

Pagani, Linda

Université de Montréal

Brière, F. (décédé), Goldfield, G., Gunnell, K., Janosz, M., Dupéré, V., Barnett, T. A.

2017 – Prolongation jusqu'en 2022

La contribution prospective du sport et des loisirs actifs à la réussite scolaire et psychosociale des élèves de la maternelle à l'école secondaire.

Contexte : L'objectif de la présente recherche est de mieux comprendre le sport parascolaire chez les enfants en tant que facteur de protection, défini comme une activité physique de loisir avec un entraîneur ou un instructeur pendant la moyenne enfance, sur le développement des jeunes. Dans la lignée du modèle de développement positif des jeunes, des approches récentes de la santé communautaire promeuvent l'idée d'exercices volontaires et organisés comme remède à plusieurs maux de l'enfance caractérisés par des symptômes de détresse émotionnelle, de déficit d'attention/hyperactivité et de désintérêt scolaire. Si elles sont considérées comme un traitement, les activités sportives avec des entraîneurs et des instructeurs exigent et récompensent le même comportement recherché dans le cadre d'une thérapie comportementale. Le sport et la thérapie comportementale reposent tous deux sur le principe que tous les comportements sont acquis et que les comportements moins adaptatifs ou moins efficaces peuvent être modifiés grâce à un effort et une pratique conscients. Les deux interventions se concentrent également sur les objectifs actuels et sur la manière de modifier le comportement problématique pour adopter un comportement ou des performances plus optimaux.

Objectif : Nous utilisons une cohorte de naissance provinciale stratifiée pour examiner les associations prospectives entre la participation sportive parascolaire, entre la maternelle et la quatrième année, et l'adaptation biopsychosociale ultérieure. La plupart des analyses sont stratifiées par sexe. Nous comparons la participation constante à la participation irrégulière ou rare.

Exposition principale : Les mères ont indiqué si l'enfant a participé à des sports ou à des activités physiques organisées avec un entraîneur/instructeur entre l'âge de 6 et 10 ans sur une base annuelle.

Résultat principal : Indicateurs de la santé biopsychosociale à l'âge de 12 ans déclarés par les enseignants, les parents et les jeunes eux-mêmes.

Résultats : Nous avons produit huit articles jusqu'à maintenant, *lesquels ont été rédigés par un total de huit étudiants des cycles supérieurs, à titre de premier auteur ou de coauteur* : la participation constante à une activité physique organisée prédit (1) un meilleur ajustement psychologique (Fred Brière et coll., 2018), (2) des réductions de la détresse émotionnelle (Fred Brière et coll., 2019), et (3) une meilleure adaptation comportementale chez les enfants (Ariane Imbault et coll., révisé et soumis à nouveau); (4) les associations prospectives entre la participation à une activité physique de loisirs à l'âge de six ans et les performances scolaires au début de l'adolescence (Daniela Gonzales et coll., 2019); (5) les effets bénéfiques ultérieurs de la participation sportive pendant la moyenne enfance sur les symptômes du TDAH chez les filles au début de l'adolescence (Linda Pagani et coll., 2020); (6) l'activité sportive comme prédicteur et résultat des trajectoires de détresse émotionnelle au cours de la moyenne enfance chez les garçons (Marie-Josée Harbec et coll., 2021); (7) les effets bénéfiques ultérieurs de la participation sportive pendant la moyenne enfance sur la participation en classe pour les garçons au début de l'adolescence (Marie-Josée Harbec et coll., sous presse); et enfin, (8) les effets bénéfiques ultérieurs de la participation à un sport pendant la moyenne enfance sur les indicateurs de poids santé et la force explosive chez les garçons (Laurie-Anne Kosak et coll.). *Deux thèses de doctorat ont émané de ces travaux (Gonzales et Harbec).*

Conclusions : Bien que nos résultats ne puissent pas impliquer de causalité, les associations prospectives observées ont été ajustées pour tenir compte des facteurs de confusion potentiels de base et préexistants. Ainsi, la modélisation statistique prospective a permis d'isoler le pouvoir prédictif de l'activité physique pendant la moyenne enfance, par le biais du sport parascolaire. Dans l'ensemble, nos résultats suggèrent que *(1) les enfants présentant des vulnérabilités particulières pendant la petite enfance sont moins susceptibles de participer ultérieurement à un sport parascolaire; et (2) la participation précoce et soutenue à un sport parascolaire tout au long de la moyenne enfance est bénéfique pour le développement comportemental ultérieur des jeunes, avec des associations spécifiques au sexe, en fonction du résultat évalué.* Les directives actuelles en matière d'activité physique recommandent que les jeunes enfants explorent et développent les aptitudes fondamentales au mouvement. Les activités sportives offrent de telles possibilités. Ainsi, la participation pendant la moyenne enfance à des activités sportives structurées avec un entraîneur ou un instructeur dès le début de l'école primaire peut donc représenter une politique stratégique précieuse pour promouvoir le développement des jeunes dans les collectivités.