points de vue et d'expériences au regard du sujet traité, et ce, à un moment donné.

2.3. DESCRIPTION DES DONNÉES DES RENCONTRES AVEC LES ENSEIGNANTS EN ÉDUCATION PHYSIQUE

L'approche qualitative utilisée pour ce deuxième volet de recherche est de nature descriptive et vise à refléter les propos des participants en faisant ressortir les principaux points de convergence et les différences qui les caractérisent. Les informations de nature qualitative provenant des transcriptions d'entrevues des professeurs d'éducation physique ont été dans un premier temps inscrites dans un tableau comparatif où les réponses à chaque question ont été reliées les unes aux autres. Par la suite, une sélection des verbatim relatifs a permis d'effectuer un montage descriptif des diverses perceptions des participants concernant la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes, la perception des facteurs favorables ou défavorables à la pratique, de même que des suggestions émises par les participants pour favoriser l'intégration de contenus en lien avec l'activité physique et sportive dans les productions jeunesse. Les extraits de verbatim présentés dans cette section du rapport sont tirés des deux groupes de discussion composés d'éducateurs et d'éducatrices physiques enseignants dans différentes écoles primaires de Montréal.

Les pages qui suivent présentent la synthèse des propos recueillis auprès des éducateurs physiques consultés, accompagnée de nombreux propos tirés textuellement des entrevues. Le lecteur y trouvera également une section proposant une réflexion suscitée par les propos des éducateurs physiques.

2.3.1. Perception du profil de pratique d'activités physiques et sportives des jeunes

Les professeurs que nous avons consultés ont à composer, dans l'exercice de leur fonction, avec des enfants affichant une diversité d'intérêts, d'aptitudes, d'attentes et de pratiques d'activités physiques. Ils enseignent tant à des enfants qui passent leurs temps de loisirs à jouer à l'ordinateur ou à regarder la télévision, qu'à des jeunes inscrits à une variété d'activités parascolaires, le plus souvent sportives (soccer, hockey, basketball, natation, etc.). En début d'entrevue, les éducateurs physiques rencontrés ont donc donné leur perception du niveau de pratique des élèves qu'ils côtoient à l'école, de l'évolution de la pratique de ces derniers et des raisons qui justifient ou non leur intérêt pour l'activité physique et sportive.

a) Niveau de pratique d'activités physiques

Les professeurs d'éducation physique rencontrés perçoivent une nette différence dans la pratique de l'activité physique de leurs élèves entre les plus actifs et les moins actifs. Le niveau de pratique d'activités physiques des jeunes est en effet fort variable, nous affirment les enseignants. Nombre d'enfants accorderaient spontanément une place prioritaire à l'activité physique dans leur agenda, alors que pour d'autres la pratique d'activités physiques et sportives serait tout à fait secondaire et irrégulière.

➤ *Du côté des moins actifs*

Les participants sentent les jeunes moins actifs moins attirés par une large variété de sports, mais plus enclins à se tourner vers des activités plus traditionnelles (hockey, basketball, soccer, etc.). Les sports extrêmes et les activités exigeant des habiletés plus spécifiques ou un entraînement plus assidu susciteraient d'ailleurs un intérêt moindre auprès de cette clientèle. Les enfants moins actifs sont aussi beaucoup plus réfractaires à l'aspect « compétition » du fait, nous dit-on, qu'ils sont souvent moins performants. Ils recherchent avant tout le plaisir et le bien-être, se souciant peu d'exceller, de se surpasser ou de se démarquer des autres. Ce qui peut expliquer, selon les éducateurs physiques, que plusieurs garçons moins actifs préfèrent les équipes mixtes pour la pratique des activités collectives où, selon eux, le niveau est plus faible, et où les garçons risquent moins d'être perçus comme les moins performants du groupe. Les jeunes qui sont physiquement peu actifs à l'école maintiennent, en général, le même comportement dans leurs autres activités quotidiennes. Au dire de certains éducateurs physiques, les élèves moins actifs sont parfois moins bien intégrés, appréciés et acceptés de leurs camarades. Ils se tiennent plus en retrait et participent moins aux activités organisées.

➤ *Du côté des plus actifs*

Les jeunes actifs, pour leur part, sont beaucoup plus sensibles à la compétition et plus soucieux du rang qu'ils occupent sur l'échelle de la performance. Ces élèves, actifs à l'extérieur du cadre scolaire et inscrits dans des cours de groupe ou individuels, manifestent le même comportement à l'école, dans le cours d'éducation physique et les activités parascolaires.

Selon les professeurs consultés, les enfants plus performants sur le plan sportif ont tendance à être valorisés au sein de leur groupe d'appartenance. Ils suscitent une certaine admiration de leurs pairs et deviennent des modèles à suivre. Les sportifs sont souvent des élèves qualifiés de « cool » et « populaires » par leurs camarades.

« C'est plus hot quelqu'un qui est hot en édu. »

Les enfants qui ont développé une passion pour un sport et qui lui consacrent fidèlement du temps à chaque semaine, ont tendance à se montrer globalement plus actifs. L'activité physique fait partie intégrante de leur vie. L'estime de soi et la confiance en soi acquises, entre autres, via l'activité physique les poussent également à se montrer plus aventureux et plus curieux, et à chercher sans cesse à dépasser leurs propres limites.

b) Évolution de la pratique au fil des ans

De façon globale, les enfants qui terminent aujourd'hui leur primaire ont touché à un plus grand nombre d'activités physiques et sportives qu'il y a cinq ou dix ans. Depuis les dernières années, l'éventail des activités proposées dans les écoles s'est considérablement étendu, nous a-t-on dit. Aux activités traditionnelles (hockey, ballon chasseur, soccer, course à pieds, etc.) se sont ajoutées d'autres activités plus inusitées : le défi paille, l'accro-gym, le frisbee, l'inter-crosse, etc.

On a aussi combiné certains sports, modifié des règlements, changé l'équipement utilisé, tout cela dans le but de créer des activités intéressantes et attrayantes comme le soccer-baseball, le Kin-Ball, le floor-ball et le tchoukball, pour les jeunes de tous les niveaux.

Au cours des dernières années, certains sports ont également beaucoup gagné en popularité chez les jeunes. Ainsi en est-il, par exemple, du soccer qui est de plus en plus pratiqué tant par les filles que par les garçons. On apprécie tout particulièrement que ce sport soit accessible à tous puisqu'il ne nécessite qu'un équipement très limité. Le basketball devient également de plus en plus populaire, notamment auprès des garçons. Selon les participants, on doit faire attention à ne pas trop utiliser ces activités dans les cours d'éducation physique, parce qu'elles sont aussi très populaires comme activités parascolaires.

Malgré la diversité d'activités proposées, plusieurs professeurs ont tout de même le sentiment que les jeunes d'aujourd'hui se montrent globalement un peu plus blasés et réticents à faire de l'activité physique que par le passé. C'est l'ère de l'informatique et de la télévision qui nécessitent peu d'efforts et génèrent beaucoup de stimuli. Pour assurer la participation des élèves, il faut organiser des activités qui sortent vraiment de l'ordinaire. Il faut constamment attirer les jeunes par de la nouveauté et de l'inédit. Cette nouvelle exigence demande davantage de travail, de planification et de préparation de la part des professeurs d'éducation physique.

Au fil du temps, plusieurs professeurs perçoivent un changement dans la pratique de l'activité physique chez les jeunes. Les jeunes d'aujourd'hui qui pratiquent un sport ou font de l'activité physique sur une base régulière, le font de plus en plus dans un contexte encadré, structuré et planifié. Les activités spontanées ou organisées sur le champ en réunissant quelques amis disponibles semblent généralement moins fréquentes qu'auparavant.

En outre, les enfants de 4^e et 5^e année du primaire sont, règle générale, plus actifs et sportifs que ceux de 6^e année, et la tendance à la baisse s'accentuerait avec l'entrée au secondaire, précise-t-on. La 6^e année, en fait, marquerait le début d'un certain déclin de la forme et de la pratique d'activités physiques et sportives chez plusieurs jeunes. Aujourd'hui, à l'heure de la récréation, les enfants qui récemment jouaient à cache-cache ou au ballon chasseur, s'agglutinent davantage pour rire et parler ensemble.

« ...les jeunes de 6^e là, ils commencent à être cool; puis là, ils commencent à regarder les filles. Il y a tout ce petit jeu-là qui est dans ça. Alors que les 4^e année sont encore bébés; ils veulent jouer, ils veulent jouer au ballon, ils sont encore très actifs dans la cour d'école au niveau des jeux de ballon et tout ça. Alors que les 6^e on va avoir un plus grand nombre qui vont choisir de ne pas participer aux activités structurées. »

Au fur et à mesure qu'ils vieillissent, les jeunes ont tendance à délaisser la pratique régulière d'activités physiques, à opter pour des activités plus passives et à favoriser les activités à caractère social. On constate que les jeunes passent beaucoup plus de temps libre à simplement parler entre amis et que le déclin de la pratique de l'activité physique se fait davantage sentir chez les filles que chez les garçons.

« ...quand j'ai fait mon stage au secondaire avec des filles, natation, je pense que j'avais 25% des filles qui étaient dans le cours, tandis que les gars ils étaient pratiquement tous là... »

Certains professeurs d'éducation physique expliquent aussi ce changement par la nouvelle conscience du corps à l'adolescence. On est davantage soucieux de l'image corporelle que l'on projette, du regard qu'autrui pose sur nous. On craint davantage

de se montrer dans des poses ou des situations embarrassantes, de se tromper, d'afficher au grand jour un excès de poids, d'exposer ses faiblesses à la critique.

Souvent, ceux qui se savent très bons dans un sport et qui sont sûrs de leurs aptitudes courent le risque de prêter flanc au regard parfois sévère de leurs pairs. Les enfants peu actifs, pour leur part, auront alors plutôt tendance à consolider leur sédentarité.

« ... au primaire, ils se découvrent, ils sont naïfs, ils se permettent l'erreur puis ils ont le goût d'essayer. Quand ils arrivent au secondaire avec toute la conscience du corps qu'ils ont, ils ne sont pas sûrs qu'ils vont essayer, parce que... qu'est-ce qu'ils vont avoir l'air ? »

Pour certains jeunes, la pratique d'un sport peut aussi s'avérer un antidote efficace contre la gêne. Des élèves plus timides ou plus réservés en classe se déploient comme un rayon de soleil quand ils entrent dans le gymnase et ont l'occasion de faire valoir leurs compétences physiques, affirment certains éducateurs physiques. Leur agilité, leur vitesse, leur mobilité, leur souplesse deviennent alors leur langage propre et leur façon de s'exprimer.

2.3.2. Perception des facteurs favorables et défavorables à la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes

a) Facteurs favorables à la pratique des jeunes

Les éducateurs physiques rencontrés ont énuméré différents facteurs qui, selon leur perception, faciliteraient la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes. Ces facteurs qui semblent jouer un rôle significatif dans leur motivation, leur persévérance et leur assiduité à la pratique, ont été regroupés en quatre catégories référant soit aux caractéristiques liées à l'individu, au milieu familial et social, au milieu scolaire ou encore à la nature même des activités.

➤ Caractéristiques liées à l'individu

Parmi les facteurs favorables à la pratique d'activités physiques et sportives, deux caractéristiques liées à l'individu ont été mentionnées par les éducateurs physiques rencontrés : la recherche de plaisir et de satisfaction personnelle, de même que la saine compétition et l'importance accordée à la victoire.

— Recherche de plaisir et de satisfaction personnelle

Les professeurs insistent vivement sur l'importance du plaisir dans la pratique de l'activité physique, en ajoutant que la notion de plaisir n'exclut pas pour autant le goût du défi, du dépassement de soi, des efforts, de la poursuite d'objectifs ou

même de la compétition qui doit cependant être dosée en fonction des attentes et des intérêts de chaque personne. Si le jeune n'a plus de plaisir à faire une activité physique, le signal d'alarme doit se faire entendre.

« ...dans le fond c'est d'éliminer les niveaux de compétition, c'est pas ça qui est la recette, la recette c'est : as-tu du plaisir à faire ce que tu fais, est-ce que tu apprends, est-ce que tu t'améliores, est-ce que tu aimes les gens avec lesquels tu le fais ? »

– *Saine compétition et importance accordée à la victoire*

D'après plusieurs professeurs, même si la victoire peut s'avérer un facteur de motivation et une source de satisfaction importante pour de nombreux jeunes, elle n'est pas absolument nécessaire. Elle n'est en fait qu'une façon, parmi d'autres, de récompenser les efforts déployés.

« ...je suis d'accord que la victoire ce n'est pas important, mais je pense que moi je l'utilise parce que c'est un bon moyen d'éducation. »

« Mais gagner ça peut être autre chose, gagner ça peut être d'avoir réussi à faire quelque chose que tu n'étais pas capable avant. »

On doit se rappeler que lorsque la compétition et la recherche de la victoire deviennent trop vives, on s'aliène peu à peu la participation des jeunes moins sportifs et des moins performants, alors que l'objectif est de promouvoir la pratique régulière de l'activité physique auprès de tous les jeunes, quelles que soient leurs habiletés.

➤ *Caractéristiques liées au milieu familial et social*

En ce qui concerne les caractéristiques liées au milieu familial et social, l'engagement des parents et la présence d'amis actifs dans son entourage ont été identifiés par les participants consultés comme des facteurs favorables à la pratique des jeunes.

– *Engagement des parents*

On insiste sur le rôle important des parents pour soutenir la motivation et la persévérance des jeunes dans leur pratique d'activités physiques. Derrière un enfant sportif, il y a souvent un parent qui est lui-même actif ou qui valorise la pratique de l'activité physique, qui encourage les efforts fournis, qui accepte de donner du temps pour permettre à son enfant de s'entraîner.

« ...les jeunes qui font de l'activité physique de 6^e année, c'est surtout des jeunes qui sont engagés dans des activités supportées par les parents. »

« Faut aider les parents à un moment donner à s'impliquer, parce que la réussite à long terme c'est ça, c'est les parents qui s'impliquent. »

– *Présence d'amis actifs dans son entourage*

L'activité physique comporte une importante composante socioaffective. Rares sont les jeunes qui s'adonnent à une activité en vrais solitaires, si ce n'est que de façon temporaire, ou dans un cadre compétitif pour s'entraîner ou améliorer une performance. La plupart des jeunes apprécient les sports collectifs ou les sports individuels qui se pratiquent en compagnie de pairs. L'activité sportive est une façon importante pour de nombreux jeunes de vivre de beaux moments d'amitié, de développer des complicités et de se valoriser socialement.

On remarque que les enfants actifs ont tendance à évoluer aux côtés de pairs partageant des intérêts et un mode de vie analogues. Le fait d'avoir des amis actifs dans son entourage serait un facteur favorable à la pratique des jeunes.

➤ *Caractéristiques liées au milieu scolaire*

Enfin, plusieurs caractéristiques liées au milieu scolaire ont été mentionnées par les éducateurs physiques comme des facteurs pouvant favoriser la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes. Ces caractéristiques font référence à la transmission de connaissances, la visite d'athlètes ou de personnalités, l'organisation d'activités spéciales, l'adaptation des activités à la clientèle cible, le bon équilibre entre les équipes et la valorisation de chacun.

– *Transmission de connaissances*

Dans le cadre de leur cours, certains professeurs d'éducation physique ont pris l'initiative de transmettre à leurs élèves de l'information sur les bienfaits de l'activité physique et de la saine alimentation. Ils ont expliqué les raisons pour lesquelles il est bénéfique d'adopter de saines habitudes de vie. Cette initiative semble avoir été très bien accueillie par les jeunes eux-mêmes qui cherchent davantage à comprendre pourquoi il importe d'adopter un comportement précis plutôt que de se le voir imposer sans aucune justification. Ils sont intéressés, particulièrement au début de l'adolescence, aux sujets qui concernent leur corps et leur intégrité physique. À la suite de l'intervention de ces professeurs, il semble que plusieurs jeunes aient révisé leur mode de vie, et aient intégré davantage d'activités physiques au quotidien. Les professeurs d'éducation physique sont conscients qu'ils peuvent jouer un rôle de sensibilisation auprès de leurs élèves.

« ...je fais un cours théorique là, deux heures, je me suis arrangé avec la direction pour ne pas prendre les heures où ils bougent par exemple, en dehors en classe, je vais les voir puis je leur demande à quoi ça sert l'éducation physique, puis je les questionne, puis je leur donne de l'information. »

« ...il y avait un questionnement, à quoi ça sert de courir puis, je parle de l'obésité, je parle de plein de choses là, d'alimentation, d'hygiène corporelle. »

— *Visites d'athlètes ou de personnalités*

La visite d'athlètes dans les écoles constitue un moyen intéressant pour promouvoir l'activité physique auprès des jeunes, soulignent les éducateurs physiques, puisque les jeunes ont besoin de modèles et sont avides d'exemples de personnalités inspirantes à suivre et à copier. Cette initiative laisserait toujours de bons souvenirs chez les jeunes.

« ...j'en ai eu un en ringuette, puis en escrime, puis le gars en escrime il est venu avec le fleuron, le masque, le plastron et tout ça, puis ça ça donne beaucoup le goût aux enfants, ils sont contents. J'en ai deux suite à ça dans un milieu défavorisé que les parents ont décidé de les inscrire pour une session. En ringuette les gars comme les filles ils ont vraiment trippé, parce qu'on a eu un athlète de l'équipe canadienne qui est venu nous démontrer ça. Fait que je trouve que les fédérations qui envoient des athlètes pour démontrer les sports dans les écoles, avec le matériel, les médailles, ça encourage beaucoup, beaucoup les enfants. »

Les athlètes ne sont toutefois pas les seules figures de proue aptes à promouvoir l'activité physique et sportive auprès des jeunes, bien au contraire. Une personnalité populaire auprès des jeunes (humoriste, comédien, artiste, musicien) pourrait tout autant sensibiliser les jeunes à l'importance de maintenir une bonne forme physique qu'un athlète d'élite et ainsi laisser entendre que l'activité physique fait partie intégrante de la vie. Ces personnalités peuvent agir comme des modèles intéressants et amener les jeunes à bouger davantage, comme en témoigne l'anecdote suivante.

« ...ils ont fait venir un groupe du Rwanda qui fait de la musique avec des congos, puis ils présentaient des instruments de musique et tout ça. Ils ont mis la grosse fête tout l'après-midi pour les plus vieux, de 3^e à 6^e. Tout le monde était invité au gymnase pour voir ça, puis c'était très bien. On dansait avec

eux et tout ça. Puis, quand ils ont présenté les joueurs de l'équipe, moi je m'attendais, c'est du primaire, je m'attendais pas à cette réaction-là. Quand ça a été terminé, le dernier joueur qui a été présenté, les gens se sont tous précipités puis ils voulaient faire signer des autographes, j'en revenais pas. C'est signe qu'ils ont besoin de modèles... »

– *Organisation d'activités spéciales*

Les jeunes aiment beaucoup faire de l'activité physique dans le cadre d'événements spéciaux (tournois, compétitions, rallyes, olympiades, défis, etc.). De tels événements donnent un petit air de fête à l'activité physique et ils laissent une large place à la composante sociale. Ils assouviennent aussi, chez plusieurs jeunes, un besoin de compétitivité et de défi. À cet effet, les activités inter-écoles semblent particulièrement prisées, bien qu'elles exigent plus de préparatifs et d'organisation de la part des professeurs d'éducation physique. Même si elles ne sont pas aussi fréquentes qu'on le souhaiterait, tous les participants sont d'avis qu'on devrait en organiser davantage.

« Alors, c'était une soirée de golf familial. Bien je vais vous dire qu'il y avait plein de monde, on avait des inscriptions incroyables mais ça continuait d'arriver, d'arriver. On a fini avec des projecteurs, on voyait rien. C'était vraiment incroyable. Les familles venaient. »

« ...l'année dernière avec mes petits je fais du cirque, puis on fait toujours une démonstration, une classe présente à une autre classe puis on invite les parents. »

« ...j'organise avec les parents de maternelle des ateliers de motricité pour les enfants, donc je fais un parcours de motricité dans mon gymnase, c'est parents-enfants, c'est une suite d'ateliers. »

Les enfants aiment aussi beaucoup lorsque les professeurs d'éducation physique leur proposent des défis personnels à relever, qui mettent à l'épreuve leur persévérance, leur résistance, etc. Les professeurs rivalisent d'originalité pour en proposer qui sont accessibles à tous et susceptibles de recevoir une réponse positive. Les activités suggérées débordent souvent du cadre exclusivement sportif et visent à promouvoir une approche plus globale de la santé et du bien-être.

« On appelle ça le défi de la dizaine, dix jours sans télé ni jeux vidéo et on avait des activités de remplacement. Puis les enfants ont vraiment fait beaucoup d'activités différentes. »

Certains professeurs n'hésitent pas non plus à accorder une pleine liberté à leurs élèves en leur proposant de concevoir et d'organiser eux-mêmes des activités qu'ils pourront ensuite faire vivre à d'autres élèves de l'école. Les grands de 6^e année ressentent habituellement une vive satisfaction et une fierté à jouer le rôle d'animateur notamment auprès des plus jeunes.

« ...ils étaient en équipe et les enfants devaient inventer un jeu, un jeu collectif, à présenter à des élèves de 1^{re}, 2^e, 3^e et ça vraiment les jeunes, ils avaient un canevas, un canevas pour décrire le jeu, le matériel (...) il faut qu'ils insistent pourquoi on le fait, pour l'animer à quelqu'un d'autre, le présenter à quelqu'un d'autre, dans le but d'écrire un petit recueil de jeux qui va être accessible à d'autres. »

Selon les professeurs d'éducation physique, les enfants aiment beaucoup les activités qui sortent des sentiers battus et qui ont un vent de nouveauté. C'est souvent une façon d'attirer les élèves moins actifs qui ne sont pas, à priori, attirés par de nombreux sports. Plusieurs activités inédites ont donc vu le jour depuis les dernières années parmi lesquelles on retrouve, par exemple, des activités de cirque (diabolo, jonglerie, etc.), des adaptations d'activités sportives déjà existantes comme le Kin-Ball, le tchoukball, le défi-paille et l'accro-gym, ou d'autres activités moins communes comme le frisbee, l'intercrosse, la trottinette, l'escalade et le kayak.

« Tchoukball, c'est un jeu qui est ni genre trampoline, moi je compare ça beaucoup à un jeu de volley-ball où au lieu d'être deux terrains distincts, c'est sur un même terrain. Donc c'est un jeu où tu n'as pas d'opposition directe... »

« L'accro-gym, ça aussi c'est très populaire. Les enfants embarquent beaucoup là-dedans. »

Pour les filles, la communication et l'interaction sont extrêmement importantes dans la pratique de l'activité physique. Elles aiment être avec leurs amies, rire, avoir du plaisir et parler ensemble. À cet effet, la danse (hip hop, jazz, etc.) est une activité privilégiée, par certains professeurs, pour rejoindre les filles, puisque ce mode d'expression physique comble, pour plusieurs d'entre elles, leur désir d'expressivité, de créativité, de socialisation et de communication. Qui plus est, l'aspect compétition est moins accentué dans ce genre d'activité. L'utilisation de cerceaux ou de cordes à danser sur fond musical semble également plaire aux filles. Même les moins actives y trouvent un certain plaisir.

« Moi je pense que les filles... l'important, c'est d'être entre amies, d'avoir une relation d'amitié pendant le cours d'éduc. Ça c'est le fun tout ça. »

« ...avec le cerceau je leur montre qu'on peut faire plein de choses et parce que je danse avec le cerceau, parce que je le fais tourner autour de ma taille, parce que je fais des choses comme sauter à la corde avec, ça devient que les petits gars qui ont de la difficulté à sauter à la corde, ils apprennent à sauter à la corde, les filles elles aiment ça parce qu'on fait des petits concours, celle qui va durer plus longtemps avant que le cerceau tombe, on danse avec le cerceau, on met de la musique et tout ça, et puis ça c'est quelque chose qu'ils pourraient même avoir à la maison. »

— *Adaptation des activités à la clientèle cible*

Certaines activités gagnent à être quelque peu modifiées et adaptées pour les rendre plus accessibles, plus attrayantes et plus conviviales, pour les filles et les garçons. C'est une approche que les professeurs n'hésitent pas à adopter avec succès, notamment auprès des élèves moins actifs, et qui mise davantage sur le plaisir que sur la performance. Ces derniers se montrent souvent plus réfractaires aux contraintes dictées par des règlements stricts et aux limites à leur liberté d'action. Il importe donc de chercher à rejoindre les moins actifs en adaptant les activités proposées aux différents niveaux de compétence des jeunes. Chacun doit y trouver son compte et sentir qu'il a un rôle à jouer dans l'activité, quels que soient son niveau de performance et ses capacités.

« ...je suis en groupe mixte, que ce soit un sport co, bien j'essaie de mettre les règles au plus bas, au plus facile pour commencer et peu importe le niveau, le jeune qui est fort il ne s'ennuiera pas plus si les règles sont plus faciles... »

« Faut que ce soit adapté pour qu'ils vivent des réussites aussi. »

Les activités libres organisées le midi ou après les heures de classe (soccer, hockey cosom, basketball, marche rapide, etc.) sont une autre façon judicieuse de rejoindre les enfants moins actifs. Ils ne se sentent alors contraints ni par les horaires, ni par la durée ni même par l'obligation de participer, sachant qu'ils peuvent intégrer ou se retirer de l'activité en tout temps. En effet, les jeunes moins actifs hésitent souvent à s'engager dans des activités à long terme qui exigent assiduité et régularité. Ce qui explique, selon les éducateurs physiques, que plusieurs élèves se tournent davantage vers les activités individuelles, non encadrées et non structurées.

– *Bon équilibre entre les équipes*

Les professeurs sont bien conscients que personne n'aime être perdant. Dans un tel contexte, il importe que les équipes soient bien équilibrées pour les activités collectives et que l'issue de la partie ou du match ne soit pas prévisible. Les professeurs accordent une grande importance à la constitution des équipes, car elle représente un facteur de motivation non négligeable. Elle est fortement tributaire du plaisir vécu par les différents joueurs, bons et moins bons.

Dans les activités collectives, il arrive que certains jeunes, souvent les moins performants sur le plan sportif ou les moins populaires, ne soient choisis par aucune des équipes. Pour remédier à cette situation peu valorisante, un des participants suggère de leur accorder à l'occasion le privilège de se mettre en équipe avec lui.

« Nous des fois ce qui arrive, quand des jeunes veulent pas participer, des fois ça peut être parce qu'il y a personne qui veut être avec lui en équipe (...). Moi je vais me mettre avec toi. Souvent moi je vais me placer avec lui... là il est avec le prof, il est tout content. Ça ne prend pas de temps habituellement que les autres viennent me voir. Bien prof je peux-tu être avec toi, non, non, moi je suis avec lui parce qu'il y avait personne qui voulait être avec lui. Ça ça fait le tour souvent et ça les motive. »

– *Valorisation de chacun*

Les professeurs d'éducation physique ont le souci de valoriser et d'encourager chaque enfant dans ses efforts, quelles que soient ses performances, ses capacités et ses aptitudes. Le dépassement personnel et la persévérance sont les principales valeurs mises de l'avant par les éducateurs physiques rencontrés. Tous ont le souci de suivre le rythme de chacun, de ne pas s'intéresser qu'aux meilleurs élèves et de promouvoir l'activité physique pour tous les jeunes.

« C'est de trouver le petit déclic qui va valoriser l'enfant, qui va faire en sorte que l'autre il n'a juste plus de raison de rire d'elle, parce qu'il sait que là-dedans, il va se faire planter par elle. »

Certains professeurs développent des stratégies pour valoriser les enfants peu performants dans certaines activités, mais qui manifestent un certain intérêt et fournissent des efforts pour participer plus activement. Pour pallier à leur moins bonne performance physique, ils en font notamment des modèles auprès des plus jeunes. On note aussi que le cours d'éducation physique peut permettre aux élèves plus difficiles, ou moins performants en classe sur le plan académique de se valoriser à travers une activité physique.

« ...j'ai une élève, elle n'est pas très bonne en basket mais elle aime bien, (...). Elle n'a pas la chance vraiment de se développer parce que c'est, mettons, une fois par semaine. Alors, ce que je fais, je l'invite comme animatrice le soir après l'école avec mon groupe de petits. J'ai un groupe de 3^e-4^e année. Elle, elle est en 6^e. Elle vient à titre d'animatrice, puis pendant ce temps-là, ça lui permet de se pratiquer. Donc, elle est très valorisée parce qu'elle a comme le rôle de démonstratrice, le rôle d'enseignante, de chouchouter les petits, de leur aider. Là, eux autres, ils la voient comme le bon Dieu. Eux autres ils sont contents, c'est elle qui est là. Quand ils la voient dans le corridor, ils disent à du monde : « Elle est bonne en basket, elle! »

b) Facteurs défavorables à la pratique des jeunes

Nous considérons ici, selon le cas, les différents irritants ou freins perçus par les éducateurs physiques rencontrés au regard de la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes. Ces facteurs défavorables, qui sont souvent à la source de mauvaises expériences vécues par les enfants, ont été regroupés en quatre catégories référant soit aux caractéristiques liées à l'individu, au milieu familial, au milieu scolaire ou encore à l'environnement de pratique.

➤ Caractéristiques liées à l'individu

De nombreuses caractéristiques liées à l'individu ont été identifiées par les éducateurs physiques rencontrés comme des freins potentiels à la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes. Ces caractéristiques font référence au sexe, à l'appartenance aux communautés ethnoculturelles, au manque d'intérêt personnel pour les activités physiques et sportives, au problème de surplus de poids ou d'obésité, aux difficultés personnelles d'organisation et à la compétition excessive.

— Sexe

Dans plusieurs cas, le sexe peut s'avérer un frein à la pratique d'activités physiques et sportives. De manière générale, les filles de 6^e année du primaire auraient tendance à se montrer un peu moins actives que les garçons. De l'avis des professeurs rencontrés, les filles seraient généralement moins persistantes et abandonneraient plus facilement leurs activités en cours de route que les garçons.

« Les filles, ça les dérange toujours plus. Elles veulent même pas essayer des fois... “Non je ne serai pas capable “... alors que le garçon fonce davantage. »

« Il y a quand même l'attitude aussi des garçons. Ils sont toujours plus en groupe. Eux autres, ils ne l'ont pas. Ils vont dire on est capable, ça ne les dérangera pas. Il y a une certaine gêne chez les filles que les garçons n'ont pas, je pense. Ils ne sont pas capables, ça ne les dérangera pas pantoute, ils ont marqué le point... »

Plusieurs filles afficheraient également une moins grande résistance et force physique, que leurs camarades masculins, qui les pousseraient parfois à se retirer du groupe. Les cours d'éducation physique dispensés à l'école sont mixtes et les filles sont souvent confrontées à une inégalité de performance. Pour remédier à cette difficulté, il importe de bien équilibrer les équipes et de répartir adéquatement les compétences. Certains professeurs d'éducation physique organisent aussi à l'occasion des activités non mixtes, exigeant moins de force physique permettant ainsi aux filles d'y trouver davantage leur compte.

« Quand tu arrives en sports collectifs, on a travaillé toutes sortes d'autres choses, l'écart est grand, les filles se retirent, ne font plus rien. »

« Moi j'essaie toujours d'aller chercher des jeux où la force physique rentre pas en ligne de compte, que les filles ont autant de chance que les garçons, comme les jeux de tchoukball. »

«... je veux essayer l'année prochaine où je vais travailler avec les 5^e, 6^e année d'avoir des blocs séparés pour quelques semaines, juste pour voir seulement avec les filles en sports collectifs comment je peux les amener à travailler efficacement, pas se laisser écraser par les gars ou se retirer ou ne pas rien faire parce qu'elles sont gênées. »

D'autres professeurs adaptent les activités aux attentes, aux goûts et aux compétences des moins actives (modification ou allègement de certains règlements, formation d'équipes équilibrées, distribution non discriminatoire des rôles, etc.).

« ...quand, les filles, on leur offre des choses intéressantes, c'est-à-dire des équipements adéquats, des règles de fonctionnement qui sont adaptées, des capacités de pouvoir s'impliquer, ne serait-ce que l'organisation des équipes, la façon d'évaluer, c'est toutes des façons qui sont pour eux autres, je dirais, motivant... et de leur offrir des possibilités, ça fait la différence. »

On a rapporté le cas de filles qui justifient leur inactivité physique - pendant leurs menstruations, notamment - parce qu'elles ont la conviction que cela est mauvais pour la santé et qu'elles risquent d'avoir de la difficulté à enfanter plus tard.

« ...ça arrive des situations souvent, comme ça, ou avec des amis ou la jeune élève... Tu as parlé de menstruations tantôt. Elle m'arrive l'année passée : "Je suis menstruée, je ne veux pas faire l'activité physique." Je dis : "Bien non! Au contraire, ça va t'aider!" "Oui mais, plus tard, je ne pourrai pas avoir de bébé si je fais ça..." »

Notons enfin que la désaffection graduelle des filles pour l'activité physique et sportive n'est pas perçue, par les enseignants, comme un phénomène universel ou irréversible. Certaines filles se montrent en effet très sportives et attirées par une multitude d'activités physiques, et elles demeurent actives au fil du temps.

— *Appartenance aux communautés ethnoculturelles*

Plusieurs enseignants consultés considèrent que l'appartenance à certaines communautés ethnoculturelles semble avoir une influence sur la pratique de l'activité physique et sportive des jeunes. À cet égard, de peur d'essuyer la désapprobation de parents d'élèves, certains professeurs hésitent beaucoup à aller à l'encontre de pratiques de familles issues de diverses communautés ethnoculturelles qui ne valoriseraient pas ou peu la pratique de l'activité physique et sportive, notamment auprès des filles. Plusieurs familles, au dire des professeurs, semblent également interdire ou encore limiter la participation à une activité physique ou sportive en raison d'une croyance ou l'autre.

« ...toutes mes petites filles musulmanes, toutes mes petites filles qui sont voilées, ... ne pratiquent pratiquement pas d'activités physiques. Elles arrivent à la maison, c'est en dedans. Ils ont beaucoup, beaucoup de difficulté à s'exprimer, à s'extérioriser. Elles sont là... elles ne savent pas quoi faire. On essaie par différentes activités d'aller les stimuler, que ce soit les sports individuels, les sports collectifs, la danse, en essayant de varier, c'est très difficile, parce qu'elles n'ont jamais fait ça, ... »

Nombre de parents, nouveaux arrivants, originaires de pays en guerre ou politiquement instables tendent aussi à restreindre les déplacements et les sorties de leurs enfants voulant ainsi assurer leur sécurité. Selon les participants, certains parents interdisent souvent de quitter le domicile, de se déplacer en dehors des heures d'école ou encore de fréquenter les parcs, par mesure de sécurité. De ce fait, il devient difficile pour ces jeunes de s'inscrire à une activité parascolaire ou d'aller simplement jouer dehors par exemple.

« ...ces enfants-là ils restent à ... dans des grands immeubles (...). Fait que c'est des enfants qui jouent dans les corridors, qui vont jouer avec des boules de papier dans les springs des portes. Ils vont sauter, ils vont jouer au basketball dans ça, ils vont jouer au hockey à terre. Ils jouent dans les corridors, mais ils ne sortent pas. Le sport qu'ils font mes élèves à moi, c'est à mon école. Ils n'en font pas ailleurs. »

« ...ils ne vont pas vraiment en dehors des heures ou en dehors des activités structurées, pour s'organiser seuls, pour jouer. Et pourtant, le parc est superbe. Il est attenant à l'école. C'est tout près de chez eux parce qu'ils marchent pour venir à l'école. Je pense que c'est dans leur milieu, on ne leur permet pas de sortir. »

En outre, au dire de certains enseignants, ces nouveaux arrivants doivent souvent faire l'apprentissage de la liberté, s'intégrer à une nouvelle communauté, à un nouveau milieu de travail et se voient confronter à des cultures et des valeurs différentes. Dans un tel contexte, elles n'ont que peu de temps ou d'énergie à consacrer aux activités physiques et sportives de leurs enfants.

En contrepartie, on souligne que bon nombre de garçons appartenant à certaines communautés ethnoculturelles sont très actifs. Ils sont attirés notamment par les jeux de ballon comme le soccer et le basketball. Selon les professeurs, certains sports seraient plus spontanément associés à des certains groupes ethnoculturels, tels le soccer pour les Latinos américains, le badminton pour les Asiatiques, ou le basketball pour les Haïtiens. Dans ces cas, la pratique d'un sport permettrait souvent de rallier la communauté autour d'une activité commune.

— *Manque d'intérêt personnel pour les activités physiques et sportives*

La nature des intérêts individuels des jeunes influence également leur rapport avec la pratique d'activités physiques et sportives. Habituellement, les enfants peu sportifs ou moins actifs sont davantage attirés par des activités culturelles, solitaires et plus calmes, que ce soit la musique, la lecture, l'ordinateur ou la télévision.

« Ça les intéresse moins. Eux autres ils sont super captivés par les jeux vidéo. »

— *Problème de surplus de poids ou d'obésité*

Les problèmes liés à un surplus de poids ou à l'obésité chez les jeunes sont de plus en plus présents dans les écoles selon les professeurs. Plusieurs jeunes affligés par de tels problèmes ont tendance à opter pour la sédentarité, parce

qu'ils ont de la difficulté à se mouvoir aisément, parce qu'ils ont peur de se blesser, ou parce qu'ils ne veulent pas être victimes des moqueries de la part des autres élèves.

Tous les enseignants rencontrés considèrent cependant que les jeunes obèses ou affichant un surplus de poids devraient demeurer physiquement actifs. Plusieurs sports peuvent être pratiqués sans problème, quel que soit le poids des élèves, alors que d'autres doivent cependant être adaptés pour faciliter l'exécution de certains mouvements ou limiter les risques de blessures. Par ailleurs, certains participants soulignent qu'il y aurait un mythe à combattre à l'effet que les élèves les plus gros seraient les moins actifs. Ce qui n'est pas nécessairement vrai.

– *Difficultés personnelles d'organisation*

Au dire de certains professeurs, la génération des enfants ayant fréquenté très tôt les garderies et les services de garde manifesterait moins d'intérêt pour les activités sportives spontanées, non planifiées et non structurées. Habitué à ce qu'on organise et structure leur horaire pour eux, ils auraient plus de difficulté à prendre des initiatives personnelles, à organiser eux-mêmes des activités ou à se regrouper pour s'adonner spontanément à une activité. Ils attendent plutôt qu'on leur propose et planifie des activités pour eux, en prenant soin de limiter au maximum les irritants et les contraintes opérationnelles.

« ...il faut les organiser. Si on ne les organise pas, j'ai l'impression... moi, j'ai le feeling un peu que c'est comme... un peu comme la génération des enfants qui ont passé leur temps dans les garderies à partir de six mois, ils ont toujours été organisés. O.K. là on fait du bricolage, là on fait ça, là on fait ça. »

D'après certains professeurs d'éducation physique, ces enfants n'ont pas pris l'habitude de s'organiser, de prendre des initiatives, d'imaginer spontanément des activités. On voit de moins en moins de jeunes qui improvisent des parties de hockey ou de soccer ou qui jouent à se lancer un ballon. Quand ils s'adonnent à une activité physique, celle-ci est la plupart du temps planifiée par une ligue ou un centre de loisirs.

« Moi, je trouve que le fait d'être toujours dans le service de garde, garderies, je pense que c'est... ils ont ça à faire, ils savent tout. Ils sont tellement... ils attendent qu'on les organise. »

« Je pense qu'ils s'organisent moins aussi, parce que, moi, j'ai un parc juste en face de l'école, puis il y a un terrain de soccer qui n'est pas utilisé, un terrain de baseball pas utilisé... »

« Non, il faut que ce soit organisé, sinon ils ne s'organisent pas. »

– *Compétition excessive*

La compétition entre les jeunes n'est pas un facteur incitatif pour tous. Si elle en motive plusieurs, surtout parmi les plus actifs qui se fixent des objectifs de performance, elle en paralyse souvent d'autres. Les professeurs d'éducation physique doivent travailler, nous dit-on, à maintenir un niveau de compétition adéquat ayant pour simple fonction d'entretenir l'intérêt et la motivation des troupes, et de maintenir un certain défi. La compétition trop vive est souvent perçue comme une source d'échec et de désintérêt chez certains jeunes, car seuls les meilleurs se sentent qualifiés pour y prendre part.

➤ *Caractéristiques liées au milieu familial*

Plusieurs caractéristiques liées au milieu familial ont aussi été identifiées par les éducateurs physiques rencontrés comme des freins probables à la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes. Pensons notamment au milieu socio-économique et au manque de soutien parental.

– *Milieu socio-économique*

Plusieurs professeurs voient un lien direct entre la pratique de l'activité physique et sportive des jeunes et le milieu socio-économique dont ils sont issus. Selon eux, les jeunes de milieux défavorisés pratiquent habituellement moins de sports et se montrent aussi moins actifs. De façon générale, faute de moyens financiers adéquats, leurs parents seraient moins susceptibles d'octroyer un budget pour les inscrire à des activités, acheter des équipements sportifs ou encore à se déplacer pour les conduire à leurs entraînements ou à leurs activités.

*« ...quand tu inscriis ton jeune au soccer, c'est 50-100 \$.
Donc, dans un milieu défavorisé, les parents ne peuvent pas se
permettre d'inscrire leur enfant dans des activités organisées,
sauf si c'est gratuit mais de plus en plus c'est payant, donc ça
devient plus difficile. »*

Toujours selon les enseignants rencontrés, le statut familial influencerait aussi souvent la pratique de l'activité physique chez les jeunes. Ils soulignent que dans les familles éclatées vivant dans la pauvreté, les enfants bénéficient souvent d'un encadrement moins serré, et sont moins encouragés à s'adonner à la pratique régulière d'activités physiques et sportives.

– *Attitude et soutien parental*

Dans la majorité des familles où les deux parents travaillent, cette situation impose des horaires très chargés, qui laissent habituellement moins de temps à consacrer pour les loisirs et le transport des enfants vers l'une ou l'autre activité. Même les activités organisées en fin d'après-midi trouvent peu d'adeptes, car les parents sont souvent bousculés par le nombre imposants de tâches à accomplir (aller chercher les enfants à la garderie ou à l'école, préparer le souper, superviser les devoirs, donner les bains, etc.).

« L'école payait et il y a eu des activités qui ont été obligées de fermer complètement parce qu'il n'y avait pas assez d'enfants. Parce que c'était compliqué pour les parents de venir chercher les enfants ou venir les reporter parce que... »

« ...c'est la logistique et c'est les parents, parce qu'il y avait beaucoup d'enfants qui auraient voulu participer, oui mais ma mère ne veut pas c'est trop compliqué. »

On a spécifié toutefois spécifié que la participation des élèves aux activités parascolaires serait certainement plus élevée si les écoles offraient ces activités pendant l'heure du dîner ou tout de suite après les classes. Il apparaît important de réduire le plus possible les problèmes de logistique et d'organisation pour les parents.

« ...il y a un organisme qui s'appelle Carrefour et qui a justement commencé des cours de soccer, une activité soccer, je ne dirais pas des cours-là, ils jouent au soccer pour les 5^e, 6^e année et autant garçon-fille, il y a une grosse participation, peut-être une soixantaine d'élèves, c'est trop de monde dans le gymnase en même temps là mais c'est un grand succès si on veut au niveau de la participation et c'est tout de suite après l'école. »

Par ailleurs, on mentionne que les enfants plus sédentaires reçoivent souvent moins d'encouragement et du soutien de la part de parents qui valorisent peu l'activité physique ou qui ont peu de temps et d'énergie à lui accorder.

Même si l'encouragement des parents à faire de l'activité physique est un facteur de motivation pour nombre d'enfants, il en est certains qui préfèrent s'y adonner en compagnie de leurs amis plutôt que de leur famille. C'est entre autres le cas lorsque les parents se montrent surprotecteurs ou encore trop sévères ou trop exigeants. Le jeune peut alors de ne pas se sentir à l'aise pour laisser libre cours à sa fantaisie, à son désir de défoulement et d'expression.

➤ *Caractéristiques liées au milieu scolaire*

Plusieurs caractéristiques liées au milieu scolaire ont aussi été perçues par les éducateurs physiques rencontrés comme d'autres freins potentiels à la pratique régulière d'activités physiques et sportives des jeunes. Ces caractéristiques font principalement référence à la pertinence des activités offertes, au mauvais esprit d'équipe et aux contraintes liées à l'équipement et au budget.

– *Pertinence des activités offertes*

Les échecs vécus dans les cours d'éducation physique sont souvent imputables au manque d'adaptation des activités proposées à la clientèle visée. Parfois, on commet l'erreur de proposer des activités trop enfantines ou au contraire trop difficiles pour l'âge ciblé, ou encore non adaptées au type de clientèle (ex : enfants ayant des troubles de comportement, enfants ayant des limitations physiques, etc.). Pour qu'elles présentent un certain intérêt pour les jeunes, les activités offertes doivent imposer un défi adéquat et permettre de vivre des succès valorisants.

«... si tu leur donnes un défi qui est trop élevé pour le sentiment de compétence, c'est à ce moment-là que les enfants n'embarquent pas. Tant qu'ils ne se sentent pas compétents aux activités ou tu ne leur donnes pas la chance d'être compétents, c'est là qu'ils décrochent. »

– *Manque d'esprit sportif*

Sans être fréquentes, des situations conflictuelles surviennent à l'occasion dans les cours d'éducation physique, à la suite d'un manque d'esprit d'équipe, du dénigrement, de l'intimidation ou du rejet d'un ou de plusieurs élèves. Parfois, le problème origine d'un comportement malhabile ou d'une attitude déplaisante de la part d'un élève.

« ...à un moment donné c'est de prendre le temps avec cet enfant-là, lui dire est-ce que tu sais pourquoi les autres n'ont pas le goût de jouer avec toi. Là l'enfant il dit non, des fois il dit oui, puis à partir de cette analyse-là on se retrouve que finalement c'est, il bouscule les autres, il les insulte ou à chaque fois qu'il vient pour faire équipe avec les autres, bien il n'a pas une bonne approche. (...) mais il y a eu une progression dans les premières semaines, elle était complètement rejetée puis à un moment donné, elle a pu participer à certaines activités. »

Plusieurs filles sont aussi victimes d'intimidation notamment de la part des garçons qui leur signalent souvent leurs moins bonnes performances. Les

professeurs d'éducation physique prennent au sérieux leur rôle d'arbitre et de conciliateur dans de telles situations car ils souhaitent que chacun ait du plaisir à participer aux activités proposées. Le bon déroulement du cours d'éducation physique repose donc sur un travail d'équipe et sur l'unité des élèves, sportifs et peu sportifs.

« ...le milieu où je suis actuellement les élèves sont durs entre eux, ils vont se faire des commentaires difficiles et tout ça, certains élèves vont décrocher à cause de ça, (...) ils se font pointer. »

Les éducateurs physiques doivent également développer des stratégies efficaces pour venir en aide et valoriser les enfants rejetés par le groupe, afin de leur permettre de vivre des succès en matière d'activité physique.

« ...il faut aller les chercher absolument, faut réussir à les intégrer dans l'activité puis encore là avec des petites réussites, avec des rôles à jouer plus précis, des tâches plus précises, quelque chose qui va les valoriser mais parce que souvent, c'est des enfants qui n'en vivent pas des réussites. »

On souligne enfin que le cours d'éducation physique est le reflet des valeurs, du code de vie des orientations et de l'ambiance générale qui prévaut dans l'école. Si le respect d'autrui, l'encouragement, le dépassement personnel et l'accomplissement ne figurent pas parmi les valeurs encouragées dans l'établissement, elles ne le seront pas plus dans le cadre d'une activité sportive.

— *Contraintes liées à l'équipement et au budget*

De l'avis des éducateurs physiques consultés, l'obligation de porter des équipements de protection pour s'adonner à la pratique d'une activité physique ou sportive rebute au départ certains jeunes, que ce soit pour des raisons d'esthétique ou encore pour s'opposer aux règlements et à l'autorité en place. Sachant que la frustration est souvent passagère, les professeurs ne tolèrent habituellement aucun passe-droit au chapitre de la sécurité.

« ...j'ai dit premièrement tout le monde doit en faire et non seulement tout le monde doit en faire, mais ils doivent le faire de façon sécuritaire. Donc ça prend des protège-cous, protège-genoux, protège-coudes et ça prend des patins. »

On fait cependant remarquer l'achat de tels équipements gruge parfois une bonne partie du budget d'opération. Dans l'exercice de leur profession, les éducateurs physiques rencontrés ont en effet à composer avec des budgets

d'opération limités. Plusieurs se plaignent d'ailleurs de devoir dispenser leurs cours avec un équipement souvent en mauvais état, ou sinon carrément désuet. On arrive tout juste, dans certains cas, à remplacer le matériel brisé. Il est souvent impensable de songer à acheter du nouveau matériel pour organiser des activités originales qui sortent un peu de l'ordinaire. Cette contrainte budgétaire freine souvent certains professeurs dans leurs élans de créativité.

*« ...c'est obligatoire, on ne peut même plus enseigner le hockey
cosom sans lunettes. Alors, si l'école n'a pas le budget pour les
lunettes, on n'est pas protégé. »*

Cette contrainte pour l'achat d'équipements de protection peut alors inciter certains professeurs à privilégier des activités qui n'en exigent aucun et de ce fait, limiter la panoplie des possibilités offertes aux élèves. Ce qui a fait dire à quelques uns que le contenu des cours d'éducation physique à l'école, est parfois peu varié.

*« Tout ce que je trouvais le fun, bien il faut je le laisse tomber parce
que je n'ai pas le matériel. Fait que pour moi ça m'empêche de, c'est
sûr qu'à un moment donné à force d'être là, des années je vais
m'acheter ce que moi je préfère, mais là pour l'instant, il faut que je
laisse tomber des affaires que je pense, les élèves c'est bien beau jouer
au ballon, mais à un moment donné il y a autre chose que le ballon,
mais là j'ai juste des ballons, ils jouent au ballon. »*

➤ *Caractéristiques liées à l'environnement de pratique*

Quelques caractéristiques liées à l'environnement de pratique ont aussi été identifiées comme des freins perçus par les enseignants à la pratique régulière d'activités physiques et sportives des jeunes. Ces caractéristiques font référence au manque d'infrastructures ou d'installations adéquates, au problème de sécurité et aux conditions climatiques.

— *Manque d'infrastructures ou d'installations adéquates*

Dans plusieurs quartiers, nous dit-on, on doit déplorer la rareté ou la vétusté des installations et infrastructures permettant de faire de l'activité physique (parcs, espaces verts, pistes cyclables, terrains de soccer, filets de basketball, etc.) à proximité du domicile familial. Par ailleurs, il semble que les infrastructures existantes (les écoles, les centres de loisirs, les salles paroissiales, etc.) ne soient souvent pas utilisées à leur pleine capacité et que les heures d'utilisation sont généralement assez limitées. L'insuffisance de ces lieux de rassemblement pour la pratique d'une activité physique ou sportive serait donc un irritant important, au dire de certains professeurs.

*« Je pense qu'au niveau des écoles, la seule chose qu'ils
pourraient essayer d'améliorer c'est au niveau des heures la fin
de semaine qui c'est un petit peu plus fermé. »*

Par ailleurs, plusieurs participants semblent penser que les jeunes qui résident en banlieue auraient tendance à se montrer plus actifs que les jeunes citadins en raison notamment de la plus grande proximité des aires de jeu disponibles et de la présence plus importante d'espaces verts.

— *Problème de sécurité*

Certains professeurs mentionnent le fait que dans certains milieux défavorisés, les jeunes doivent composer avec la présence de gangs de rues et faire face à un problème de sécurité en raison de la criminalité qui sévit. Il est parfois trop dangereux pour eux de fréquenter les parcs à certaines heures. Une contrainte importante qui limite, affirme-t-on, la pratique plus spontanée d'activités physiques et sportives. La situation semble s'être particulièrement aggravée depuis l'imposition des coupures de budgets qui étaient auparavant consacrés à la surveillance et l'entretien des parcs de quartiers.

*« ...aujourd'hui on a tellement coupé dans les surveillants de
parcs, dans les gardiens de parcs que lorsqu'on vient pour faire
quelque chose dans un parc, il y a de la vitre sur les terrains de
tennis, il y a de la vitre sur les terrains de basketball. Moi je
suis rendu que quand j'y vais pour faire mes activités j'amène
mon petit balai dans ma valise, c'est pas des farces là parce que
ça arrive très, très fréquemment que je suis obligé de nettoyer
une partie du terrain pour m'installer et puis les jeunes quand
ils viennent pour faire quelque chose, ils ne sont pas à l'aise
parce qu'il y en a qui veulent leur voler leurs affaires, leur
ballon de basket ou quoi que ce soit. Fait que ce qui fait que je
suis convaincu qu'il y a un paquet de gens qui en feraient
beaucoup plus d'activités physiques mais dans un contexte où il
n'y a pas aucune surveillance puisque c'est des gangs qui se
tiennent là puis il y a des deals de drogue. »*

*« ...des quartiers qui ne sont pas sécurés tout le temps le soir,
comme chez nous ce n'est pas tout le temps sécurés le soir, alors
les enfants ne sortent pas tout seuls, aller au parc, il y a des
gangs de rue, prostitution, etc. »*

– *Conditions climatiques*

Plusieurs jeunes n'aiment pas faire de l'activité physique en hiver, à cause du froid. Les activités sportives qui se pratiquent en été sont d'ailleurs souvent plus populaires. Un mythe semble également persister à l'effet que les sports d'hiver exigent plus de préparatifs, plus de déplacements et plus d'équipements dispendieux.

2.3.3. Évocations d'activités physiques et sportives dans les contenus médiatiques

En fin d'entrevue, les éducateurs physiques ont été invités à examiner l'apport des médias pour promouvoir un mode de vie physiquement actif auprès des jeunes. À cet effet, ils ont d'abord émis des commentaires sur leur perception de l'impact des messages médiatiques, avant de proposer, par la suite, des suggestions destinées aux acteurs médiatiques pour intégrer contenus en lien avec l'activité physique et sportive dans les productions jeunesse.

a) Impact des représentations d'activités physiques et sportives

Les éducateurs physiques interviewés semblaient être d'avis que la télévision peut représenter un moyen efficace pour promouvoir l'activité physique et sportive auprès des jeunes, en plus de proposer des modèles de pratique diversifiés et d'encourager les jeunes à être physiquement actifs.

À cet effet, on souligne que l'impact de certaines émissions sur les jeunes est parfois tel que l'on note souvent une augmentation importantes des inscriptions dans les centres sportifs à la suite de la diffusion par exemples de matchs ou d'événements sportifs importants comme les Jeux Olympiques, la Coupe du monde de soccer ou encore un championnat international de plongeon, de natation ou de patinage.

« Il y a eu une grande recrudescence en patin de vitesse, oui beaucoup. Quand il y a eu le championnat du monde aquatique, le water-polo a été mis sur la scène, les filles en particulier. Moi je suis dans ce milieu-là, il y a eu des inscriptions comme jamais dans tous les petits clubs, comme jamais. »

En contrepartie, les professeurs d'éducation physique mentionnent que plusieurs des émissions sportives télévisées diffusent presque exclusivement des activités ou des matchs mettant en scène des garçons (hockey, baseball, de soccer, basketball). On peut présager que les filles, plus absentes de l'action, se sentent moins interpellées par ce qu'on leur présente et y trouvent moins matière à susciter leur intérêt pour la pratique sportive de manière générale.

Les participants ont aussi relevé le cas d'autres types d'émissions, notamment les dramatiques populaires, qui présentent différentes scènes où l'on voit des jeunes jouer au ping-pong, se préparer pour un match de hockey ou encore faire de la lutte. On nous a précisé que ce type de scènes pourrait être diffusé plus fréquemment. D'après leurs propos, les séquences développées sur le thème de l'activité physique et sportive seraient susceptibles d'avoir un impact sur les téléspectateurs en démontrant, par exemple, le plaisir entourant la pratique.

b) Suggestions pour intégrer des contenus en lien avec l'activité physique et sportive dans les productions d'émissions jeunesse

Les éducateurs physiques interviewés ont donné une foule de suggestions pour promouvoir l'activité physique et sportive auprès des jeunes par le biais de la télévision ou de sites Internet en lien avec les émissions jeunesse. Ces suggestions font principalement référence à la mise en scène des personnages, au contenu et format des émissions.

➤ *À la télévision*

– *Mise en scène des personnages ou protagonistes*

- ⇒ Mettre en scène des personnages qui ont un plaisir évident à faire de l'activité physique, de manière à ce qu'ils projettent une image positive de la pratique qui inspire les jeunes.
- ⇒ Mettre en scène une grande variété de personnages (toutes catégories d'âges, de sexes, de corpulences et de milieux) pour bien illustrer que l'activité physique est accessible à tous et qu'elle se pratique à toute période de la vie. Ses personnages peuvent devenir pour les jeunes des modèles et des sources d'inspiration
- ⇒ Mettre en scène des personnages ayant un certain niveau de compétence dans leur sport, de manière à encourager les jeunes téléspectateurs à se dépasser.
- ⇒ Donner la parole à des personnalités populaires auprès des jeunes, pour promouvoir l'activité physique (Chantal Lacroix, Stéphanie Dubois, Gabrielle Des Trois Maisons).
- ⇒ Illustrer, à travers les personnages, la relation parents-enfants dans un contexte d'activité physique.

– *Contenu de l'émission*

- ⇒ Organiser des joutes sportives entre des vedettes et des jeunes téléspectateurs sélectionnés à la suite d'un concours, et en diffuser des extraits lors de l'émission.
- ⇒ Limiter le nombre de scènes illustrant la compétition et valoriser plutôt la simple participation, accessible à tous.
- ⇒ Varier les sports mis en scène et ne pas hésiter à en présenter certains qui sortent des sentiers battus.
- ⇒ Limiter la présentation de sports extrêmes ou d'activités qui ne peuvent être pratiqués que par une minorité de jeunes.
- ⇒ Inciter les vedettes à exprimer qu'elles ont du plaisir à faire de l'activité physique et que ce plaisir est accessible à tous.
- ⇒ Faire connaître les bons coups réalisés dans les écoles, les municipalités et les communautés.
- ⇒ Inviter les membres d'une même famille à disputer des joutes sportives ou à opposer leurs compétences dans le cadre d'activités de type Fort Boyard.
- ⇒ Proposer un défi sportif pour la semaine à venir (ex : sauter à la corde à danser pendant cinq minutes chaque jour, question-piège à résoudre, jeu questionnaire, etc.). Ce genre de « devoir actif » pourrait être signé ou validé par le professeur d'éducation physique.
- ⇒ Créer un événement autour de l'émission, de manière à accroître sa portée et sa visibilité. C'est une émission dont les jeunes devraient parler entre eux, qui devrait avoir un effet rassembleur, que l'on devrait suivre avec plaisir de semaine en semaine, avec un slogan thématique percutant.
- ⇒ Insister sur le fait que l'activité physique est accessible à tous et indiquée pour toutes les personnes (quels que soient le poids, les limites physiques, les aptitudes).
- ⇒ Ne pas hésiter à inclure des scènes où le plaisir, l'humour et le défi en lien avec l'activité physique sont manifestement présents.

- ⇒ Associer l'activité physique à une composante musicale ou artistique de manière à rejoindre les jeunes moins actifs (ex : danse sous fond musical, rallye sportif sur une thématique culturelle (ex : le Rallye Harry Potter).
- *Format de l'émission*
 - ⇒ Offrir une diversité d'émissions où la parole et l'action sont attribuées à des jeunes.
 - ⇒ Inviter une vedette ou une personnalité publique connue des jeunes à livrer un témoignage positif et percutant sur son rapport avec l'activité physique. La valorisation personnelle, l'estime de soi et le plaisir devraient être au cœur même de son message

➤ *Sur les sites Internet*

Les sites Internet en lien avec les émissions télévisées constituent une avenue pertinente à développer pour rejoindre les jeunes et les soutenir positivement dans la pratique de l'activité physique et sportive. En proposant par exemples des jeux, des sondages, des questionnaires individualisés, des capsules vidéo mettant en scène des jeunes en action, des capsules informatives, des témoignages percutants, des trucs et conseils pour remédier à certaines difficultés rencontrées, des ressources d'aide et des références accessibles à tous ou encore des capsules illustrant les débuts des athlètes. Les sites Internet devront intéresser les jeunes à une diversité de sujets en continuité avec les thématiques abordées dans les émissions télévisées.

2.4. RÉFLEXION SUSCITÉE PAR LES PROPOS DES ENSEIGNANTS EN ÉDUCATION PHYSIQUE

Les éducateurs physiques consultés dans le cadre de cette recherche n'ont pas dressé un profil alarmiste de la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes, même s'ils sont conscients que de plus en plus d'enfants sont sédentaires, affichent un surplus de poids ou souffrent d'obésité. Ils ont par ailleurs relevé le fait que la diversité de leur clientèle (sexe, appartenance ethnoculturelle, milieu socio-économique...) représente un défi pour promouvoir l'adoption d'un mode de vie physiquement actif auprès de tous les jeunes.

La lecture des propos des enseignants a nourri notre réflexion notamment en ce qui a trait à la nature des facteurs favorables et défavorables liés à la pratique de l'activité physique et sportive, aux comportements et attentes des jeunes en matière d'activités physiques et sportives, de même qu'en ce qui concerne les modalités d'intervention tant dans les cours d'éducation physique et à la santé, que dans les contenus médiatiques.

2.4.1. Facteurs favorables et défavorables à la pratique d'activité physique et sportive

Les propos recueillis lors des deux entrevues effectuées auprès des éducateurs physiques viennent compléter et corroborer ceux des jeunes de 6^e année primaire consultés dans un premier temps. Jeunes et enseignants font sensiblement état des mêmes freins et des mêmes facteurs facilitant la pratique de l'activité physique.

Selon les enseignants consultés, il existe bel et bien de nombreux freins qui limitent la pratique des jeunes. Certains d'entre eux seraient plus difficiles à contrecarrer, pensons aux valeurs propres aux différentes communautés ethnoculturelles, au type d'encadrement familial ou à la pauvreté. Il serait cependant possible d'agir pour limiter l'impact de certains autres freins, comme le manque d'accessibilité aux infrastructures sportives, la poursuite de la performance à tout prix, le manque de sécurité ou le mauvais esprit d'équipe.

On peut par ailleurs contribuer à une plus grande participation des jeunes en misant notamment sur les facteurs facilitant la pratique de l'activité physique. À cet égard, le plus grand soutien et l'encouragement des parents, l'offre d'activités physiques qui misent sur le divertissement, le plaisir et la dimension sociale, l'organisation d'événements spéciaux ou le développement d'activités inédites sortant des sentiers battus seraient à privilégier.

2.4.2. Comportements et attentes des jeunes

Les comportements des jeunes de 9 à 12 ans s'insèrent dans un contexte sociologique différent de celui qui prévalait il y a 10 ans. Les jeunes sont davantage sollicités, encadrés autrement, en contact avec une diversité grandissante de communautés ethnoculturelles, quotidiennement exposés à une variété de loisirs (médias entre autres) et soumis à une panoplie de messages publicitaires. Ils évoluent aussi dans un contexte familial où le travail et les modes de consommation colorent significativement le mode de vie. Dans un tel environnement, les jeunes de 9 à 12 ans expriment des attitudes et des comportements particuliers en regard de la pratique d'activités physiques et sportives.

Certains jeunes sont portés à s'inscrire dans une activité de performance et de compétition où le rendement est à l'honneur. Ces jeunes constituent des apprenants engagés à la recherche de défis. D'autres, tout en étant également actifs, s'engagent différemment dans la pratique d'activités physiques et sportives. Dans ce cas, cette pratique est davantage motivée par la quête du plaisir, la rencontre et l'interaction avec l'autre et par l'apprentissage. Ces jeunes cherchent davantage l'évasion plus que la concentration, la collaboration plus que la comparaison avec l'autre, l'appréciation plus que l'évaluation et l'intégration plutôt que la confrontation.

Il est important que les éducateurs physiques gardent en mémoire que dans toutes les autres disciplines scolaires, les élèves sont évalués sur leur performance dans un

domaine précis (la mathématique, le français, etc.). En activité physique, c'est leur personne entière (corps, intelligence et personnalité) qui est mise sur la sellette. L'activité physique et sportive peut s'avérer une belle opportunité de réussite, mais aussi d'échec pour le jeune. Un échec, souvent vécu devant public, est susceptible de générer de la frustration, de la déception, de la souffrance ou du découragement.

Nonobstant les distinctions existant entre les enfants actifs et moins actifs, on retrouve un axe commun chez eux : vivre le plaisir du faire et de l'agir en toute liberté, dans un contexte d'animation ou d'encadrement. Dès leur tout jeune âge, de nombreux enfants ont été invités à découvrir et à s'approprier une variété de loisirs (émissions de télévision, jeux électroniques, activités ludiques et physiques, contexte scolaire). C'est ainsi que la nouveauté et la diversité suscitent un intérêt chez les jeunes de 9 à 12 ans, et font souvent office de déclencheurs d'attention et de motivation.

L'activité physique et sportive peut s'avérer un locus riche en relations interpersonnelles, particulièrement importantes à cet âge. L'estime de soi et la valorisation individuelle pourront ici se développer. Soulignons que les activités de groupe (intra-classe, inter-classes ou inter-écoles) sont une façon de développer et de renforcer la complicité, l'identité collective et le sentiment d'appartenance.

2.4.3. Modalités d'interventions

a) À l'école et à la maison

Certains professeurs d'éducation physique ont pris l'initiative de transmettre, dans le cadre de leur cours, de l'information théorique sur les bienfaits de l'activité physique et de la saine alimentation à leurs élèves. Cette initiative semble avoir été très bien accueillie par les élèves qui veulent comprendre pourquoi il importe d'adopter un comportement précis plutôt que de se le voir imposer, sans justification. Il ne faut pas en effet sous-estimer la nécessité de transmettre des informations permettant aux jeunes de développer un argumentaire significatif favorisant la pratique de l'activité physique et sportive.

L'école demeure un lieu important pour promouvoir un mode de vie physiquement actif, en faire découvrir tout le plaisir, particulièrement pour les enfants qui ne bénéficieraient pas d'un environnement familial où la pratique d'activités physiques est valorisée.

Les éducateurs physiques établissent un lien de continuité entre la pratique de l'activité physique à l'école et à la maison. Toutes les occasions devraient être saisies pour favoriser une complicité et un rapprochement entre les jeunes eux-mêmes et entre les jeunes et les adultes par le biais de la pratique d'activités physiques et sportives. Il importe de développer et de faire connaître les activités accessibles à tous, n'exigeant pas d'infrastructure particulière ou n'ayant pas d'exigences

temporelles et économiques trop importantes pour les parents. Il apparaît important de promouvoir une diversité d'activités physiques qui peuvent se pratiquer en famille, avec les frères et sœurs, ou avec un(les) parent(s) ou entre amis.

Sans doute y aurait-il lieu de sensibiliser tant les professeurs, les parents que les autres adultes significatifs sur le rôle important qu'ils ont à jouer dans la promotion de l'activité physique et sportive. Il importe également de porter attention aux relations interpersonnelles qui constituent la pierre angulaire de la pratique d'activités physiques, notamment chez les plus sédentaires.

b) Dans les contenus médiatiques

Selon les enseignants rencontrés, les médias peuvent exercer une influence sur les comportements et les habitudes de vie des jeunes. À cet effet, ils semblent d'avis que la télévision constitue un média pertinent pour promouvoir la pratique de l'activité physique et sportive auprès de cette clientèle. De nombreuses suggestions ont d'ailleurs été émises à cet effet. Ils privilégient les émissions qui appellent la participation, l'interaction et même l'expérimentation, plutôt que la simple écoute passive. Ainsi, les émissions de fiction, les jeux quiz, le magazine constituent, selon eux, des formats à explorer dans la mesure où les jeunes y prennent place et où l'action se déroule entre les jeunes, entre les jeunes et des adultes significatifs ou encore avec des vedettes de référence.

Le message central de toute émission traitant directement ou indirectement d'activités physiques et sportives devrait mettre l'accent sur le plaisir entourant sa pratique. C'est probablement là l'un des arguments les plus vendeurs auprès des jeunes.

Il serait aussi pertinent d'informer les acteurs médiatiques de la diversité des activités physiques et sportives pratiquées par les jeunes dans les écoles (cours d'éducation, activités parascolaires,...) ou ailleurs, afin de les aider à développer des contenus qui tiennent compte de cette réalité. Tous ont en effet souligné un changement important au cours des dernières années dans la variété des activités et sports désormais proposés aux jeunes dans les écoles. Le soccer-baseball, le kin-ball, le floorball, le tchoukball, etc., autant d'activités qui n'existaient pas auparavant ou qui sont le fruit d'une adaptation, en vue d'intéresser le plus de jeunes possible à la pratique d'activités physiques.

Enfin, on ne devrait pas hésiter à compléter l'offensive télévisuelle d'un support informatisé, récréatif ou médiatique (site Internet, événements spéciaux dans la communauté, campagne promotionnelle grand public, etc.). Il apparaît plus efficace, selon les enseignants, de développer plusieurs interventions complémentaires, remplissant chacune une fonction précise, plutôt que de n'œuvrer que sur un seul front.

VOLET 3

**Synthèse des entrevues
réalisées auprès des acteurs
médiatiques œuvrant dans le domaine
de la télévision**

VOLET 3 – SYNTHÈSE DES ENTREVUES RÉALISÉES AUPRÈS DES ACTEURS MÉDIATIQUES ŒUVRANT DANS LE DOMAINE DE LA TÉLÉVISION

3.1. OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

De juillet à novembre 2006, une recherche qualitative a été réalisée auprès d'acteurs médiatiques œuvrant en production jeunesse dans le domaine de la télévision. Plus spécifiquement, les objectifs visés par ce troisième et dernier volet de recherche étaient de :

- ⇒ cerner le processus décisionnel entourant le choix éditorial des contenus d'émissions jeunesse;
- ⇒ déterminer les sources et les processus de sélection des informations;
- ⇒ vérifier l'importance accordée à la santé et à l'activité physique dans les productions jeunesse;
- ⇒ connaître les besoins d'informations sur la thématique de l'activité physique; et
- ⇒ définir les formats à privilégier pour la mise en forme de l'information.

3.2. MÉTHODOLOGIE

La partie qui suit présente l'instrument de recherche, l'échantillon, le processus de collecte de l'information, le traitement et l'analyse des données ainsi que les limites de ce troisième volet de recherche. L'approche retenue pour la réalisation de ce volet de recherche est de nature qualitative, et n'a aucune prétention de représentativité ou de validité statistique.

3.2.1. Instrument de recherche

Les entretiens se sont déroulés selon un guide d'entrevue pré-établi¹⁵, s'articulant autour de quatre thèmes principaux, à savoir :

- ⇒ le processus décisionnel dans le choix des thématiques;
- ⇒ la place accordée à la santé par les acteurs médiatiques du domaine télévisuel dans les productions jeunesse;
- ⇒ la perception de l'activité physique et les besoins d'information en lien avec cette thématique;
- ⇒ la mise en forme et le mode de transmission de l'information.

15 Le guide d'entrevue utilisé pour la réalisation des entrevues auprès des acteurs médiatiques est présenté à l'annexe III.

En cours d'entrevue, les participants ont été invités à identifier sur trois différentes listes, les thématiques de santé et les sujets en lien avec l'activité physique leur paraissant les plus dignes d'intérêt pour leur clientèle cible. À l'inverse, les thématiques de santé et les sujets les moins intéressants ont également été identifiés. Ces listes ont été intégrées dans le guide d'entrevue.

3.2.2. Échantillon

Les participants ont été recrutés d'après un échantillon de convenance¹⁶ et rencontrés sur une base individuelle, en dyade ou en groupe, selon leur disponibilité et préférence. Parmi les personnes interviewées, on comptait 13 participants du côté des producteurs et quatre autres participants du côté des télédiffuseurs, pour un total de 17 acteurs médiatiques oeuvrant dans le domaine de la télévision à Montréal. Par acteurs médiatiques, on entend ici les personnes oeuvrant principalement à la gestion, à la conception, à la production ou à la diffusion d'émissions jeunesse francophones réalisées au Québec. Tous les acteurs médiatiques recrutés devaient cependant répondre à deux critères de sélection, soit : être en lien depuis au moins trois ans avec les producteurs ou les télédiffuseurs du milieu de la télévision et être directement concerné par la programmation jeunesse, soit à la gestion, à la conception, à la production ou à la diffusion d'émissions.

3.2.3. Collecte de l'information

Le recrutement des acteurs médiatiques oeuvrant dans le milieu de la télévision a été effectué par téléphone, par un membre de l'équipe de recherche, à partir d'une liste de contacts pré-établie. Lors de cet entretien téléphonique, des explications concernant le projet de recherche et la démarche ont été transmises. Pour assurer un consentement libre et éclairé, chacun des acteurs médiatiques intéressés a reçu un formulaire de consentement¹⁷ à signer avant de pouvoir participer à l'entrevue.

Ainsi, quatre entrevues ont été effectuées dans le secteur de la production télévisuelle et trois autres dans celui de la diffusion pour un total de sept entrevues. Les entrevues, d'une durée approximative de 90 minutes chacune, ont toutes eu lieu dans les locaux mêmes des organisations consultées. Les entrevues ont été enregistrées pour permettre une transcription intégrale des propos et en faciliter la description. Pour assurer la confidentialité des propos des participants, chacune des entrevues a été transcrite sans mention du nom, ni de la provenance des participants. En outre, aucune entrevue de groupe n'a réuni de participants provenant d'organisations différentes.

16 Méthode d'échantillonnage basée sur l'opportunité, la disponibilité et l'accessibilité des participants dans un milieu donné en fonction de critères prédéterminés.

17 Le formulaire de consentement utilisé auprès des acteurs médiatiques est présenté à l'annexe III.

3.2.4. Traitement et analyse des données

Toutes les entrevues ont été enregistrées et transcrites intégralement. Cette transcription a été effectuée à partir d'un gabarit développé dans un contexte d'analyse comparative. Les diverses dimensions et indicateurs issus du guide d'entrevue ont permis de structurer le décodage des propos et leur analyse. Rappelons qu'il s'agit d'une étude qualitative, et qu'à cet effet, les tendances principales ont servi de matériel pour l'analyse.

3.2.5. Limites de la recherche

Les limites méthodologiques de ce volet de recherche requièrent une certaine prudence dans l'interprétation et la généralisation des résultats présentés. À cet égard, considérant le budget et le temps disponibles pour la réalisation de ce troisième volet de recherche, les diverses limites suivantes méritent d'être relevées :

- ⇒ nombre restreint de participants (n=17) et d'organisations (n=7) consultés;
- ⇒ seul les acteurs médiatiques œuvrant en programmation jeunesse ont été consultés;
- ⇒ seuls des acteurs médiatiques de production francophone québécois ont été consultés;
- ⇒ seuls des acteurs médiatiques établis depuis plusieurs années ont été consultés;
- ⇒ utilisation d'un échantillon de convenance fondée sur l'accessibilité et la disponibilité des participants, en fonction de critères de sélection pré-établis.

Bien que la constitution de cet échantillon n'a aucune prétention de représentativité d'une plus large population, il favorise néanmoins l'expression d'une diversité de points de vue et d'expériences au regard du sujet traité, et ce, à un temps donné.

3.3. DESCRIPTION DES DONNÉES DES RENCONTRES AVEC LES ACTEURS MÉDIATIQUES

L'approche qualitative utilisée pour ce troisième volet de recherche est de nature descriptive et vise à refléter les propos des acteurs médiatiques en faisant ressortir les principaux points de convergence et les différences qui les caractérisent. Les informations de nature qualitative provenant des transcriptions d'entrevues des acteurs médiatiques ont été inscrites dans un tableau comparatif où les réponses à chaque question ont été reliées les unes aux autres. À la

demande de plusieurs acteurs médiatiques consultés aucun verbatim n'a cependant été reproduit dans ce troisième volet du rapport de recherche, en raison du caractère souvent très confidentiel de certains des propos des participants concernant les productions télévisuelles en cours ou à venir.

Les pages qui suivent font la synthèse des propos recueillis auprès des acteurs médiatiques concernant le processus décisionnel, la médiatisation de la santé, les outils de communication privilégiés et les besoins manifestés par les acteurs médiatiques rencontrés.

3.3.1. Description des processus décisionnels

En début d'entrevue, nous avons exploré les processus décisionnels entourant le choix des thématiques traitées dans les émissions de télévision destinées aux jeunes en fonction des groupes d'âge ciblés, de même que les processus entourant la recherche d'informations liées à la production des contenus télévisuels.

a) Le choix des thématiques

Il convient de souligner, d'entrée de jeu, que le processus décisionnel entourant le choix des thématiques abordés dans les émissions de télévision destinées aux jeunes semble dicté en premier lieu par les groupes d'âge auxquels on souhaite s'adresser. Le stade de développement psycho-social et physique des groupes ciblés, les intérêts et les préoccupations des jeunes, de même que les tendances sociales actuelles et les sujets d'actualité sont également considérés dans le choix des thématiques retenues.

À cet effet, les acteurs médiatiques que nous avons consultés ont des clientèles cibles et des groupes d'âge variés en termes de programmation. Certains d'entre eux s'adressent spécifiquement à la clientèle préscolaire et aux 5-6 ans, d'autres aux 3-14 ans, aux 3-5 ans, aux 6-8 ans, aux 9-14 ans, aux 12-15 ans et d'autres encore aux 15 ans et plus. On retrouve dans cette nomenclature les catégories traditionnelles en programmation jeunesse à la télévision, soit les 3-5 ans, les 6-8 ans, les 9-12 ans et les 12 ans et plus. Précisons que certains acteurs médiatiques ont aussi manifesté un intérêt particulier pour cibler « la famille », ce qui impose de nouveaux défis.

En outre, le processus décisionnel entourant le choix des thématiques abordées diffère selon les particularités propres à chaque acteur médiatique, qu'il soit télédiffuseur ou producteur.

➤ Du côté des télédiffuseurs

Il y a le cas où le télédiffuseur a une idée très précise du type d'émission qu'il veut présenter au petit écran. Il peut alors faire une demande spécifique à des producteurs, qui développeront et soumettront un contenu selon la quête qui leur a été formulée.

Il y a aussi le cas où le télédiffuseur explore plusieurs pistes sur ce qu'il devrait offrir à sa clientèle cible et se trouve en phase d'exploration, suivie, selon le cas, d'une phase de développement. Il consulte alors différents producteurs qui lui soumettent chacun des suggestions de contenus d'émissions. Les producteurs veillent alors à faire des propositions qui concordent le plus possible avec la philosophie, les besoins exprimés et le mandat général du télédiffuseur.

➤ *Du côté des producteurs*

Il y a le cas où le producteur, à l'affût des derniers courants de société et des tendances de l'heure, identifie une thématique sur laquelle il aurait envie de développer un contenu ou qui serait, selon lui, susceptible de répondre à un besoin et à un intérêt très actuels chez le jeune public. Dans une première étape, il confie à un chercheur, par exemple, le mandat de vérifier la pertinence de travailler sur un tel sujet. Si celle-ci est démontrée, il développe alors un contenu télévisuel qu'il va ensuite proposer à un télédiffuseur en vue de l'intéresser. Il prend ici bien soin de justifier et de valider son concept, à l'aide des données issues de diverses recherches et d'autres renseignements pertinents recueillis dans sa démarche de validation. Certains producteurs sont d'avis qu'ils ont avantage à se concentrer dans un créneau précis ou auprès d'une clientèle cible particulière, pour devenir ainsi des spécialistes et développer une expertise dans un domaine, notamment en programmation jeunesse.

b) La recherche et la sélection des renseignements

Les sources utilisées pour la recherche et la sélection des renseignements sont habituellement diversifiées. C'est parfois la consultation d'experts, de rapports de recherche ou de littérature sur différentes thématiques qui conduiront les producteurs ou les télédiffuseurs sur d'éventuelles pistes à explorer et à développer. L'Internet est un outil de travail largement exploité par la très grande majorité des acteurs médiatiques. La question de la validité et de l'évaluation des renseignements recueillis sur Internet, se pose cependant. Ces renseignements sont généralement validés par d'autres sources, notamment auprès d'experts.

Quant aux méthodes de recherche de renseignements, certaines sont plus systématiques et mieux structurées que d'autres. Toutefois, en raison souvent de contraintes de temps ou d'argent, les acteurs médiatiques n'adoptent pas toujours une procédure établie et structurée pour trouver les renseignements nécessaires au développement des contenus.

➤ *Recherche de renseignements non structurée*

La recherche de renseignements se fait parfois de façon spontanée, plus improvisée et informelle. Les acteurs médiatiques s'inspirent alors des jeunes qui évoluent dans leur entourage, les regardent vivre, prennent note de ce qui les

caractérise, confrontent leurs observations avec ce qu'ils lisent ou captent dans les différents médias. Bref, ils trouvent directement à portée de main la matière nécessaire pour le développement de contenus. S'en suivent généralement des discussions entre collègues qui permettront d'arrêter l'angle d'approche de la thématique à traiter. Les acteurs médiatiques procèdent ici en se fiant à leur intuition, en s'appuyant sur leurs propres connaissances et expériences, et sur leur créativité. Ils recherchent aussi des informations pertinentes et facilement accessibles.

➤ *Recherche de renseignements structurée*

Il arrive aussi, dans le cas notamment d'une thématique plus grave, plus complexe ou encore plus technique (ex : anorexie chez les jeunes, divorce des parents, décrochage scolaire, sexualité, etc.), qu'une démarche plus structurée soit privilégiée, voire même nécessaire. La tâche de recherche de renseignements est alors souvent confiée, en premier lieu, à un chercheur d'émission qui ira se renseigner aux sources appropriées.

Ainsi, selon la problématique abordée, la recherche de renseignements se fera alors auprès de chercheurs, de spécialistes, d'experts, d'enseignants, d'animateurs de camps de jour, etc., bref de personnes ayant manifestement des connaissances théoriques sur le sujet ou une vaste expérience concrète auprès des jeunes. Selon les besoins du moment, cette quête d'informations auprès de ressources spécialisées pourra être précédée ou complétée par des renseignements issus d'une documentation variée. De manière occasionnelle, des observations *in situ*, sur le terrain, tout comme des entrevues individuelles ou de groupe auprès d'enfants ou d'adultes, selon le cas, peuvent être commandées ou effectuées par des ressources internes de l'organisation.

3.3.2. Médiatisation de la santé

a) Perception du concept de « santé »

Les participants à la consultation semblent avoir une conception assez holistique de la santé des jeunes dont les diverses facettes seraient inter-reliées. Selon les acteurs médiatiques consultés, le concept de « santé physique » serait généralement associé chez les jeunes aux saines habitudes de vie. Une bonne alimentation, le contrôle du poids, pour les filles surtout, souligne-t-on, le mouvement, l'équilibre entre activité physique et alimentation, le bien-être corporel, le fait d'être physiquement actif ont été les comportements les plus souvent mentionnés par les acteurs médiatiques. D'autres comportements comme le fait de délaisser l'écran de télévision ou d'ordinateur, les maladies contagieuses pour les plus petits, la consommation de drogue, d'alcool ou de tabac, le sommeil et le manque d'énergie ont aussi été associés à la santé physique.

Le concept de « santé mentale » a quant à lui été spontanément relié d'une part, à une attitude positive face à la vie, au dynamisme, à la gestion adéquate des sentiments et à l'équilibre entre les études et les loisirs. D'autre part, ce concept a aussi été associé au suicide, à la solitude et à la dépression et la tendance à se sentir déprimé.

Selon les participants, il est important que les jeunes saisissent, notamment par le biais des émissions télévisées qui leur sont destinées, qu'en s'alimentant bien et en étant actif, cela a un impact à la fois sur la santé mentale (estime de soi, confiance en soi, bonne humeur, etc.) et physique (sensation de bien-être, sommeil de qualité, poids santé, etc.).

Les acteurs médiatiques croient que les jeunes ont en général une certaine connaissance intellectuelle du discours relatif à la santé, actuellement en vigueur. Ils se montreraient cependant un peu moins performants au chapitre de son intégration concrète dans la vie quotidienne. Leur milieu de vie manquerait, au dire des répondants, de facteurs de motivation ou de modèles adultes inspirants favorisant par exemple la pratique régulière de l'activité physique ou l'adoption d'une saine alimentation au quotidien. On précise, à cet effet, que les plus petits auraient une perception de la santé intimement liée et influencée par celle qu'en ont leurs parents.

Selon certains participants, la santé colporte bien souvent dans l'esprit des jeunes des directives à suivre et est associée à des interdictions, à des restrictions, aux efforts exigés ou à des obligations : « ne fais pas ça », « ne mange pas ça », « ne vas pas là », « couche-toi pas trop tard », etc.

b) *Intérêt manifesté pour la santé*

L'un des objectifs de la présente consultation, rappelons-le, était d'identifier les principaux sujets liés à la santé et à l'activité physique pour lesquels les acteurs médiatiques souhaiteraient recevoir de l'information pertinente et crédible, afin de soutenir la production de contenus d'émissions jeunesse. Selon la clientèle cible ou le groupe d'âge visé, différentes thématiques de santé semblent d'emblée intéresser les acteurs médiatiques.

En s'exprimant d'abord de manière spontanée, lorsqu'ils s'adressent aux tout petits, les acteurs médiatiques ont manifesté leur intérêt pour les thématiques touchant notamment l'alimentation, le développement du langage ou le développement moteur incluant l'activité physique. Lorsqu'ils entendent toucher les adolescents, ils semblent privilégier des thématiques comme les relations amoureuses, la carrière, l'amitié, le langage et les habitudes de vie. On remarque toutefois dans leur propos que l'estime de soi constitue une préoccupation qui transcende toutes catégories d'âges et de thématiques.

Par la suite, pour pousser plus loin la question des sujets de santé prioritaires, les participants ont été invités à cocher sur une première liste de thématiques¹⁸ proposées, les trois sujets liés à la santé des jeunes qui leur apparaissaient les plus intéressants à exploiter dans un éventuel scénario d'émission jeunesse en fonction d'un groupe d'âge cible et, à l'inverse, à identifier les trois sujets qui leur semblaient les moins pertinents. Une discussion suivait pour comprendre les choix identifiés.

➤ *Sujets liés à la santé*

De façon globale, parmi la dizaine de thématiques proposées dans la liste, il ressort que les trois sujets jugés prioritaires sont : l'estime de soi, l'activité physique et l'alimentation, pour toutes les catégories d'âge confondues. Il est à noter que la notion d'estime de soi est perçue par tous les acteurs médiatiques comme l'une des pierres angulaires de la santé physique et mentale des jeunes. De manière générale, un enfant qui a une bonne estime de lui aurait tendance, nous a-t-on spécifié, à préserver son capital santé.

Tous les acteurs médiatiques interviewés ont manifesté un réel intérêt à présenter des contenus portant sur les saines habitudes de vie, principalement sur l'activité physique et l'alimentation. À cet effet, on constate que les activités physiques et sportives constituent assurément une thématique pour laquelle les acteurs médiatiques aimeraient en savoir davantage sur le sujet. On qualifie l'activité physique de sujet au goût du jour, dont on entend fréquemment parler dans les médias écrits et les émissions d'information, en raison, nous dit-on, de l'accroissement du taux d'obésité et de sédentarité, notamment chez les jeunes.

À l'inverse, les trois thématiques jugées les moins importantes par les acteurs médiatiques consultés et pour lesquelles ceux-ci seraient peu enclins à chercher ou à vouloir de l'information sont : la vaccination, la santé bucco-dentaire et l'hygiène corporelle.

De manière générale, les réponses des acteurs médiatiques semblent avoir été orientées par le stade de développement et l'intérêt des groupes cibles auxquels ils s'adressent actuellement.

➤ *Sujets liés à l'activité physique*

Questionnés, de manière spécifique, sur la thématique de l'activité physique et sportive, les participants ont été invités, dans un second temps, à cocher sur deux autres listes¹⁹, les sujets qui leur apparaissaient les plus et les moins importants à

18 Voir en annexe III, la liste utilisée dans le guide d'entrevue auprès des acteurs médiatiques.

19 Voir en annexe III, les listes utilisées dans le guide d'entrevue auprès des acteurs médiatiques

traiter dans le cadre d'une émission jeunesse, et pour lesquels ils souhaiteraient être plus et mieux informés.

À cet effet, pour toutes les catégories d'âge confondues, arrivent en priorité :

- ⇒ les activités physiques à la mode et les préférences des jeunes en fonction de l'âge et du sexe;
- ⇒ les mises en situations concrètes vécues par les jeunes (anecdotes et histoires vécues).

Sur ce dernier point, soulignons que les situations de vie au quotidien, les histoires de cas, les témoignages et les verbatim issus des propos des jeunes s'avèrent une précieuse source de matériel susceptible d'être exploitée dans les émissions jeunesse. Les participants ont émis, à cet égard, le vif souhait qu'une banque contenant des renseignements de cette nature soit constituée et rendue disponible.

Par la suite, parmi les autres sujets jugés importants, on retrouve :

- ⇒ les motifs de participation et de désengagement à la pratique d'activités physiques et sportives;
- ⇒ les facteurs qui limitent ou facilitent la pratique des jeunes;
- ⇒ la définition et les catégories d'activités physiques (transport, domestique, loisir, travail, scolaire);
- ⇒ les recommandations de pratique destinées aux jeunes;
- ⇒ l'affectivité et l'activité physique (souffrance, douleur, blessure, solitude, plaisir, tristesse, gêne, déception, peur, défi, adrénaline...);
- ⇒ les exemples d'expériences réussies (amis, école, famille, communauté).

À l'inverse, les sujets qui ont suscité le moins d'intérêt, lors des entrevues, sont :

- ⇒ le transport et les déplacements actifs;
- ⇒ l'environnement de pratique (lieux, horaires, cours, aménagement);
- ⇒ le sport et le dopage;
- ⇒ les sports extrêmes;
- ⇒ le sport et les facteurs socioculturels (religion, milieu socio-économique, habileté physique, communautés ethnoculturelles);
- ⇒ les statistiques sur les taux de pratique.

Concernant ce dernier item, on précisera que les acteurs médiatiques interviewés semblent déjà convaincus de l'importance de promouvoir la pratique de l'activité physique et sportive auprès des jeunes et qu'ils ne désirent pas de ce fait, être submergés d'une foule de données statistiques, sous forme de tableaux, de chiffres ou de graphiques sur ce sujet.

Ils affirment toutefois consulter les données statistiques concernant les taux de pratique ou d'autres sujets, pour s'informer de la prévalence actuelle d'une problématique et évaluer s'il est pertinent ou non de l'aborder dans le cadre d'une émission jeunesse. Un simple fait isolé est en effet moins susceptible de toucher un vaste auditoire, aussi jugent-ils moins pertinent d'y consacrer temps et énergie. Comme ils recherchent avant tout la tendance dominante, les renseignements de nature statistique ont plus souvent pour fonction de compléter une information qualitative, de servir de mise en contexte et d'argumentation pour valider le choix d'un sujet porté à l'écran.

Il importe de préciser que de nombreux participants ont exprimé à plusieurs reprises la difficulté de devoir faire un choix pour établir un ordre d'importance parmi l'ensemble des sujets proposés, tout comme le fait de ne pas choisir ou d'identifier d'autres sujets comme moins importants. En général, ils semblent que les suggestions apparaissant sur les trois listes thématiques portant sur les différents thèmes reliés à l'activité physique et sportive, tout comme à la santé d'ailleurs, pourraient leur être utiles un jour ou l'autre, selon les projets en développement et les clientèles ciblées.

On nous a aussi précisé que le choix des sujets à retenir est lié en partie au format d'émission dans lequel il serait développé. Certains sujets, en effet, se prêteraient davantage au format magazine, d'autres au format dramatique, d'autres encore aux capsules. À cet effet, même si elles ne seraient vraisemblablement consultées que de manière occasionnelle, les acteurs médiatiques apprécieraient avoir accès en tout temps à une diversité d'informations touchant de nombreux sujets. Ces informations constitueraient, selon eux, une banque de données fiables, actuelles, officielles et crédibles à utiliser pour le développement de contenus éventuels et la rédaction des scénarios d'émissions.

➤ *Autres informations recherchées*

Outre l'intérêt manifesté pour les sujets proposés dans les trois listes thématiques, certains acteurs médiatiques ont manifesté le besoin d'accéder à des informations concernant les profils psycho-socio-affectif et physiques en lien avec la santé et en fonction des groupes d'âge ciblés. Ces profils permettent de

suivre le développement du jeune auquel on s'adresse et de déterminer si le contenu du scénario est bien adapté et crédible.

Quelques acteurs médiatiques ont accès, de façon partielle ou plus complète, à ces informations via le service de recherche de l'organisation à laquelle ils sont affiliés, mais cela n'est pas le cas pour tous. D'autres cueillent l'information sur les profils des jeunes en puisant à diverses sources sans nécessairement suivre une démarche systématique. L'idée d'offrir une mise à jour périodique de ce genre de profil soulève un intérêt certain auprès de nombreux participants.

c) *Traitement des thématiques*

Comme nous l'avons vu précédemment, l'activité physique est assurément perçue par tous les acteurs médiatiques comme une facette importante de la santé des jeunes. Lorsqu'il y a possibilité d'intégrer cette thématique dans les émissions jeunesse, celle-ci est prise en considération par bon nombre d'entre eux qui se disent préoccupés par la santé des jeunes et conscients de pouvoir contribuer potentiellement à leur mieux-être. Toutefois, l'intégration de scènes liées à l'activité physique dans une émission jeunesse est souvent orientée par son potentiel d'exploitation et par les contraintes de faisabilité liées à la production télévisuelle.

Dans les dramatiques jeunesse, cette thématique, comme d'autres sujets de santé, doit s'intégrer à l'histoire, contribuer au développement de l'intrigue et véhiculer une information pertinente. Toute information relative à la santé doit donc servir à la trame narrative et non en être une simple composante gratuite et divertissante, soulignent les acteurs médiatiques. À cet égard, l'information relative à l'activité physique est fréquemment transmise de façon indirecte dans les émissions télévisées. Celle-ci s'insère, en filigrane, dans un contexte précis ou une situation particulière.

Au dire des acteurs médiatiques consultés, la présentation au petit écran de personnages s'adonnant à l'activité physique et sportive est souvent prétexte à aborder des thématiques à consonance psychologique, tels que le dépassement de soi, le défi personnel, la persévérance, l'estime de soi, etc. De fait, ils affirment être plus enclins à traiter d'activités physiques sous l'angle socio-affectif et relationnel, et cela, quel que soit le public cible visé. Il semble y avoir là davantage matière à développement, surtout pour les dramatiques. Les situations de vie à exploiter sont alors fort diversifiées : conflits interpersonnels en lien avec le sport, relations avec l'entraîneur, esprit d'équipe, amitiés, complicité entre les joueurs d'une même équipe sportive, etc.

Les acteurs médiatiques affirment vouloir emprunter le regard du jeune, se mettre dans sa peau pour tenter d'imaginer et de comprendre ce qu'il vit et ressent. Le jeune téléspectateur doit avoir le sentiment que des êtres semblables à lui évoluent dans l'émission qu'il visionne, et non que des adultes, bien pensant et bien intentionnés,

parlent et agissent à travers les personnages mis en scène. Pour maximiser l'impact des séquences, les acteurs médiatiques cherchent à mettre en scène des personnages auxquels les téléspectateurs du groupe cible peuvent aisément s'identifier, en qui ils peuvent se reconnaître et qui sont susceptibles de les inspirer dans leur quotidien. L'angle de traitement du sujet est souvent déterminé par la personnalité et le profil psychologique des personnages mis en scène. À travers eux, on tente d'imaginer des réactions et des comportements représentatifs des jeunes d'aujourd'hui, et qui paraîtront crédibles.

De manière générale, on juge important d'éviter de présenter l'activité physique exclusivement d'une façon négative, sous l'angle des efforts à fournir, de la recherche exclusive de compétence, de performance ou de la valorisation à outrance de la compétition. Dans le même ordre d'idée, il apparaît aussi négatif d'aborder la thématique de l'activité physique comme un problème, en le traitant par exemple sous l'angle de la sédentarité des jeunes, puisque cela contribue, selon certains acteurs médiatiques, à noircir l'image des jeunes et à consolider une impression selon laquelle ceux-ci seraient inactifs et paresseux. Une image négative concourt plus à décourager qu'à inciter à l'action ou au changement, précise-t-on. Les médias contribueraient d'ailleurs encore trop souvent à véhiculer et à consolider cette perception négative des habitudes de vie et des comportements des jeunes, conclut un des acteurs médiatiques interviewés.

On doit, nous dit-on, davantage polariser l'attention sur les jeunes qui font de l'activité physique et qui ont du plaisir à en faire, plutôt que miser sur le constat d'une jeunesse de plus en plus sédentaire ou de moins en moins active. L'activité physique devrait être une avenue à emprunter pour présenter les jeunes sous un jour favorable et plutôt positif. Il semble donc y avoir un désir de mettre en scène dans les émissions jeunesse, des personnages actifs, sains, mordant à pleines dents dans la vie et manifestement heureux. En outre, les acteurs médiatiques ont manifesté le souci de refléter la réalité de pratique des jeunes sous différentes formes et dans divers contextes.

De plus, selon la cible visée, le mandat confié, la ligne éditoriale de la chaîne qui diffuse et la grille de programmation, les contenus télévisuels ont une facture et une signature précises : didactique, réaliste, imaginative, créative, humoristique, divertissante ou informative. D'après les propos des acteurs médiatiques, les productions ayant une facture résolument divertissante ou humoristique peuvent tout autant promouvoir des comportements favorables à la santé ou transmettre des valeurs spécifiques que ne le feraient des contenus plus sérieux ou essentiellement éducatifs. À cet égard, tant les télédiffuseurs que les producteurs ont indiqué leur souci de ne pas proposer à leur jeune auditoire, des productions télévisuelles de facture exclusivement « didactique », sans aucune touche d'humour.

Enfin, tous se montrent assurément très réfractaires à l'emploi d'un ton moralisateur, celui-ci étant presque inévitablement promis à l'échec. Si l'on entend véhiculer un message faisant par exemple la promotion d'un mode de vie physiquement actif, celui-ci doit être plutôt indirect et suggestif, que rationnel ou directif. Par exemple, on préfère toujours, donner envie aux jeunes de faire de l'activité physique en abordant davantage la dimension affective et ludique de la pratique (plaisirs de bouger), plutôt que la dimension rationnelle et didactique de la pratique (bienfaits pour la santé).

3.3.3. Outils de communication privilégiés par les acteurs médiatiques

Parmi les objectifs spécifiques de ce troisième volet de recherche, l'identification des besoins des acteurs médiatiques en ce qui a trait à la mise en forme et aux modes de transmission de l'information à privilégier ont été explorés. Selon le projet en cours et les habitudes de recherche propres à chacun, les acteurs médiatiques consultés peuvent avoir deux types de besoins spécifiques, soit d'obtenir une information succincte et synthétisée, ou encore d'avoir accès à une information plus approfondie, plus souvent de nature théorique ou scientifique.

Dans un cas comme dans l'autre, l'information recherchée doit être disponible rapidement et facile à trouver, puisque les participants ne disposent généralement que de peu de temps pour la recherche et la lecture de documents. Dans le pire des cas, une à deux journées tout au plus, nous a-t-on précisé. À cet effet, trois modes de transmission ont été identifiés par les acteurs médiatiques pour les soutenir dans leur démarche : tout d'abord, l'accès à un site Internet (lequel a suscité l'intérêt de la très forte majorité des participants déjà à l'aise et habiles dans la navigation informatique), ensuite l'envoi d'un bulletin d'informations électronique personnalisé diffusé par courriel (apprécié par nombreux participants), et enfin, l'envoi par la poste de documents originaux imprimés (approche retenue par seulement quelques participants qui soit, maîtrisent plus ou moins bien l'environnement informatique ou qui spot, préfèrent tout simplement consulter les documents dans leur version originale). Notons que pour la majorité des acteurs médiatiques consultés, cette option ne fait qu'ajouter du papier sur une table de travail déjà bien remplie.

a) Le site Internet

Parmi les modes de transmission de l'information privilégiés, le site Internet semble constituer l'outil de communication le plus susceptible de répondre adéquatement aux principaux besoins et attentes manifestés par la très grande majorité des participants. En effet, la plupart des acteurs médiatiques l'exploitent déjà régulièrement dans l'exercice de leur fonction, et y recourent quasi systématiquement lorsqu'ils recherchent des informations dans divers domaines dont celui de la santé. Il en va de même, semble-t-il, pour leurs collègues respectifs et pour tous ceux qui, dans le cadre de leur fonction, ont à se documenter sur un quelconque sujet. Que ce

soit en termes de disponibilité, de présentation ou d'accessibilité de l'information, les participants consultés ont émis des suggestions auxquelles les concepteurs de sites Internet devraient être attentifs pour répondre aux besoins du plus grand nombre possible d'utilisateurs.

➤ *Disponibilité de l'information*

- ⇒ indiquer les grands dossiers de l'heure sur lesquels des équipes de recherche travaillent actuellement;
- ⇒ faire un usage dosé de statistiques et de chiffres en se limitant seulement aux plus importants;
- ⇒ proposer une liste de nouveaux thèmes susceptibles d'être exploités dans des émissions de télévision destinées aux jeunes, en fournissant l'argumentaire ou l'information nécessaire pour justifier la pertinence de ces thèmes;
- ⇒ offrir une liste de ressources et de références spécialisées à consulter, pour en savoir plus;
- ⇒ offrir des liens complémentaires;
- ⇒ proposer des prototypes de jeux, de questionnaires ou des données qui pourraient être inclus dans les sites Internet des émissions jeunesse correspondantes;
- ⇒ diffuser une banque de verbatim classés par groupe d'âge, par sexe, ou par catégorie, sur des situations de vie ou des histoires de cas vécus par les jeunes.

➤ *Présentation de l'information*

- ⇒ trouver une façon de faire ressortir et d'attirer l'attention sur les informations nouvellement ajoutées au site;
- ⇒ faire usage de titres attirants, capables de capter l'attention;
- ⇒ diffuser des informations synthétiques sur un sujet (avec possibilité de développement si désiré);
- ⇒ trouver des synthèses de recherches (en format pdf);
- ⇒ éviter d'employer des termes trop spécialisés ou techniques, sans démonstration ou explication à l'appui;
- ⇒ offrir une information concise et directe avec la possibilité d'approfondir un sujet au besoin, notamment par l'envoi vers des liens complémentaires ou des références de recherches;

- ⇒ fournir une information concrète et factuelle, plutôt qu'abstraite;
- ⇒ privilégier la présentation de faits vécus, de témoignages, de situations de vie propres à chaque groupe d'âge.

➤ **Accessibilité de l'information**

- ⇒ assurer une navigation rapide et facile sur la page Web et vers les autres liens identifiés sur le site;
- ⇒ utiliser des mots-clés, des rubriques et une calligraphie permettant d'attirer l'attention sur les informations importantes, de manière à permettre à l'internaute de juger en un bref coup d'œil quelle information peut lui être utile;
- ⇒ produire une information classée dans des catégories simples, logiques et pratiques.

Certains acteurs médiatiques ont suggéré de faire un envoi de message courriel périodique pour attirer leur attention sur certaines rubriques, pour rappeler l'existence du site, ou encore pour les inciter à consulter régulièrement les nouveautés et à les fidéliser à la navigation sur le site.

On doit rappeler cependant que la recherche d'informations ou la consultation sur Internet ne fait pas que des adeptes, et qu'elle rebute certaines des personnes consultées qui maîtrisent plus ou moins bien l'environnement informatique. Si on exploite exclusivement cette avenue, on risque ce faisant de ne pas cibler l'ensemble des acteurs médiatiques. Quelques-uns des participants ont en effet encore exprimé le besoin et même l'envie de tenir en main les documents originaux imprimés, plutôt que d'en lire des extraits ou la totalité à l'écran, bien qu'on puisse aussi les imprimer. D'autres, enfin ont aussi souligné l'intérêt de développer un bulletin d'information en ligne.

b) Le bulletin en ligne

Le bulletin en ligne du genre « *news letter* » est également un format jugé digne d'intérêt par plusieurs acteurs médiatiques pour les divers avantages qu'il présente. Sa facture permet d'attirer rapidement l'attention du lecteur sur les nouveautés ou sur les sujets jugés prioritaires à transmettre par son éditeur. Habituellement court, le bulletin divulgue une information présentée de façon synthétique, généralement très appréciée du lecteur.

Au dire des acteurs médiatiques consultés, un tel bulletin peut être envoyé périodiquement par courriel aux destinataires, selon les besoins et les informations à

transmettre, témoignant d'une fréquente mise à jour, ou encore, lorsqu'il y a une nouvelle d'intérêt à annoncer. Plusieurs participants affirment cependant recevoir beaucoup de messages par courriel, mais ne porter attention qu'à ceux qui les intéressent et suscitent vraiment leur curiosité. Si un tel bulletin est envoyé aux acteurs médiatiques, on devra veiller à développer un concept novateur, percutant, accrocheur et visuellement attirant (titre, présentation graphique, mise en page, rubriques traitées, etc.). Le bulletin doit en effet se démarquer de ses semblables, au risque d'être relégué à la corbeille électronique.

Précisons toutefois que la crédibilité accordée à l'organisation expéditrice est un facteur majeur motivant la consultation de ce genre de communication, et qu'à cet effet la Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal tout comme Kino-Québec bénéficie, au dire des acteurs médiatiques consultés, d'une très bonne crédibilité.

3.3.4. Autres besoins manifestés par les acteurs médiatiques

a) Activités de formation

Les participants aux entrevues se sont montrés intéressés par la tenue d'une éventuelle formation portant sur les résultats de la présente recherche, de même que sur des thématiques liées à la santé et à la pratique d'activités physiques des jeunes. La formation serait l'occasion notamment de présenter les principaux résultats des consultations de la présente recherche menées auprès d'élèves montréalais francophones de 6^e année du primaire, auprès d'éducateurs physiques et auprès de différents acteurs médiatiques. Tous les acteurs médiatiques interrogés souhaitent assurer une présence à une éventuelle formation, soit en y assistant eux-mêmes, soit en y déléguant une autre personne à leur place ou soit en y invitant d'autres collègues oeuvrant à la production d'émissions jeunesse à les accompagner.

Plusieurs participants apprécieraient recevoir à la fin de la formation un document synthèse, rappelant les principaux points traités. Celui-ci devrait comporter les références et les ressources à consulter, au besoin. Les acteurs médiatiques ayant un agenda très chargé, la durée idéale pour une telle formation serait d'une demi-journée tout au plus. Celle-ci pourrait se dérouler soit à la fin de l'automne (mois de novembre idéalement) ou encore au début du printemps (mois d'avril ou de mai). Les périodes de Noël et de l'été sont à proscrire.

b) Répertoire de ressources

Tous les participants ont manifesté le désir de recevoir un répertoire de ressources et de références sur la thématique de la santé et de l'activité physique. Celui-ci devrait en priorité contenir le nom de spécialistes du domaine et de professionnels en

contact direct ou continu avec les jeunes. La liste par exemple des associations et des fédérations sportives auprès desquelles il serait possible d'obtenir des informations ou encore de valider celles recueillies à diverses sources pourrait aussi y figurer. Néanmoins, la priorité devrait être accordée aux ressources pertinentes moins connues ou moins accessibles aux acteurs médiatiques.

c) *Matériel promotionnel*

La suggestion de faire parvenir aux acteurs médiatiques les outils promotionnels (affiches, dépliants, etc.) des différentes campagnes en promotion de la santé n'a pas suscité de véritable enthousiasme. La majorité des acteurs médiatiques ne savait pas vraiment ce qu'ils pourraient en faire, si ce n'est de les apposer sur les murs des couloirs de leurs aires de travail.

Certains acteurs médiatiques ont cependant mentionné qu'ils pourraient éventuellement être utilisés pour agrémenter les décors d'émissions jeunesse et leur ajouter une touche de réalisme. Toutefois, l'utilisation de tels outils promotionnels inscrits dans le temps, et qui font référence à des campagnes de sensibilisation passées ou présentes, pose problème. Cela exige un réaménagement régulier des décors, pour éviter la mise en scène d'artefacts dépassés et datés. Les décors imaginaires doivent habituellement utiliser des artefacts intemporels. La question des droits d'utilisation de ce matériel et du placement de produit a également été soulevée comme un problème potentiel. Certains acteurs médiatiques rencontrés ont plutôt suggéré de les informer de l'existence de ces campagnes et de la disponibilité des outils et du matériel promotionnel qui y sont rattachés, de manière à ce qu'ils puissent en demander au besoin.

3.4. RÉFLEXION SUSCITÉE PAR LES PROPOS DES ACTEURS MÉDIATIQUES

Les acteurs médiatiques consultés pour cette recherche œuvrent dans un contexte particulier de productivité. Ils sont sensibilisés, d'une part, aux attentes sociales et aux divers consensus portant sur des thèmes relatifs à la santé et sont soumis, d'autre part, à des contraintes financières et temporelles constantes. Plusieurs d'entre eux sont conscients de leur influence sur les jeunes téléspectateurs et sont par conséquent soucieux de promouvoir de saines habitudes de vie dans les contenus télévisuels destinés à cette clientèle cible. Selon qu'ils se situent du côté des producteurs ou des diffuseurs, leur mandat est différent, mais leurs besoins demeurent néanmoins semblables.

3.4.1. Thèmes

Parmi les divers sujets, soumis à l'appréciation des participants, en lien avec l'activité physique, il en est très peu qui ont été rejetés. C'est dire que l'on s'est montré ouvert et intéressé à aborder cette thématique sous de multiples facettes, voire même à en explorer de nouvelles. Pour les acteurs médiatiques, l'activité physique ou sportive

peut comporter plusieurs composantes (socio-affective, matérielle ou environnementale, individuelle ou collective). Lorsqu'elle y est présente, l'activité physique ou sportive apparaît généralement en filigrane dans les trames narratives des émissions destinées aux jeunes. Elle est plus souvent exprimée, suggérée ou évoquée à l'aide d'images visuelles plutôt que d'informations de nature didactique ou théorique.

Pour mieux comprendre et circonscrire la thématique de l'activité physique ou sportive, les acteurs médiatiques ont manifesté le désir d'accéder à des informations de nature théorique, en privilégiant cependant l'angle socio-affectif. Toutefois, dans leur quête d'informations, ils recherchent prioritairement celles qui font référence à des situations de vie, à des histoires de cas, à des témoignages personnalisés ancrés dans la réalité et le quotidien concret des jeunes. Il faut dire, à cet effet, que le potentiel d'exploitation de ce type d'information est beaucoup plus riche, qu'il ouvre sur une large variété de scénarios et qu'il permet de traiter les variables socio-affectives et comportementales liées à la pratique de l'activité physique ou sportive.

Pour éviter que l'activité physique soit évoquée sur un ton prescriptif ou préventif, il importe de recadrer le discours entourant la pratique de l'activité physique dans un contexte de plaisir, d'expériences sociales, interpersonnelles et de groupe contribuant au mieux-être. Comme le plaisir est un important facteur déterminant le rapport du jeune avec l'activité physique ou sportive, les acteurs médiatiques devraient avoir le souci de laisser une place prioritaire au plaisir de la simple pratique dans les scénarios télévisuels traitant de cette thématique, plutôt que d'insister sur les exigences, les efforts ou les sacrifices requis de l'entraînement plus soutenu.

Dans le choix des thématiques « santé » à traiter dans les émissions jeunesse, il apparaît important de mettre en lumière l'écart existant parfois entre les besoins d'informations exprimés par les acteurs médiatiques et certains problèmes liés à la santé des jeunes. À titre d'exemple, bien que le manque de sommeil n'ait pas été retenu comme un sujet digne d'intérêt par les acteurs médiatiques, il n'en demeure pas moins que le manque de sommeil peut avoir un impact sur la santé des jeunes qui ne dorment pas suffisamment. Il s'avère aussi pertinent de traiter l'activité physique en lien avec d'autres thématiques ou habitudes de vie auxquelles elle peut être associée (stress, anxiété, concentration alimentation...).

Les acteurs médiatiques consultés semblaient convaincus de la nécessité d'illustrer et de mettre en scène l'activité physique ou sportive à l'image des jeunes : dynamique, originale, pleine de vie, aux goûts variés. Le téléspectateur doit avoir envie de se reconnaître dans la trame narrative, dans le scénario et dans les personnages évoluant à l'écran. Il doit sentir qu'il peut adopter ce mode de vie et l'intégrer dans ses propres activités quotidiennes. Cette vision de la promotion des saines habitudes de vie devrait transparaître dans les informations qui seront transmises aux acteurs médiatiques, afin qu'ils puissent les transposer par la suite dans les scénarios.

Les jeunes d'aujourd'hui sont souvent exposés à des campagnes en promotion de la santé, qui exploitent des thématiques comme la saine alimentation, la pratique de l'activité physique ou le non-tabagisme. Dans un tel contexte, les acteurs médiatiques ont un nouveau défi à relever : s'assurer que leurs émissions télévisées véhiculent des messages informatifs et fassent la promotion de comportements visant les mêmes objectifs de santé et s'appuyant sur une même conception de la santé. Aussi convient-il d'offrir aux acteurs médiatiques une information pertinente et diversifiée, suscitant une source stimulante au plan de l'imagination. La diversité des milieux dans lesquels évoluent les jeunes (la famille, l'école, la communauté, etc.) mérite aussi d'être prise en compte et se refléter dans les contenus médiatiques.

3.4.2. Personnages ou protagonistes

Les entrevues faites auprès des jeunes et des enseignants en éducation physique nous ont maintes fois confirmé le rôle de diverses variables (sexe, appartenance ethnoculturelle et milieu socio-économique) sur la pratique d'activités physiques. À cet effet, ces informations peuvent alimenter une diversité intéressante de mises en contexte et de situations de vie susceptibles d'enrichir la trame narratrice des contenus télévisuels.

De surcroît, il apparaît aussi important de ne pas se limiter à la seule présentation de modèles d'athlètes ou de jeunes sportifs ayant un mode de vie très actif. Des modèles de jeunes, tout comme d'adultes, moins performants peuvent tout aussi bien contribuer à valoriser la pratique de l'activité physique et sportive, en servant d'exemples diversifiés qui reflètent la réalité.

3.4.3. Sources d'information et outils de communication

Les acteurs médiatiques ont à se documenter pour développer des contenus d'émissions. Comme ils travaillent habituellement sur plusieurs projets à la fois, ils ont des besoins informatifs présents et futurs qui évoluent dans le temps. À cet effet, la collecte d'informations prend diverses formes. Selon le cas, il peut s'agir d'entrevues individuelles ou collectives auprès de spécialistes ou de professionnels, d'études sur le terrain, de consultation de rapports de recherche ou de lecture de divers documents, auxquelles s'ajoutent les informations tirées des expériences de vie, des observations dans le milieu environnant et les connaissances personnelles.

La volonté manifeste de bien et suffisamment se documenter sur les thématiques à traiter, d'accéder à des informations crédibles et officielles, de bien circonscrire les thématiques abordées, de se tenir toujours à la fine pointe de l'actualité, d'être au fait des moindres mouvances dans la société sont bien présents à l'esprit des acteurs médiatiques. Notons aussi que les différentes sources d'information, qu'elles proviennent du terrain, de la littérature ou autre, sont perçues comme nécessaires et complémentaires, par les acteurs médiatiques.

Quelle que soit la procédure utilisée pour se documenter, ils manifestent tous le besoin et le désir d'être encore plus et mieux informé sur différentes thématiques de santé touchant les jeunes de différents groupes d'âges. La question de la validité et de l'évaluation des informations recueillies se pose de façon régulière pour les acteurs médiatiques, qui souhaitent faire valider les informations recueillies auprès de spécialistes.

Si l'on considère les besoins et les modes de fonctionnement des acteurs médiatiques, il y aurait lieu de répondre à leur demande en développant des contenus principalement un site Internet ou en diffusant un bulletin d'information sur une base régulière, préférablement en version électronique, afin d'attirer leur attention sur des informations nouvelles, d'entretenir leur intérêt et de maintenir le contact. Si l'on opte pour le développement d'un outil de communication Internet, il importe de se montrer créatif et d'éviter de simplement faire du « copier-coller » de documents déjà disponibles et accessibles sur le réseau. C'est en offrant un produit attirant et « sur mesure » que l'on donnera envie aux acteurs médiatiques de revenir fréquemment naviguer sur le site.

Des références de spécialistes et de professionnels œuvrant en promotion de la santé ou auprès des jeunes devraient également être disponibles et regroupées, par exemple, par thématique au sein d'un bottin électronique de ressources.

Conclusion

Cette recherche qualitative menée auprès de trois groupes de participants, à savoir : des élèves de 6^e année, des enseignants en éducation physique au primaire et des acteurs médiatiques associés au domaine de la production et de la diffusion d'émissions jeunesse a permis de répondre à plusieurs objectifs.

En premier lieu, les groupes de discussion menés auprès des jeunes et des enseignants ont permis de mieux cerner la réalité de pratique d'activités physiques chez les préadolescents du dernier cycle du primaire, en plus de recenser des expériences concrètes reflétant la diversité de cette pratique. Les histoires de cas tout comme les verbatim qui illustrent ce rapport constituent une source foisonnante de mises en situation susceptibles d'être évoquées dans les contenus télévisuels d'émissions jeunesse pour traduire avec justesse la réalité de vie quotidienne des jeunes en ce qui a trait à leur pratique d'activités physiques et sportives.

En second lieu, cette étude a également permis de mettre en évidence d'importants besoins des acteurs médiatiques en programmation jeunesse en ce qui a trait principalement à la disponibilité d'informations crédibles et rapidement accessibles sur de nombreuses thématiques liées à la santé des jeunes. À cet effet, deux ateliers de formation portant sur les faits saillants de ces deux premiers volets de recherche ont d'ailleurs déjà été offerts aux acteurs médiatiques. L'intérêt suscité par l'ensemble des acteurs médiatiques pour le contenu de ces présentations et l'appréciation écrite manifestée par l'un d'entre eux témoignent de l'utilité de la diffusion de telles informations pour alimenter la réflexion des producteurs et des télédiffuseurs dans l'élaboration de leurs contenus d'émissions jeunesse.

À cet égard, la Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal, qui représente une organisation crédible aux yeux de l'ensemble des acteurs médiatiques consultés, peut jouer un rôle de premier plan pour favoriser un transfert de connaissances et d'expertise en matière de santé des jeunes. C'est donc par la création et le maintien d'un mode de communication efficace permettant de répondre rapidement aux besoins ponctuels des acteurs médiatiques que la santé publique pourra jouer un rôle de soutien et d'influence, en vue de favoriser la production et la diffusion de contenus qui participent au renforcement des messages véhiculées par les médias en matière de santé.

En troisième lieu, cette recherche aura permis d'acquérir les connaissances nécessaires au développement d'une meilleure compréhension de la dynamique et des enjeux entourant la réalisation et la diffusion d'émissions jeunesse. Cet apprentissage constitue sans aucun doute un atout majeur pour établir les bases d'une meilleure collaboration entre le monde de la santé et celui des médias.

Conclusion

À l'issue de cette recherche, il apparaît important de souligner les interventions visant à assurer la diffusion des résultats. À cet effet, une première présentation par affiche²⁰ a été effectuée en juin 2007 lors de la 19^e Conférence Mondiale sur la Promotion de la Santé et l'Éducation pour la Santé de l'UIPES. Au cours de la prochaine année, d'autres présentations sont à prévoir afin de favoriser un transfert de connaissances principalement auprès d'intervenants du milieu scolaire et du milieu de la santé.

20 Voir à l'annexe IV, l'affiche scientifique présentée lors de la 19^e Conférence Mondiale sur la Promotion de la Santé et l'Éducation pour la Santé de l'UIPES, à Vancouver, en juin 2007.

ANNEXES

A-I : Certificats d'éthique (2)

A-II : Formulaires de consentement (3)

A-III : Guides d'entrevue (3)

A-IV : Présentation par affiche

A-I : CERTIFICATS D'ÉTHIQUE (2)



CERTIFICAT DE CONFORMITÉ ÉTHIQUE

Projet No. : 95

Intitulé : Partenariat entre les intervenants du domaine de la santé, les intervenants du milieu scolaire et les différents « *acteurs médiatiques* » pour développer un outil de communication fournissant de l'information en regard de la pratique d'activités physiques des jeunes.

Chercheurs Principaux : Sylvie Gagnon et al., DSP

Dépôt de la demande : 14 mars 2006

Documents examinés : Formulaire de soumission, budget, devis de recherche, questionnaires, formulaire de consentement, lettres d'appui au projet, lettre du responsable de l'unité à laquelle appartient le chercheur principal justifiant la pertinence du projet évaluation scientifique externe, les CV des chercheurs, contrats avec des sous-contractants.

Date d'évaluation : 28 mars 2006

1. DÉCISION DU COMITÉ

Le 28 mars 2006, le comité d'éthique de la recherche (CÉR) de l'Agence de Montréal a procédé à l'évaluation éthique du projet de recherche plus amplement décrit en titre. Au terme de cette évaluation et compte tenu des échanges avec l'équipe de recherche, le CÉR a unanimement décidé de ce qui suit.

Le CÉR est d'avis que ce projet respecte les normes éthiques généralement acceptées pour ce genre de recherche. Le CÉR est favorable à l'émission d'un certificat de conformité valide pour une période d'un an à compter de la réception de la présente.

2. ENGAGEMENTS DES CHERCHEURS

Il est entendu que les chercheurs :

- 2.1. communiqueront au CÉR tout changement au protocole pouvant avoir des répercussions éthiques;
- 2.2. rapporteront au CÉR tout incident important survenant lors de l'étude et lui fourniront les renseignements demandés pour le suivi éthique de l'étude;
- 2.3. fourniront au CÉR un bref rapport intérimaire au plus tard dans un an, condition nécessaire à un renouvellement annuel du présent certificat, le cas échéant;

Comité d'éthique de la recherche
Direction de Santé publique de Montréal
1301, rue Sherbrooke Est, Montréal (Québec) H2L 1M3

- 2.4. transmettront au CÉR une copie du rapport final des résultats de l'étude lorsque celle-ci sera terminée;

En acceptant le présent certificat, les chercheurs acceptent de se conformer à toutes les conditions qu'il comporte.



Marie-Ève Bouthillier
Présidente, Comité d'éthique de la recherche
Direction de santé publique de Montréal
Agence de la santé et des services sociaux de
Montréal

21 avril 2006

Date

**RENOUVELLEMENT D'UNE APPROBATION DE PROJET
PAR LE COMITÉ D'ÉTHIQUE DE LA RECHERCHE**

Projet No. : 95

Intitulé : Partenariat entre les intervenants du domaine de la santé, les intervenants du milieu scolaire et les différents « *acteurs médiatiques* » pour développer un outil de communication fournissant de l'information en regard de la pratique d'activités physiques des jeunes.

Chercheurs : Sylvie Gagnon et al.

Date d'émission du
certificat d'éthique : 21 avril 2006

Date de début du projet : 24 avril 2007

Date de fin prévue : Juin 2007

Le comité d'éthique de la recherche de l'Agence de santé et de service sociaux de Montréal (ci-après CÉR) a examiné le projet plus amplement décrit en titre. Sur la foi du document : Suivi d'un projet de recherche, reçu en avril 2007, il fut approuvé par un sous-comité du CÉR.

Le certificat émis est renouvelé pour une année, à partir de mai 2007.

Il est entendu que les chercheurs :

- 1) respecteront tous les engagements pris lors de l'approbation initiale ou subséquemment;
- 2) préviendront le comité d'éthique de tout changement au protocole ou à la formule de consentement pouvant avoir des répercussions éthiques;
- 3) lui rapporteront tout incident important survenant lors de l'étude;
- 4) lui fourniront les renseignements demandés pour le suivi éthique de l'étude;
- 5) fourniront au CER un bref rapport intérimaire au plus tard dans un an, condition nécessaire à un autre renouvellement annuel du présent certificat, si nécessaire;
- 6) enverront au comité une copie du rapport final des résultats de l'étude lorsqu'elle sera terminée.

En acceptant le présent certificat, les chercheurs acceptent toutes les conditions qu'il comporte.

Marie-Eve Bouthillier

Marie-Eve Bouthillier
Présidente du CÉR

8 mai 2007

Date

A-II : FORMULAIRES DE CONSENTEMENT (3)



Montréal, le X avril 2006

Objet :	Demande de consentement parental visant la participation de votre enfant à un groupe de discussion sur les jeunes et l'activité physique
Titre du projet :	Les jeunes et l'activité physique
Chercheuse principale :	Sylvie Gagnon, conseillère en promotion de la santé, Direction de santé publique de Montréal
Co-chercheuses :	Lise Renaud, professeure, Université du Québec à Montréal Monique Caron-Bouchard, professeure, Collège Jean-de-Brébeuf Collette Noiseux, agente de recherche, Télé-Québec

Aux parents,

Nous préparons actuellement une étude qui vise à explorer les expériences de pratique d'activités physiques des jeunes de 6^e année. Ce projet de recherche, qui a reçu une subvention de 20 000 \$ de la Direction de santé publique de Montréal, est sous la responsabilité de Sylvie Gagnon, qui agit à titre de chercheuse principale.

But visé par ce projet de recherche : Augmenter la fréquence des messages en activité physique diffusés à la télévision et en améliorer les contenus.

Justification de l'étude : Développer des messages médiatiques plus favorables à la pratique d'activités physiques des jeunes.

Nature de la participation : Nous aimerions obtenir votre accord, afin que votre enfant participe, en avril prochain, à un groupe de discussion avec trois autres élèves de 6^e année de son école. L'entretien, d'une durée d'environ 75 minutes, se fera à l'école même, pendant les heures de classe, en présence d'une professionnelle de la recherche qui agira à titre d'animatrice. La tâche de votre enfant se résumera à raconter son expérience personnelle reliée à la pratique d'activités physiques. Les thèmes abordés lors de l'entrevue de groupe sont : les activités de loisirs, la pratique d'activités physiques des jeunes, leurs motivations de pratique et l'exploration de pistes d'intervention.

Inconvénients et risques : Exception faite du temps requis pour participer au groupe de discussion, la participation à cette étude ne comporte aucun inconvénient pour votre enfant. La direction de l'école et le personnel enseignant concerné sont d'ailleurs pleinement favorables à la réalisation de cette étude.

Confidentialité : Les informations recueillies lors de l'entrevue seront enregistrées pour en faciliter l'analyse. En aucun cas et en aucun moment, il ne sera possible d'identifier le nom de votre enfant dans cette étude, et seules les chercheuses et les assistants de recherche auront accès aux informations recueillies lors des entrevues, pour fin d'analyse.

Participation libre et retrait : Votre enfant est libre de participer ou non au groupe de discussion et peut se retirer en tout temps, sans avoir à justifier sa décision. Il est également libre de répondre ou non aux questions qui seront posées par l'animatrice du groupe.

Indemnité : Une collation santé sera offerte à votre enfant lors de l'entrevue de groupe et un souvenir (porte-clé, podomètre...) lui sera également remis, en appréciation pour sa contribution à cette étude.

Si vous acceptez que votre enfant participe au groupe de discussion, veuillez signer le formulaire de consentement parental ci-joint, le remettre à votre enfant, avant le X avril 2006, afin qu'il puisse le transmettre au secrétariat de l'école.

Pour toute information additionnelle, n'hésitez pas à me contacter, au numéro de téléphone indiqué. Je tiens à vous remercier et je demeure disponible en tout temps pour répondre à toutes vos questions.

Sylvie Gagnon, M. Sc.
Conseillère en promotion de la santé
Direction de la santé publique de Montréal
Secteur *Écoles et milieux en santé*
1301, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec)
H2L 1M3

Téléphone : (514) 528-2400, poste 3006
Télécopieur : (514) 528-2426
Courriel : sgagnon@santepub-mtl.qc.ca

p.j. Formulaire de consentement parental



Formulaire de consentement parental

Titre du projet :	Les jeunes et l'activité physique
Chercheuse principale :	Sylvie Gagnon

Veillez, s'il vous plaît, signer le présent formulaire de consentement parental et le remettre, dès que possible, au secrétariat de l'école.

J'ai pris connaissance de la lettre explicative ci-jointe concernant le projet de recherche sur les jeunes et l'activité physique, qui aura lieu à l'école que fréquente mon enfant et dont l'objectif est d'augmenter la fréquence des messages en activité physique diffusés à la télévision et d'en améliorer les contenus. Les thèmes abordés lors de l'entrevue de groupe concernent les loisirs, la pratique d'activités physiques des jeunes, leurs motivations de pratique et l'exploration de pistes d'intervention. Je comprends que les informations recueillies lors de cette entrevue demeureront confidentielles. Il est entendu que mon enfant conserve le droit de se retirer du groupe de discussion en tout temps, s'il le désire.

Les transcriptions des entrevues sur support papier seront dénichetées par le Service des archives de la Direction de santé publique de Montréal, selon les délais prévus par l'établissement. Les cassettes audio seront quant à elles démagnétisées, une fois les transcriptions complétées. Enfin, les fichiers informatiques seront détruits par le Service des archives de la Direction de santé publique de Montréal, selon les délais prévus, après la date de la fin du projet de recherche. Si vous avez des questions concernant vos droits en tant que participant à ce projet de recherche, vous pouvez communiquer avec Madame Isabelle Duclos, coordonnatrice à l'éthique de la recherche, Direction de santé publique de Montréal, au (514) 528-2400 poste 3262.

☐ **Oui, je,** _____ (nom du parent) **suis d'accord** à ce que mon enfant, _____ (nom de l'enfant), participe à un groupe de discussion sur l'activité physique, d'une durée maximale de 75 minutes, qui se tiendra à l'école le X avril prochain.

☐ **Non, je,** _____ (nom du parent) **ne suis pas d'accord** à ce que mon enfant, _____ (nom de l'enfant), participe à ce groupe de discussion.

Signature d'un parent ou d'un tuteur

Date

Nom et signature de la chercheuse principale

Date

Merci !

LA PRÉVENTION
EN ACTIONS

Garder notre
monde en santé

Montréal
1301, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H2L 1M3
Téléphone : (514) 528-2400
www.santepub-mtl.qc.ca



Montréal, le X avril 2006

Objet :	Demande de consentement des enseignants en éducation physique visant à participer à un groupe de discussion sur les jeunes et l'activité physique
Titre du projet :	Les jeunes et l'activité physique
Chercheure principale :	Sylvie Gagnon, conseillère en promotion de la santé, Direction de santé publique de Montréal
Co-chercheures :	Lise Renaud, professeure, Université du Québec à Montréal Monique Caron-Bouchard, professeure, Collège Jean-de-Brébeuf Collette Noiseux, agente de recherche et développement, Télé-Québec

Aux participants,

Nous préparons actuellement une étude qui vise à explorer les expériences de pratique d'activités physiques des jeunes de 6^e année. Ce projet de recherche, qui a reçu une subvention de 20 000 \$ de la Direction de santé publique de Montréal, est sous la responsabilité de Sylvie Gagnon, qui agit à titre de chercheure principale.

But visé par ce projet de recherche : Augmenter la fréquence des messages en activité physique diffusés à la télévision et en améliorer les contenus.

Justification de l'étude : Les jeunes sont de moins en moins actifs et occupent une partie importante de leurs temps libres à regarder la télévision. La télévision représente une importante source d'informations et d'apprentissage en regard des comportements liés à la santé. Les jeunes ont en général une faible perception de la présence de contenus liés à l'activité physique à la télévision. Les activités physiques qu'ils perçoivent à la télévision ne reflètent, dans bien des cas, ni leurs préférences en matière de pratique personnelle, ni l'éventail de leurs motivations de pratique. Les modèles qui sont proposés au petit écran sont souvent limités à des figures masculines et le discours sur l'activité physique ne semble pas tenir compte de leurs valeurs. La présente étude servira donc à recueillir des informations pertinentes en vue de développer des messages médiatiques plus favorables à la pratique d'activités physiques des jeunes.

Nature de la participation : Nous aimerions obtenir votre accord pour participer, en avril prochain, à un groupe de discussion avec sept autres éducateurs physiques enseignants provenant de différentes écoles primaires de Montréal. L'entretien, d'une durée de 3 heures, se fera à la Direction de santé publique de Montréal, selon vos disponibilités, après les heures de classe. Les thèmes abordés lors de l'entrevue de groupe sont : la pratique d'activités physiques des jeunes et les environnements de pratique, les motivations de pratique des jeunes, les facteurs qui facilitent et limitent la pratique, la perception de l'activité physique dans les contenus télévisuels et l'exploration de pistes d'intervention.

Inconvénients et risques : Exception faite du temps requis pour participer au groupe de discussion, la participation à cette étude ne comporte aucun autre inconvénient.

Confidentialité : Les informations recueillies lors de l'entrevue seront enregistrées pour en faciliter l'analyse. En aucun cas et en aucun moment, il ne sera possible d'identifier votre nom dans cette étude, et seuls les chercheuses et les assistants de recherche auront accès aux informations recueillies lors des entrevues, pour fin d'analyse.

Participation libre et retrait : Vous êtes libre de participer ou non au groupe de discussion et vous pouvez vous retirer en tout temps du groupe, sans avoir à justifier votre décision. Vous êtes également libre de répondre ou non aux questions qui seront posées par l'animatrice du groupe.

Indemnité : Une boîte à lunch santé vous sera offerte lors de l'entrevue de groupe. Une indemnité compensatoire de 75 dollars vous sera également octroyée pour la perte de jouissance d'une soirée qui peut inclure notamment, selon le cas, les frais de déplacement, de stationnement et de gardiennage.

Si vous acceptez de participer au groupe de discussion, veuillez signer le formulaire de consentement ci-joint et le remettre à l'animatrice du groupe de discussion lors de la rencontre.

Pour toute information additionnelle, n'hésitez pas à me contacter, au numéro de téléphone indiqué. Je tiens à vous remercier et je demeure disponible en tout temps pour répondre à toutes vos questions.

Sylvie Gagnon, M. Sc.
Conseillère en promotion de la santé
Direction de la santé publique de Montréal
Secteur *Écoles et milieux en santé*
1301, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec)
H2L 1M3

Téléphone : (514) 528-2400, poste 3006
Télécopieur : (514) 528-2426
Courriel : sgagnon@santepub-mtl.qc.ca

p.j. Formulaire de consentement des enseignants en éducation physique



Formulaire de consentement des enseignants en éducation physique

Titre du projet :	Les jeunes et l'activité physique.
Chercheuse principale :	Sylvie Gagnon, conseillère en promotion de la santé, Direction de santé publique de Montréal

**Veuillez, s'il vous plaît, signer le présent formulaire de consentement
et le remettre, dès que possible, à Madame Sylvie Gagnon.**

J'ai pris connaissance de la lettre explicative ci-jointe concernant le projet de recherche sur les jeunes et l'activité physique dont l'objectif est d'augmenter la fréquence des messages en activité physique diffusés à la télévision et d'en améliorer les contenus. Les thèmes abordés lors de l'entrevue sont : la pratique d'activités physiques des jeunes et les environnements de pratique, les motivations de pratique des jeunes, les facteurs qui facilitent et limitent la pratique, la perception de l'activité physique dans les contenus télévisuels et l'exploration de pistes d'intervention. Je comprends que les informations recueillies lors de l'entrevue de groupe demeureront confidentielles. Il est entendu que je conserve le droit de me retirer du groupe de discussion en tout temps, si je le désire.

Les transcriptions des entrevues sur support papier seront déchetées par le Service des archives de la Direction de santé publique de Montréal, selon les délais prévus par l'établissement. Les cassettes audio seront quant à elles démagnétisées, une fois les transcriptions complétées. Enfin, les fichiers informatiques seront détruits par le Service des archives de la Direction de santé publique de Montréal, selon les délais prévus, après la date de la fin du projet de recherche. Si vous avez des questions concernant vos droits en tant que participant à ce projet de recherche, vous pouvez communiquer avec Madame Isabelle Duclos, coordonnatrice à l'éthique de la recherche, Direction de santé publique de Montréal, au (514) 528-2400 poste 3262.

☐ **Oui, je, _____ (nom du participant) suis d'accord** pour participer à un groupe de discussion, d'une durée de 3 heures, sur les jeunes et l'activité physique qui aura lieu à la Direction de santé publique Montréal.

☐ **Non, je, _____ (nom du participant) ne suis pas d'accord** pour participer à ce groupe de discussion.

Signature du participant

Date

Nom et signature de la chercheuse principale

Date

Merci !

LA PRÉVENTION
EN ACTIONS

Garder notre
monde en santé

Montréal
1301, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H2L 1M3
Téléphone : (514) 528-2400
www.santepub-mtl.qc.ca



Montréal, le X août 2006

Objet :	Demande de consentement des acteurs médiatiques visant à participer à une entrevue individuelle ou de groupe.
Titre du projet :	Les jeunes et l'activité physique
Chercheure principale :	Sylvie Gagnon, conseillère en promotion de la santé, Direction de santé publique de Montréal
Co-Chercheures :	Lise Renaud, professeure, Université du Québec à Montréal Monique Caron-Bouchard, professeure, Collège Jean-de-Brébeuf

Aux participants,

Nous préparons actuellement une étude qui vise à explorer les expériences de pratique d'activités physiques des jeunes de 6^e année. Ce projet de recherche, qui a reçu une subvention de 20 000 \$ de la Direction de santé publique de Montréal, est sous la responsabilité de Sylvie Gagnon, qui agit à titre de chercheure principale.

But visé par ce projet de recherche : Recueillir des informations pertinentes qui permettront de faire une adéquation entre la réalité de pratique des jeunes et les contenus diffusés, afin d'augmenter la fréquence des messages télévisuels destinés aux jeunes en matière d'activités physiques et d'en améliorer la qualité.

Justification de l'étude : Les jeunes sont de moins en moins actifs et occupent une partie importante de leurs temps libres à regarder la télévision. La télévision représente une importante source d'informations et d'apprentissage en regard des comportements liés à la santé. Les jeunes ont en général une faible perception de la présence de contenus liés à l'activité physique à la télévision. Les activités physiques qu'ils perçoivent à la télévision ne reflètent, dans bien des cas, ni leurs préférences en matière de pratique personnelle, ni l'éventail de leurs motivations de pratique. Les modèles qui sont proposés au petit écran sont souvent limités à des figures masculines et le discours sur l'activité physique ne semble pas suffisamment tenir compte de leurs valeurs. La présente étude servira donc à recueillir des informations pertinentes en vue de développer des messages médiatiques plus favorables à la pratique d'activités physiques des jeunes.

Nature de la participation : Nous aimerions obtenir votre accord pour participer, au cours de l'été, à un entretien d'une durée de 60 à 90 minutes, selon vos disponibilités. Les principaux thèmes abordés lors de cet entretien seront : la dynamique décisionnelle entourant le choix des thèmes en lien avec la programmation jeunesse, la place de la santé et les source d'informations, l'identification des besoins en matière d'information liées à la santé des jeunes et l'exploration de la mise en forme de l'information.

Inconvénients et risques : Exception faite du temps requis pour participer à cette entrevue, votre participation à cette étude ne comporte aucun autre inconvénient.

Confidentialité : Les informations recueillies lors de l’entrevue seront enregistrées pour en faciliter l’analyse. En aucun cas et en aucun moment, il ne sera possible d’identifier votre nom dans cette étude, et seules les chercheuses et les assistants de recherche auront accès aux informations recueillies lors des entrevues, pour fin d’analyse.

Participation libre et retrait : Vous êtes libre de participer ou non à cet entretien. Vous êtes également libre de répondre ou non aux questions qui seront posées par l’animatrice du groupe.

Indemnité : Une boîte à lunch santé vous sera offerte lors de l’entrevue et un souvenir (foulard, podomètre, porte-clé...) vous sera également remis, en appréciation pour votre contribution à cette étude.

Si vous acceptez de participer à cette entrevue, veuillez signer le formulaire de consentement ci-joint, et le remettre à Madame Sylvie Gagnon, avant le X 2006.

Pour toute information additionnelle, n’hésitez pas à me contacter, au numéro de téléphone indiqué. Je tiens à vous remercier et je demeure disponible en tout temps pour répondre à toutes vos questions.

Sylvie Gagnon, M. Sc.
Conseillère en promotion de la santé
Direction de la santé publique de Montréal
Secteur *Écoles et milieux en santé*
1301, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec)
H2L 1M3

Téléphone : (514) 528-2400, poste 3006
Télécopieur : (514) 528-2426
Courriel : sgagnon@santepub-mtl.qc.ca

p.j. Formulaire de consentement des acteurs médiatiques



Formulaire de consentement des acteurs médiatiques

Titre du projet :	LES JEUNES ET L'ACTIVITÉ PHYSIQUE.
Chercheuse principale :	SYLVIE GAGNON, CONSEILLÈRE EN PROMOTION DE LA SANTÉ, DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE DE MONTRÉAL

**Veuillez, s'il vous plaît, signer le présent formulaire de consentement
et le remettre, lors de la rencontre, à l'interviewer.**

J'ai pris connaissance de la lettre explicative ci-jointe concernant le projet de recherche sur les jeunes et l'activité physique. Je comprends que les informations recueillies lors de cet entretien demeureront confidentielles. Il est entendu que je conserve le droit de me retirer de l'entretien en tout temps, si je le désire, et que je suis libre de répondre ou non aux questions posées par l'interviewer.

Les transcriptions des entrevues sur support papier seront déchetées par le Service des archives de la Direction de santé publique de Montréal, selon les délais prévus par l'établissement. Les cassettes audio seront quant à elles démagnétisées, une fois les transcriptions complétées. Enfin, les fichiers informatiques seront détruits par le Service des archives de la Direction de santé publique de Montréal, selon les délais prévus, après la date de la fin du projet de recherche. Si vous avez des questions concernant vos droits en tant que participant à ce projet de recherche, vous pouvez communiquer avec Madame Isabelle Duclos, coordonnatrice à l'éthique de la recherche, à la Direction de santé publique de Montréal, au (514) 528-2400 poste 3262.

☐ Oui, je, _____ (nom du participant) suis d'accord pour participer à un entretien d'une durée de 60 à 90 minutes portant sur les jeunes et l'activité physique qui se tiendra, au cours de l'été 2006, à mon lieu de travail.

☐ Non, je, _____ (nom du participant) ne suis pas d'accord pour participer à cette étude.

Signature du participant

Date

Nom et signature de la chercheuse principale

Date

Merci !

LA PRÉVENTION
EN ACTIONS

Garder notre
monde en santé

Montréal
1301, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H2L 1M3
Téléphone : (514) 528-2400
www.santepub-mtl.qc.ca

A-III : GUIDES D'ENTREVUE (3)

Guide d'entrevue de groupe auprès des jeunes²¹

1. Introduction

- 1.1. Mot de bienvenue et présentation de l'interviewer
- 1.2. Présentation du projet de recherche
- 1.3. Explication du déroulement de l'entrevue

2. Récit de pratique d'activités physiques

2.1. Profil des jeunes

2.1.1. Loisirs

- Que faites-vous comme activité dans vos temps libres ? (en assisté : jouer avec des amis, jouer à l'ordinateur, regarder la télévision, faire du sport, lire, écouter de la musique, jouer de la musique, suivre un cours...)
- Quelles sont vos émissions de télévision préférées en ce moment ?
- Y a-t-il, dans ces émissions, un ou des personnages qui font de l'activité physique ?
 - Pouvez-vous me raconter ce qu'ils font ? (en assisté : quoi ? où ? avec qui ?...)

2.1.2. Activités physiques

2.1.2.1. Activités physiques pratiquées

- Quelles activités physiques font les jeunes de votre âge ?
- Parmi ces activités, quelles sont celles que vous faites ? (en assisté : Avec qui faites-vous ces activités (en assisté : amis, famille, seul...) ? À quels moments faites-vous ces activités (en assisté : semaine, fin de semaine, saisons) ? Où faites-vous ces activités (à l'école, en dehors de l'école, lieu, environnement, ...) ?
- Parmi toutes les activités physiques que vous aimez faire, quelle serait votre activité physique préférée ? Pourquoi ?

2.1.2.2. Facteurs de motivation de pratique d'activités physiques

- Pouvez-vous me raconter un souvenir d'une activité physique que vous avez faite en 5^e ou en 6^e année et où... (en assisté : Quoi ? Avec qui ? Quand ? Où ?) = tour de table
 - vous avez eu beaucoup de plaisir ?
 - vous vous êtes bien senti ?

21 Le guide d'entrevue sera adapté en fonction du temps, du rythme et de l'intérêt des participants en regard des questions qui seront abordées.

- vous étiez fier de vous ?
- Pouvez-vous me raconter un souvenir d'une activité physique que vous avez faite en 5^e ou en 6^e année et où... (en assisté : Quoi ? Avec qui ? Quand ? Où ?) = tour de table
 - vous n'avez pas eu de plaisir ?
 - vous vous n'êtes pas bien senti ?
 - vous n'avez pas été fier de vous ?

2.1.2.3. **Activité physique idéale**

- Si je vous offrais la possibilité de faire une activité physique de votre choix (sans aucune limite de prix, de lieu, de temps...)
 - Racontez-moi ce que vous feriez comme activité ? Pourquoi ? (en assisté : Avec qui vous feriez cette activité ? Pourquoi ? Où vous feriez cette activité ? Pourquoi ? Pendant combien de temps vous feriez cette activité ? Pourquoi ? À quel moment de l'année vous feriez cette activité ? Pourquoi ? (par saison / tour de table, si nécessaire)
- Y a-t-il des activités physiques que vous ne faites pas maintenant, mais que vous aimeriez faire (plus tard) ? Pourquoi ?

2.2. **Pistes d'intervention / Jeux de rôle**

- Vous êtes un **professeur d'éducation physique...**
 - ✓ Qu'est-ce que vous feriez pour encourager les **élèves** de l'école à faire de l'activité physique ?
- Vous êtes un **réalisateur** d'une émission populaire auprès des jeunes...
 - ✓ Qu'est-ce que **vous** feriez dans vos émissions pour donner aux jeunes le goût de faire de l'activité physique ?
- Vous êtes un **parent...**
 - ✓ Qu'est-ce que vous feriez pour encourager vos enfants à faire de l'activité physique ?
- Vous êtes le **ministre** du Sport...
 - ✓ Qu'est-ce que vous feriez pour faire encourager les **jeunes** du Québec à faire de l'activité physique ?
- **Vous**, qu'est-ce que vous feriez pour encourager...
 - vos parents à faire de l'activité physique ?
 - quelqu'un qui n'aime pas faire d'activités physiques ?

3. Conclusion

- 3.1. Questions et commentaires pour conclure l'entrevue (tour de table)
- 3.2. Salutation et remerciements
- 3.3. Remise du souvenir
- 3.4. Arrêt du magnétophone et note de l'heure de fin de l'entrevue

4. Notes de l'interviewer

- 4.1. Contexte et climat de l'entrevue
- 4.2. Intérêt de participation des jeunes

Guide d'entrevue de groupe auprès des enseignants en éducation physique²²

1. Introduction

- 1.1. Mot de bienvenue et présentation de l'interviewer
- 1.2. Présentation du projet de recherche
- 1.3. Explication du déroulement de l'entrevue

2. Récits des éducateurs et éducatrices physiques

2.1. Perception des éducateurs physiques

- À l'égard de la pratique d'activités physiques des jeunes
- À l'égard des environnements de pratique d'activités physiques
- Les différences depuis les cinq dernières années

2.2. Recensement des situations de vie en activité physique susceptibles d'être évoquées dans les contenus d'émissions jeunesse

- Pouvez-vous me donner des exemples de réussite de pratique d'activités physiques ? (en assisté : jeunes, environnement)
- Pouvez-vous me donner des exemples d'échecs de pratique d'activités physiques ? (en assisté : jeunes, environnement)

2.3. Validation de la perception des éducateurs physiques à l'égard de la pratique d'activités physiques des jeunes (à partir de la présentation d'énoncés issus des propos des jeunes)

- Qu'est-ce qui facilite la pratique d'activités physiques des jeunes ? (différences filles, garçons, actifs, sédentaires)
- Qu'est-ce qui limite la pratique d'activités physiques des jeunes ? (différences filles, garçons, actifs, sédentaires)
- Qu'est-ce qui donne le goût aux jeunes de faire de l'activité physique ? (différences filles, garçons, actifs, sédentaires)
- Qu'est-ce qui ne donne pas le goût aux jeunes de faire l'activité physique ? (différences filles, garçons, actifs, sédentaires)
- En quoi un jeune du primaire se distingue-t-il d'un jeune du secondaire en matière de pratique d'activités physiques ?

22 Le guide d'entrevue sera adapté en fonction du temps, du rythme et de l'intérêt des participants en regard des questions qui seront abordées.

2.4. Activités physiques et interventions médiatiques

- Pourriez-vous décrire une séquence d'émission que vous avez vue à la télévision et que vous considérez pertinente ou efficace pour encourager la pratique d'activités physiques auprès des jeunes ?
- Vous êtes réalisateur d'une émission de télévision populaire auprès des jeunes...
 - Qu'est-ce que vous faites pour donner aux jeunes le goût de faire de l'activité physique ?
 - Quels sont les éléments dont il faut tenir compte dans les productions télévisuelles destinées aux jeunes en matière d'activités physiques ?

3. Conclusion

- 3.1. Questions et commentaires pour conclure l'entrevue (tour de table)
- 3.2. Salutation et remerciements
- 3.3. Remise du souvenir
- 3.4. Arrêt du magnétophone et note de l'heure de fin de l'entrevue

4. Notes de l'interviewer

- 4.1. Contexte et climat de l'entrevue
- 4.2. Intérêt de participation des enseignants en éducation physique

Guide d'entrevue individuelle ou de groupe auprès des acteurs médiatiques²³

1. Introduction

- 1.1. Mot de bienvenue et présentation de l'interviewer
- 1.2. Explication du déroulement de l'entretien

2. Programmation jeunesse et santé

2.1. Description du processus décisionnel

- Quels sont les groupes d'âge sur lesquelles portent la majorité de vos émissions jeunesse actuellement (3-5/6-8/9-12/13-15) ?
- En fonction du groupe d'âge que vous avez mentionné, quels sont les sujets jeunesse qui vous intéressent le plus ?
 - Pourquoi ces sujets vous intéressent-ils ?
- Comment se fait le choix des sujets ou des thèmes abordés dans une émission jeunesse ? (voir ce qui incite à prendre un sujet plutôt qu'un autre...)
 - *(en assisté : ce qui vous inspire (actualité, expérience vécue), Qui décide du choix de ces sujets ?)*
- Si vous aviez à chercher de l'information (prendre un sujet mentionné) ou sur la santé, quelles seraient vos sources d'informations ?
 - *(en assisté : ex.: littérature scientifique : rapports de recherche, articles spécialisés, littérature populaire : journaux, magazines, livres, documentation promotionnelle, consultation d'experts, de collègues ou de firmes de consultants, sites Internet)*
- Vous arrive-t-il de ne pas trouver vraiment l'information dont vous auriez besoin ?
- Comment faites-vous pour évaluer la pertinence et la crédibilité de l'information que vous avez trouvée ?
 - *(en assisté : avez-vous des critères pour établir la crédibilité des informations, (ex. : la source... : source gouvernementale, santé publique, médias, industrie, expériences personnelles ou de collègues, autres...)*
- Parmi les sujets mentionnés, est-ce qu'il y en a un qui vous pose plus un défi de scénarisation que d'autre ? En quoi ?

2.2. Médiatisation de la santé chez les jeunes

- Quand on parle de la santé des jeunes (groupe d'âge) à quoi pensez-vous spontanément ?
 - *(en assisté : habitudes de vie, volet psychosocial (taxage, bullying, décrochage scolaire, prostitution juvénile, détresse psychologique, jeux de hasard et d'argent,...))*
- D'après vous, quels sont les sujets de santé qui intéressent (préoccupent) le plus les jeunes (groupes d'âge) ?

23 Le guide d'entrevue sera adapté en fonction du temps, du rythme et de l'intérêt des participants en regard des questions qui seront abordées.

Je vous propose une liste de sujets concernant la santé des jeunes (classés par ordre alphabétique). Prenez quelques minutes pour en prendre connaissance. S'il y avait d'autres sujets (en fonction du groupe d'âge qui vous intéresse) à l'égard de la santé des jeunes que vous aimeriez ajouter à cette liste, indiquez-les.

- Parmi tous les thèmes de santé qui suivent, identifiez par un « + » les **trois plus importants** et par un « - » les **trois moins importants** en fonction du groupe d'âge que vous ciblez :

SUJETS	+ ou -
Activité physique et sportive	
Alimentation saine et équilibrée, troubles de comportements alimentaires (diètes, anorexie, boulimie...)	
Consommation d'alcool, de drogues et autres toxicomanies	
Hygiène corporelle (lavage des mains, pellicules, piercing, tatoo...)	
Excès de poids et obésité juvénile	
Santé bucco-dentaire (brossage des dents, soie dentaire, haleine, orthodontie)	
Santé mentale (estime de soi, détresse psychologique, anxiété, dépression, comportements agressifs)	
Sexualité des jeunes et orientation sexuelle à l'adolescence (amour et relations amoureuses, contraception, ITSS, Sida et grossesse à l'adolescence, abus, violence et agression sexuelle)	
Sommeil	
Tabagisme	
Vaccination	
Autre, spécifiez :	

Discussion...

- Pourquoi ces trois sujets sont-ils importants pour vous ?
- Pourquoi ces trois sujets ne sont-ils pas importants pour vous ?
- Seriez-vous intéressé à recevoir de l'information sur certains de ces thèmes ?
 - (en assisté : Lesquels? Pourquoi? Sous quel angle? Quels objectifs? Quel traitement des thématiques de santé? ...)

2.3. L'activité physique et les jeunes

- Au cours des dernières années, est-ce que l'activité physique a déjà constitué une préoccupation pour vous comme axe de scénarisation ?
En quoi ?
- Quand vous avez (Si vous aviez) à faire référence à l'activité physique, d'une façon ou d'une autre, êtes-vous intéressé à parler du vécu d'activités physiques des jeunes ou plutôt à l'utiliser l'activité physique comme prétexte pour parler du vécu des jeunes ? Donnez un exemple.

Je vous propose une liste de sujets d'informations sur l'activité physique (classés par ordre alphabétique), pour lesquelles nous disposons de données plus factuelles. Prenez quelques minutes pour en prendre connaissance.

Toujours en fonction du groupe d'âge qui vous intéresse, s'il y avait d'autres informations concernant la pratique d'activités physiques des jeunes que vous aimeriez ajouter à cette liste, indiquez-les.

- Parmi tous les sujets d'activités physiques qui suivent, identifiez par un « + » les **trois plus importants** et par un « - » les **trois moins importants** en fonction du groupe d'âge que vous ciblez :

SUJETS	+ ou -
Activités physiques à la mode et préférences en fonction du sexe	
Bénéfices de l'activité physique et conséquences de la sédentarité pour la santé	
Définition de l'activité physique, catégories d'activités physiques (<i>transport, domestique, loisir, travail, scolaire</i>) et recommandation de pratique d'activités physiques destinées aux jeunes	
Environnement de pratique (lieux, horaires, cours, aménagement...)	
Facteurs qui limitent et facilitent la pratique des jeunes	
Liste de personnes ressources à consulter (spécialistes, entraîneurs, fédérations sportives, réseau Kino-Québec... / bottin des ressources)	
Statistiques sur les taux de pratique	
Transport et déplacement actifs	
Autre, spécifiez :	

Discussion...

- Pourquoi ces trois sujets sont-ils importants pour vous ?
- Pourquoi ces trois sujets ne sont-ils pas importants pour vous ?
- Seriez-vous intéressé à recevoir de l'information sur certains de ces thèmes ?
 - (*en assisté : Lesquels? Pourquoi? Sous quel angle? Quels objectifs? Quel traitement des thématiques de santé? ...*)

Je vous propose une dernière liste de sujets sur l'activité physique (classés par ordre alphabétique), de nature psychosociologique. Prenez quelques minutes pour en prendre connaissance.

Toujours en fonction du groupe d'âge qui vous intéresse, s'il y avait d'autres sujets concernant la pratique d'activités physiques des jeunes que vous aimeriez ajouter à cette liste, indiquez-les.

- Parmi tous les sujets d'activités physiques de nature psychosociologique qui suivent, identifiez par un « + » les **trois plus importants** et par un « - » les **trois moins importants** en fonction du groupe d'âge que vous ciblez :

SUJETS	+ OU -
Activité physique de loisir (récréative), pratique compétitive et performance	
Affectivité et activité physique (souffrance, douleur, blessure, solitude, plaisir, tristesse, gêne, déception, peur, défi, adrénaline...)	
Exemples d'expériences réussies (amis, école, famille, communauté)	
Influence des pairs et de la famille sur la pratique des jeunes	
Look et apparence physique (costume, vêtements, cheveux, maquillage, transpiration...)	
Mises en situation concrète vécues par les jeunes (anecdotes et histoires vécues)	
Motifs de participation et de désengagement à la pratique d'activité physique	
Sport et attitude comportementale (discrimination, sécurité, admiration, mimétisme...)	
Sport et facteurs socio-culturels (religion, milieu socio-économique, appartenance ethnoculturelle...)	
Sport et dopage	
Sports extrêmes	
Sports individuels et d'équipe (effet de groupe « la gang »)	
Victoire et défaite	
Autre, spécifiez :	

Discussion...

- Pourquoi ces trois sujets sont-ils importants pour vous ?
- Pourquoi ces trois sujets ne sont-ils pas importants pour vous ?
- Seriez-vous intéressé à recevoir de l'information sur certains de ces thèmes ?
 - *(en assisté : Lesquels? Pourquoi? Sous quel angle? Quels objectifs? Quel traitement des thématiques de santé? ...)*

3. Types de format

Divers formats peuvent être développés pour vous offrir de l'information : (documents papier : fiche d'information, résumés d'enquêtes, rapport / documents électroniques (courriel) : bulletin électronique / sites Internet (Kino-Québec, DSP).

- Si vous aviez à choisir parmi ces différentes propositions, laquelle ou lesquelles vous conviendraient davantage ? Pourquoi ?
- Y aurait-il d'autres formats que vous aimeriez nous proposer ?
- Quelles sont les caractéristiques les plus importantes pour vous lors de la consultation d'informations ou d'une référence ?
 - *(en assisté : longueur, style ou forme : verbatim, présentation...)*
- À quelle fréquence souhaiteriez-vous recevoir de l'information de notre part sur des sujets de santé ?
 - *(en assisté : mode de communication privilégié, meilleur moment de l'année...)*

4. Autres

- Seriez-vous intéressé à participer à une activité de formation (présentations, conférences) concernant les résultats de ce projet de recherche, dans les prochains mois ?
 - *(en assisté : quelle(s) période(s) de l'année se prêterait le mieux pour assister à cette formation ? Modalités de formation : qui ? durée ? lieu... : conférence 2006 Alliance pour l'enfant et la télévision, tournée)*
- Seriez-vous intéressé à recevoir un répertoire des ressources (professionnels, spécialistes, entraîneurs, fédérations, organisations) ?
 - *(en assisté : Quoi ? Quelle forme ?)*
- Seriez-vous intéressé à recevoir du matériel de campagnes promotionnelles ?
 - *(en assisté : Quoi ? Quels sujets ?)*
- Avant de conclure notre entretien, est-ce qu'il y aurait un sujet ou une question que vous vous attendiez à discuter et que j'aurais omis et que vous aimeriez aborder ?
- Seriez-vous intéressé à inclure des informations sur l'activité physique sur les sites Internet d'émissions jeunesse que vous produisez ? (selon le cas)

5. Conclusion

- 5.1. Questions et commentaires pour conclure l'entrevue (tour de table)
- 5.2. Salutation et remerciements
- 5.3. Remise du souvenir
- 5.4. Arrêt du magnétophone et note de l'heure de fin de l'entrevue

6. Notes de l'interviewer

- 6.1. Contexte et climat de l'entrevue
- 6.2. Intérêt de participation des acteurs médiatiques

A-IV : PRÉSENTATION PAR AFFICHE

Santé publique et soutien à la production télévisuelle de contenus santé dans les émissions jeunesse¹

La télévision peut-elle inciter les jeunes à bouger plus?

SYLVIE GAGNON, M.Sc., Direction de santé publique de Montréal, Groupe de recherche média santé² sga@umontreal.ca Monique Caron-Bouchard³, Ph.D., Les Renaud⁴, Ph.D., Marie-Claude Lapré⁵, MBA, Jérôme Elie-Sabat⁶, M.Sc.

MISE EN CONTEXTE

- L'activité physique à la télévision : peu évoquée, reflète peu la réalité de la pratique et les intérêts des jeunes
- La télévision : source d'informations, de diffusion des valeurs et de renforcement des normes en matière de santé
- Des expériences risquent d'introduire des contenus santé dans les émissions de fiction : favoriser l'intégration des comportements de santé dans un contexte de vie quotidienne et par des personnages crédibles
- Rôle possible pour la santé publique : mieux connaître, mieux connaître pour mieux agir
- Identifier les besoins des acteurs médiatiques en programmation jeunesse au regard de la santé et de la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes pour le développement de contenus télévisés
- Développer une plus grande connaissance et une meilleure compréhension de la dynamique et des enjeux entourant la réalisation et la diffusion d'émissions jeunesse produites en Québec

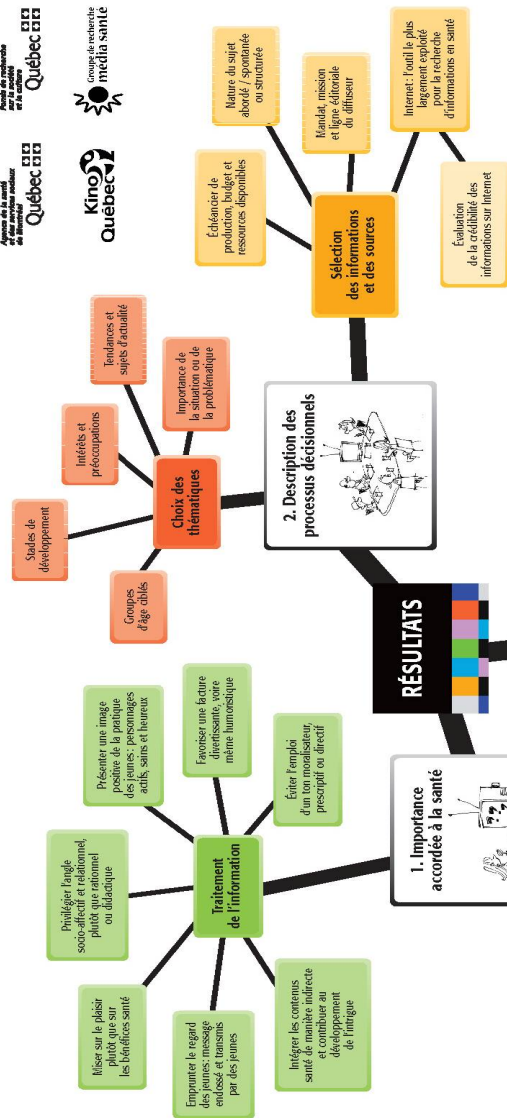
OBJECTIFS DE RECHERCHE

- Identifier les besoins des acteurs médiatiques en programmation jeunesse au regard de la santé et de la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes pour le développement de contenus télévisés
- Développer une plus grande connaissance et une meilleure compréhension de la dynamique et des enjeux entourant la réalisation et la diffusion d'émissions jeunesse produites en Québec

MÉTHODOLOGIE : DEVIS QUALITATIF

- Population cible
 - Gestionnaires, réalisateurs, producteurs et diffuseurs en programmation jeunesse québécoise francophone
- Instrument : guide d'entretien
 - Thèmes
 - Importance accordée à la santé et à l'activité physique et sportive dans les productions jeunesse
 - Processus décisionnels entourant le choix des thématiques, des informations et des sources
 - Attentes des acteurs médiatiques : informations en santé, mise en forme et diffusion de l'information
- Méthode de collecte des informations
 - 7 entretiens semi-dirigés (individuelle, dyade, groupe)
 - 90 minutes
 - Été 2006 : 4 producteurs, 3 télédiffuseurs (N=17)
- Analyse qualitative intra et inter entretiens

1. Cette présentation constitue le résumé de la recherche présentée lors du colloque « Santé et Média » à l'Université de Montréal, le 14 mars 2007. Les auteurs tiennent à remercier les membres du comité d'organisation, en particulier les membres du comité de suivi de la recherche, pour leur accueil et leur soutien. Les auteurs tiennent également à remercier les membres du comité de suivi de la recherche, pour leur accueil et leur soutien. Les auteurs tiennent également à remercier les membres du comité de suivi de la recherche, pour leur accueil et leur soutien.



CONCLUSION

- Ce projet de recherche a permis de...
 - Identifier les besoins spécifiques des acteurs médiatiques en lien avec l'activité physique et sportive des jeunes et d'autres thématiques liées à la santé
 - Cerner le rôle de la santé publique et de Kino-Québec pour favoriser un transfert de connaissances et d'expertise auprès des acteurs médiatiques concernés par la production d'émissions télévisées destinées aux jeunes

SUITES DE LA RECHERCHE

- Renforcement de la collaboration entre le monde de la santé et le monde médiatique, en vue de positionner la santé publique et Kino-Québec comme des organisations crédibles auprès des acteurs médiatiques
- Mise en place des stratégies de communication efficaces pour informer les acteurs médiatiques
- Augmentation de la fréquence et de la qualité des contenus relatifs à la santé et à l'activité physique et sportive dans les productions jeunesse

BON DE COMMANDE

QUANTITÉ	TITRE DE LA PUBLICATION (version imprimée)	PRIX UNITAIRE (tous frais inclus)	TOTAL
	Soutien à la production télévisuelle de contenus dans les émissions jeunesse	15 \$	
	NUMÉRO D'ISBN (version imprimée)		
	978-2-89494-729-6		

Nom

Adresse

No	Rue	App.
Ville		Code postal

Téléphone

Télécopieur

Les commandes sont payables *à l'avance* par chèque ou mandat-poste à l'ordre de la
Direction de santé publique de Montréal

Veillez retourner votre bon de commande à :

Centre de documentation
Direction de santé publique
Agence de la santé et des services sociaux de Montréal
1301, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H2L 1M3

Pour information : 514 528-2400 poste 3646

**Agence de la santé
et des services sociaux
de Montréal**

Québec 