

*É*valuation de l'expérience
des participants
au programme sport-études

Éducation,
Loisir et Sport

Québec 

Cette synthèse est tirée de l'étude réalisée par M. Stéphane Perreault Ph.D., professeur au Laboratoire de recherche en psychologie et communication sociale à l'Université du Québec à Trois-Rivières, pour le compte du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport.

Document disponible à l'adresse Internet du ministère : www.mels.gouv.qc.ca

Production

Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport

Conception graphique

Jazz Design

Note

Dans le présent document, le genre masculin est utilisé dans le seul but d'alléger la lecture.

Dépôt légal – Novembre 2005

ISBN : 2-550-44911-8

Version PDF : 2-550-44912-6

Bibliothèque nationale du Québec

© Gouvernement du Québec

Table des matières

Évaluation de l'expérience des participants au programme sport-études.....	5
Buts de l'enquête.....	5
Les acteurs interrogés.....	6
Les résultats.....	7
1. <i>La conciliation entre les études et le sport</i>	7
1.1 Selon les athlètes-élèves.....	7
Portrait du programme (tableau).....	8
Résultats aux épreuves uniques des élèves (tableau).....	11
1.2 Selon les parents.....	12
1.3 Selon les enseignants et les entraîneurs.....	12
2. <i>Les services</i>	13
2.1 Selon les athlètes-élèves.....	13
2.2 Selon les parents.....	14
2.3 Selon les enseignants et les entraîneurs.....	14
2.4 Les recommandations.....	14
Conclusion.....	16

Evaluation de l'expérience des participants au programme sport-études

Depuis plus de vingt ans, le programme sport-études permet aux athlètes-élèves visant l'excellence sportive de concilier leurs objectifs sportifs et scolaires. Le gouvernement du Québec a établi, en 1998, les règles de reconnaissance de ce programme et ses objectifs. Ainsi, pour obtenir l'appellation de programme sport-études, les partenaires — écoles, fédérations sportives, clubs sportifs — doivent se concerter afin que l'athlète-élève puisse concilier ses études et son sport. Ils doivent également reconnaître la primauté de la réussite scolaire sur la poursuite des objectifs sportifs.

Les fédérations sportives identifient, sur la base de critères très précis, les athlètes qui, vu leur niveau de performance, doivent consacrer au moins 15 heures par semaine à l'entraînement et, dans certains cas, à la compétition. Pour ces derniers, les fédérations doivent mandater un entraîneur certifié niveau III. L'école doit, quant à elle, accueillir les athlètes-élèves reconnus par les fédérations partenaires et leur offrir certains services qui leur permettront de concilier leurs études et leurs activités sportives¹.

Le programme sport-études doit respecter les normes pédagogiques du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport du Québec (MELS), et ce, malgré une modification importante de la grille-horaire des participants. Cette modification d'horaire permet, chaque année, à plus de 2 200 athlètes-élèves du secondaire d'améliorer leur niveau de performance dans le sport qu'ils ont choisi, tout en poursuivant leurs études.

Buts de l'enquête

Depuis l'implantation des règles de reconnaissance, en 1998, il n'y a eu aucune évaluation formelle de la structure des programmes sport-études. Le MELS a donc remédié à la situation en effectuant, en 2004-2005, une enquête visant :

- à documenter la façon dont les participants à un programme sport-études concilient leurs vies scolaire et sportive;
- à évaluer la qualité de l'offre des services des divers programmes sports-études.

Premièrement, afin de documenter la façon dont les athlètes-élèves concilient leurs vies scolaire et sportive, on a :

1. évalué la satisfaction des athlètes-élèves, de leurs parents, des enseignants et des entraîneurs à l'aide d'indicateurs qui touchent à la fois le sport et les études;
2. vérifié si les participants du sport-études diffèrent des élèves d'autres groupes quant à leur perception de la conciliation entre les études et le sport ainsi que sur le plan de leur rendement scolaire et sportif.

¹ Pour plus d'information au sujet des règles de reconnaissance, voir le site Web : www.5.mels.gouv.qc.ca/sportloisir/sportetactivite/sports-etudesReconnaissance.asp

Deuxièmement, afin d'évaluer la qualité de l'offre de services des différents programmes sport-études permettant une meilleure conciliation entre les études et le sport, on a :

1. dressé, avec l'aide des coordonnateurs dans les écoles, un éventail des services offerts dans chacun des programmes sport-études;
 2. vérifié si les athlètes-élèves connaissaient l'existence des services offerts;
 3. identifié, en interrogeant différents acteurs du programme, les services qui pourraient aider les athlètes-élèves à mieux concilier les études et le sport.
- À la suite de cette démarche, on a fait des recommandations concernant la promotion des services offerts.

Les acteurs interrogés

Voici l'ensemble des acteurs à qui on a demandé de remplir les questionnaires :

- 929 athlètes-élèves inscrits dans un programme sport-études. Ces derniers pratiquent leur sport en moyenne 14,7 heures par semaine, depuis 7,6 ans en moyenne et la majorité pratique leur sport sur la scène provinciale (60,5 %);
- 974 parents, dont 68,5 % étaient des mères;
- 148 enseignants;
- 105 entraîneurs œuvrant dans 34 fédérations sportives;
- 56 nageurs inscrits dans un programme d'études autre que le sport-études; 23 d'entre eux ont été sélectionnés afin de créer un groupe comparable aux 67 nageurs inscrits en sport-études;
- 14 coordonnateurs d'écoles secondaires offrant le programme sport-études.

De plus, afin de comparer les résultats obtenus aux épreuves de français, d'histoire et de mathématiques du MELS par les athlètes-élèves du programme sport-études à ceux du reste de la population scolaire québécoise, des échantillons ont été constitués à l'aide des banques de données du Ministère. La taille de ceux-ci varie entre 250 et 350 étudiants pour chaque épreuve ministérielle analysée : histoire de 4^e secondaire pour l'année 2000 et 2001, mathématiques (436) de 4^e secondaire pour l'année 2000 et 2001, français de 5^e secondaire pour l'année 2000 et 2001.

1. La conciliation entre les études et le sport

1.1 Selon les athlètes-élèves

La plupart des athlètes-élèves (75,4 %) ont le sentiment de bien concilier les études et le sport, ce qui démontre leur aisance à arrimer leurs études secondaires et leur pratique sportive. Les variables suivantes ont été sélectionnées, à la suite de l'analyse des questionnaires qu'ils ont remplis, comme étant celles qui sont le plus fortement associées à une bonne conciliation entre les études et le sport. Ainsi, les athlètes-élèves jugent bien concilier le sport et les études, car ils :

- ✓ ont un horaire adapté au sport et aux études;
- ✓ sont satisfaits de la charge de travail exigée à l'entraînement;
- ✓ ils reconnaissent que les parents, les enseignants et la philosophie de l'école (adoptée par les autorités scolaires et les autres élèves) valorisent avant tout la réussite scolaire;
- ✓ sont satisfaits de leur rendement scolaire;
- ✓ ont une charge de travail acceptable à l'école;
- ✓ ont un horaire adapté à leurs obligations;
- ✓ se sentent rarement exténués.

Toutefois, plus les athlètes-élèves vieillissent, plus ils ont tendance à être moins satisfaits :

- de l'encadrement scolaire;
- des infrastructures sportives auxquelles ils ont accès;
- des valeurs de réussite scolaire transmises par l'école.

... ou ils se disent moins en mesure de participer à des activités parascolaires et à des activités sociales avec leurs amis. De plus, les résultats dévoilent une baisse graduelle, jusqu'à la 5^e secondaire,

- de la facilité à répondre aux exigences scolaires;
- de la participation à la vie familiale;
- du degré de satisfaction lié au rendement sportif et scolaire.

En effet, entre 32 et 38 % des athlètes-élèves pensent qu'ils pourraient être davantage satisfaits de leur rendement scolaire et sportif. Ils se montrent ainsi plus sévères que leurs parents, dont la majorité se dit tout simplement ravie des succès de leurs enfants.

Portrait du programme sport-études selon les athlètes-élèves et les parents

Variables	Moyenne 4 (%)		Sexe Moyennes sur 5	
	Athlètes-élèves	Parents	F (N = 423)	M (N = 504)
<i>Satisfaction</i>				
Rendement scolaire	61,9	82,1	3,95	3,79 **
Rendement athlétique	68,7	89,6	3,91	4,11 **
Encadrement scolaire	43,6		3,86	3,60 **
Encadrement sportif	72,5		4,23	4,16
Infrastructures sportives	57,5		3,88	3,92
	75,4	86,8	4,20	4,02*
<i>Conciliation des études et du sport</i>				
Parents-études	83,3	84,6	4,38	4,32
Entraîneurs-sport	12,6	8,8	1,94	1,97
Enseignants-études	81,9	70,6	4,37	4,25
Priorité accordée au sport	11,7	7,2	1,83	2,20 **
Excellence sportive	67,5	67,2	3,89	3,83
Réussite scolaire	86,2	92,0	4,42	4,29 *
Horaire	83,8	87,1	4,25	4,24
Rattrapage	17,7	10,7	1,95	2,10
Encadrement d'appoint	64,1	74,4	3,80	3,59 *
Charge à l'école	68,8	83,9	3,91	3,78 *
Charge dans le sport	86,8	86,6	4,27	4,23
Facilité dans le sport	65,9	81,7	3,66	3,66
Facilité à l'école	64,0	77,8	3,72	3,64
<i>Épuisement athlétique</i>				
Diminution du sentiment d'accomplissement	1,3		2,17	2,06 *
Exténuation physique et mentale	4,5		2,26	2,15
Dévaluation du sport	1,8		1,65	1,62
<i>Vie sociale</i>				
Amis	38,9	23,9	3,58	3,43 **
Famille	30,2	26,9	3,46	3,30 **
Parascolaire	2,1	2,5	1,87	1,79

Note : * p < 0,05; ** p < 0,01

Les résultats indiquent aussi une légère augmentation, jusqu'à la 5^e secondaire, du rattrapage scolaire dû aux activités sportives et du besoin d'obtenir de l'encadrement d'appoint (tutorat ou remédiation). Ce besoin non comblé semble s'exprimer par un taux de satisfaction moyen relativement aux variables associées à l'encadrement scolaire; ce taux est moins élevé que celui qui touche aux variables associées à l'encadrement sportif. En effet, moins de la moitié (43,6 %) des athlètes-élèves sont assez ou tout à fait satisfaits de l'encouragement, du tutorat, du soutien, de l'appréciation, de l'encadrement et de l'appui reçus à leur école.

On peut tenter d'expliquer ce dernier résultat par la réalité scolaire et sportive des étudiants plus âgés. Par exemple, les exigences scolaires peuvent devenir plus importantes à l'approche du passage aux études collégiales. Les exigences sportives peuvent elles aussi aller en augmentant puisque l'athlète-élève, ayant atteint un plus haut niveau de performance, participe à un plus grand nombre de compétitions.

Il semble que plusieurs éléments prennent de l'importance à cette étape de leur vie, ce qui influence probablement certaines des variables associées à la conciliation. Ces éléments viennent aussi influencer l'ordre des priorités des athlètes-élèves plus âgés : une tendance intéressante indique que les athlètes-élèves de 5^e secondaire valorisent davantage le contexte scolaire et se détachent de leur sport.

- **Perception des athlètes-élèves en fonction du niveau compétitif**

Les résultats démontrent que le fait de participer à des compétitions de niveau de plus en plus élevé s'accompagne non seulement d'une augmentation graduelle du sentiment d'exténuation physique, mais aussi de la perception que le travail exigé à l'entraînement est acceptable (la cadence d'entraînement n'est pas trop lourde malgré le niveau de compétition plus élevé). Parallèlement, les résultats indiquent une baisse graduelle, jusqu'au niveau de compétition national, de la vie sociale (contacts avec les amis et participation à la vie parascolaire), de l'importance de la réussite scolaire et du sentiment d'accomplissement. Malgré tout, le sentiment d'accomplissement reste élevé et l'épuisement peu fréquent. En effet, seulement 1,3 % des athlètes-élèves du sport-études considèrent souvent ou presque toujours qu'ils accomplissent peu de choses qui valent la peine dans leur sport, et 86,8 % trouvent leur cadence d'entraînement assez ou tout à fait acceptable. Ainsi, leurs sacrifices (sur le plan de la vie sociale) et l'augmentation de la charge de travail à l'entraînement semblent tout de même valoir le coup, car ils ont un sentiment d'accomplissement élevé.

Bien que faire du sport à un niveau de compétition élevé nécessite plus de rattrapage à l'école, les résultats suggèrent aussi que les athlètes-élèves sont satisfaits de l'encadrement scolaire qu'ils reçoivent, et ce, malgré la légère baisse entre les niveaux national et international. Finalement, il est important de noter qu'on ne constate aucune différence entre les niveaux compétitifs pour ce qui est de l'item de conciliation. Compte tenu des résultats qui viennent d'être présentés, ce constat est encourageant, car il semble indiquer que la structure sport-études répond aux besoins des athlètes qui pratiquent leur sport à des niveaux compétitifs très élevés.

- **Différences entre les sexes**

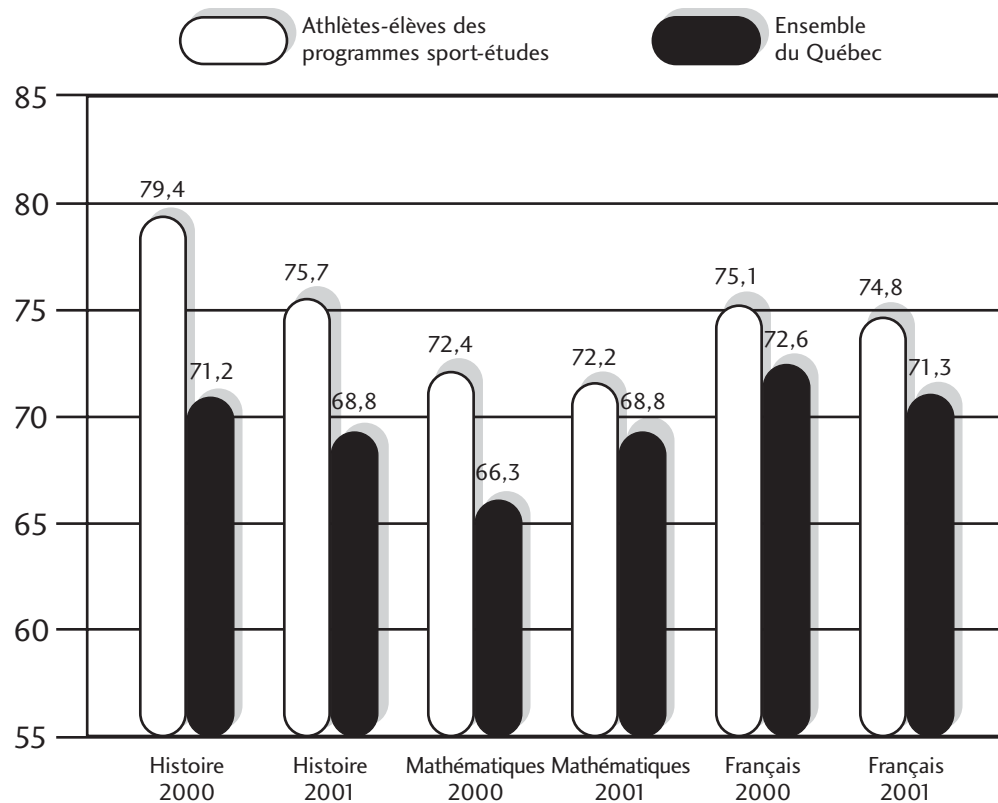
Les filles, tout en favorisant les études, semblent avoir plus de facilité à combiner avec succès leur vie scolaire et sportive. La satisfaction concernant l'encadrement pédagogique et le contexte scolaire est plus grande chez les athlètes-élèves féminines qui croient que la réussite scolaire est très importante à leur école et qui trouvent la charge de travail scolaire acceptable. Elles se disent aussi davantage satisfaites que les garçons de leur rendement à l'école et considèrent que l'encadrement d'appoint est facilement accessible. De façon générale, elles semblent avoir une perception plus positive du contexte scolaire que les garçons. À l'inverse, les garçons sont plus satisfaits que les filles de leur rendement sportif. Les filles éprouvent plus fréquemment de l'épuisement physique et mental lié à la pratique de leur sport ainsi qu'une baisse du sentiment d'accomplissement. Par contre, leurs activités avec des amis et leur famille sont plus fréquentes.

- **Différences sur le plan des résultats scolaires**

Les résultats scolaires des athlètes-élèves des programmes sport-études fournis par les épreuves officielles de français, de mathématiques et d'histoire du MELS, sont supérieurs à ceux des élèves de 4^e et de 5^e secondaire du programme régulier. Il faut cependant mentionner que les analyses statistiques ne tenaient compte ni du fait que les élèves admis au sport-études doivent maintenir de bons résultats scolaires, ni de l'attitude souvent favorable² des professeurs à leur égard. Somme toute, on constate que s'entraîner 15 heures par semaine ne nuit pas au rendement scolaire.

² Effet Pigmalion : Ce phénomène réfère à la théorie selon laquelle l'enseignant nourrit des attentes basées sur les premières perceptions qu'il a des élèves. Ces attentes peuvent ensuite influencer ses comportements d'enseignant qui agissent à leur tour sur les perceptions et les comportements des élèves.

Résultats aux épreuves uniques des élèves de 4^e et de 5^e secondaire



- **Différences avec les athlètes qui ne font pas partie du programme sport-études**

Comparativement aux nageurs qui ne sont pas inscrits à un programme sport-études, les nageurs du sport-études disent avoir :

- un horaire mieux adapté à leur double charge;
- une meilleure accessibilité à de l'encadrement d'appoint;
- une plus grande facilité à répondre aux exigences scolaires.

Ainsi, il semblerait que la structure des programmes sport-études, avec un horaire et un encadrement adaptés, facilite la poursuite des études secondaires car elle semble aider les athlètes-élèves à combiner avec succès études et sport.

1.2 Selon les parents

Une majorité de parents considèrent que les athlètes-élèves du sport-études sont capables de concilier aisément leurs vies scolaire et sportive. Ils sont donc ravis des réussites de leur enfant et estiment, dans une proportion de 86,8 %, que celui-ci est capable de combiner avec succès sport et études. De plus, ils semblent juger acceptable la charge de travail scolaire et celle exigée à l'entraînement, car ils ne perçoivent pas que leurs enfants sont fréquemment de mauvaise humeur, courbaturés ou physiquement fatigués à la suite des entraînements. Dans une proportion plus élevée que leurs enfants, les parents considèrent que la charge de travail scolaire est acceptable et que l'encadrement d'appoint est accessible.

1.3 Selon les enseignants et les entraîneurs

Selon les enseignants :

- les athlètes-élèves du sport-études sont plus motivés à l'école que les élèves du programme régulier;
- la réussite scolaire est plus importante pour eux;
- ils sont plus respectueux envers le personnel enseignant que les élèves du programme régulier.

Selon les entraîneurs, en raison de l'horaire adapté et de l'encadrement d'appoint, les athlètes-élèves concilient plus facilement les études et le sport que les athlètes ne participant pas à un programme sport-études. Enfin, les enseignants et les entraîneurs perçoivent aussi que les parents des athlètes-élèves inscrits à un programme sport-études se soucient davantage des études de leurs enfants et qu'ils les appuient dans la pratique de leur sport.

2. Les services

Dans le but d'évaluer l'accessibilité des services offrant aux athlètes-élèves un soutien dans leur cheminement, quatre services sportifs (psychologie, nutrition, préparation physique et physiothérapie) et trois services pédagogiques (conseiller d'orientation, titulaire, horaire adapté) ont été retenus.

2.1 Selon les athlètes-élèves

Les services qui semblent être les moins fréquemment accessibles aux athlètes-élèves sont la psychologie du sport (53 % des athlètes-élèves ont accès à ce service) et la nutrition (43 % y ont accès), probablement en raison des coûts liés à l'embauche et aux rencontres avec des professionnels. Le service de tutorat, qui permet un meilleur suivi scolaire et une meilleure gestion des horaires, est accessible dans une plus grande proportion puisque 57 % des athlètes-élèves disent s'en prévaloir. Ce résultat est surprenant, puisque cette ressource pédagogique est normalement incluse dans les programmes sport-études.

On a comparé la liste des services offerts dans chaque école (liste fournie par les coordonnateurs) aux services présentés comme étant accessibles. La comparaison a démontré un manque de concordance entre les réponses des athlètes-élèves et l'accessibilité réelle aux services, ce qui semble faire ressortir une lacune sur le plan de la communication ou de la promotion de ces services.

Selon les athlètes-élèves, les services qui ne sont pas offerts, mais dont ils souhaiteraient pouvoir bénéficier, touchent davantage la sphère sportive. En effet, les services de psychologie du sport, de nutrition et de physiothérapie sont insuffisants pour desservir le nombre total d'athlètes-élèves ou ne sont tout simplement pas offerts.

De plus, les athlètes-élèves mentionnent que leur horaire scolaire n'est pas tout à fait adapté à leur pratique sportive. Ce résultat peut paraître surprenant puisque tous les programmes sport-études proposent un horaire adapté leur permettant, dans la même journée, de pratiquer leur sport et d'aller à l'école. Cependant, le service d'horaire adapté en fonction des compétitions ou des tournois, qui permet une certaine flexibilité quant aux dates d'examens ou de remises de travaux, n'est pas offert dans tous les programmes.

Pour certains athlètes-élèves, les périodes d'études et le service de récupération sont peu accessibles parce qu'ils sont souvent en conflit avec les horaires d'entraînement. D'autres ont indiqué qu'ils aimeraient avoir recours à un service de tutorat dans leur école.

2.2 Selon les parents

Près de 60 % des parents ont affirmé connaître un ou des services qui ne sont pas offerts, et qui pourraient aider leurs enfants à mieux concilier les études et le sport. La majorité de ces services sont liés au contexte pédagogique : modalités d'enseignement, horaire de récupération, suivi et encadrement scolaire.

2.3 Selon les enseignants et les entraîneurs

La majorité des enseignants (94,4 %) croit eux aussi que les services non offerts sont concentrés dans la catégorie « conditions pédagogiques ». De leur côté, près de 95 % des entraîneurs s'entendent pour dire qu'il y a un manque notable de personnel et qu'il serait important d'engager des psychologues sportifs, des nutritionnistes et des physiothérapeutes.

2.4 Les recommandations

- Les recommandations en lien avec le volet scolaire

Les parents croient que l'apprentissage à l'aide de modules permettrait aux athlètes-élèves d'évoluer à leur rythme et de mieux concilier leurs études et leur sport. Ils croient aussi que les élèves auraient avantage à avoir un tuteur désigné pendant les heures de classe et qu'un encadrement plus serré les aiderait à mieux concilier études et sport, se ralliant ainsi aux recommandations des enseignants. Ils suggèrent également que les athlètes du sport-études soient exemptés des cours obligatoires d'éducation physique afin de se concentrer davantage sur leurs études.

Les enseignants et les entraîneurs recommandent de donner un service de cours par Internet pour éviter aux jeunes d'accumuler du retard à l'occasion de camps d'entraînement ou de voyages. De plus, selon les entraîneurs, les heures de récupération devraient être prévues à des moments qui ne coïncident pas avec les entraînements, afin que les athlètes-élèves n'aient pas à sacrifier le sport pour les études.

- Les recommandations en lien avec le volet sportif

Selon les parents et les enseignants, il serait essentiel que les athlètes-élèves bénéficient en tout temps des conseils de psychologues sportifs, de nutritionnistes et de physiothérapeutes. De plus, avec un service de transport entre l'école et les plateaux d'entraînement, les athlètes-élèves gagneraient beaucoup de temps, ce qui leur permettrait d'en consacrer davantage à l'étude ou même à leur vie sociale.

- **Les recommandations englobant les deux sphères**

Selon les enseignants et les entraîneurs, il serait nécessaire d'offrir, en début et en cours d'année, une journée d'information ou de formation aux différents acteurs du programme sport-études. Ils pourraient clarifier leurs rôles, préciser quels sont les services offerts dans leur programme respectif et proposer des formations sur des thèmes pouvant aider les athlètes-élèves à mieux concilier les études et le sport.

Enfin, entraîneurs, parents et enseignants souhaitent une rencontre mensuelle qui leur permettrait de mieux cerner les difficultés des athlètes-élèves des programmes sport-études.

Conclusion

Les deux objectifs de cette enquête étaient de documenter la façon dont les athlètes inscrits à un programme sport-études concilient leurs études et leur sport et d'évaluer la qualité de l'offre de services associée à la conciliation à l'aide des perceptions des acteurs concernés (athlètes, coordonnateurs, entraîneurs, parents et enseignants).

Les personnes interrogées s'entendent sur le fait que les participants au programme sport-études sont capables de combiner avec succès les études et le sport. À cet égard, les athlètes-élèves sont, dans l'ensemble, satisfaits du programme.

Parmi les données les plus significatives concernant la conciliation entre les études et le sport, on a retenu les suivantes :

- ✓ l'épuisement sportif est peu fréquent;
- ✓ les athlètes-élèves féminines ont une perception plus positive du contexte scolaire et disent mieux concilier les études et le sport que les garçons;
- ✓ les athlètes-élèves de 5^e secondaire semblent donner la priorité à leur vie scolaire et se détacher de leur sport, probablement pour se préparer aux études collégiales;
- ✓ la pratique d'un sport sur la scène internationale nécessite plusieurs sacrifices (vie sociale moins importante et entraînement accru), mais selon les athlètes-élèves cela semble valoir le coup;
- ✓ les résultats aux épreuves officielles des athlètes-élèves sont supérieurs à ceux des élèves de 4^e et de 5^e secondaire du programme régulier (la sélection à l'admission n'est toutefois pas considérée);
- ✓ les enseignants ont une attitude plus favorable envers les élèves du sport-études qu'envers ceux du programme régulier.

Quant à la qualité de l'offre de services périphériques, le manque de concordance entre les réponses des athlètes-élèves des différents programmes sport-études et l'accessibilité réelle aux services, telle que précisée par leur coordonnateur respectif, suppose que les athlètes-élèves ont une mauvaise connaissance des services accessibles. Ce manque de concordance laisse croire qu'il existe une lacune sur le plan de la communication ou de la promotion des services. Ceci est confirmé par l'analyse des réponses aux questions ouvertes sur l'adéquation de l'offre de services dans les programmes sport-études.

Toutes les personnes interrogées font ressortir le besoin d'une structure de communication intergroupe plus efficace de façon à unir les efforts des entraîneurs, des parents et des enseignants afin que les athlètes-élèves inscrits à un programme sport-études puissent plus facilement concilier leur vie scolaire et sportive.