

Au-delà du mouvement : l'enjeu sociétal d'un enseignement en éducation physique et à santé de qualité

François Dupont, Éditorialiste invité, Université de Montréal, Canada
Naomie Fournier Dubé, Éditrice principale francophone, Université de Montréal, Canada
Marie-Pier Forest, Éditrice adjointe, Université du Québec à Rimouski, Canada
Gabrielle Adams, Éditrice adjointe, Université du Québec à Rimouski, Canada

Résumé : L'objectif de cet éditorial est de souligner l'importance sociale d'une éducation physique et à la santé qualité.

Mots-clés : Éditorial, Éducation physique et à la santé, Qualité, Milieu scolaire

Abstract: The aim of this editorial is to highlight the social importance of quality physical and health education.

Keywords: Editorial, Health, Physical education, Quality, School environment

Avant-propos

En tant qu'équipe éditoriale du volet francophone de la *Revue canadienne des jeunes chercheuses et chercheurs en éducation* (RCJCÉ), nous avons le privilège de faciliter la rédaction et la publication de travaux de nouveaux chercheurs dans le domaine de l'éducation. Fières de cette démarche scientifique, nous sommes pleinement conscientes, à chaque étape du processus, de l'ampleur du travail accompli par toutes les personnes impliquées. Nous accueillons chaleureusement Gabrielle Adams, qui fait désormais partie de l'équipe éditoriale du volet francophone de la RCJCÉ. Enfin, nous exprimons notre sincère gratitude à François Dupont, étudiant au doctorat à l'École de kinésiologie et des sciences de l'activité physique de l'Université de Montréal, d'avoir accepté d'être l'éditorialiste invité pour le présent numéro. Nous vous souhaitons une agréable lecture !

L'enjeu sociétal de la pratique d'activités physiques à l'école

Au Québec, les discussions quant à la valorisation de la pratique d'activités physiques en milieu scolaire prennent une place significative dans les débats sociaux. À cet égard, de nombreux articles de quotidiens ont abordé le sujet, par exemple « [Un plaidoyer pour promouvoir l'activité physique chez les jeunes](#) » (Fortier, 2023a), « [Corps sain, esprit sain](#) » (Gravel, 2023) « [Bouger tous les jours à l'école](#) » (Fortier, 2023b), « [Il faut davantage de cours d'éducation physique à l'école, plaignent des experts](#) » (Côté, 2023). Néanmoins, malgré l'importance des évidences scientifiques exposant les bénéfices d'un mode de vie physiquement actif (Ding et al., 2020), l'éducation physique et à la santé (EPS) demeure sous-estimée dans de nombreux systèmes éducatifs (McLennan et Thompson, 2015). Qui plus est, devant l'émergence des défis sociaux tels que l'obésité infantile, l'accroissement des troubles de santé mentale chez les adolescents et l'augmentation des comportements sédentaires (Weiss et Ferrand, 2019), il est essentiel de s'interroger au regard des efforts consentis à la promotion d'un mode de vie physiquement actif au sein du milieu scolaire. Est-il pertinent, comme certains le suggèrent, d'intégrer davantage de séances d'EPS dans le cursus scolaire ? Quelles pistes de solution et recommandations les données empiriques actuelles sont-elles en mesure de fournir en lien avec cette réflexion ? Dans cet éditorial, nous tenterons d'apporter un éclairage sur ces questionnements sans prétendre des certitudes, en nous basant sur les recherches récentes dans les domaines des sciences de l'activité physique ainsi que des sciences de l'éducation.

L'EPS, bien plus que du temps actif ?

Les différents paliers de gouvernement, dans les années 1990, se sont dotés de mesures, telles que l'EPS, afin d'améliorer l'éducation à la santé dans les programmes scolaires. Initialement introduit dans une perspective de santé publique, le volet dit « santé » s'imbrique depuis, au cursus de l'EPS, dans les ordres d'enseignement du primaire et du secondaire (Kirt, 2019). Dès lors, plusieurs États, dont certaines provinces canadiennes (ex. : Québec et Ontario), proposent un cursus scolaire en EPS qui transcende l'acquisition de compétences sportives et motrices,

visant plutôt à inculquer une compréhension et une appréciation du mouvement, de la santé, du bien-être, voire du mieux-être.

Ainsi, les élèves, enfants et adolescents, ont l'occasion d'être efficaces d'un point de vue moteur et psychosocial à travers diverses activités physiques. Toutefois, selon Capel et Blair (2019) et comme l'indique le volet « santé », les personnes enseignantes se doivent de viser un développement holistique des élèves en accompagnant les citoyens de demain à travers de nombreux aspects, tels que:

- L'adoption d'une attitude positive envers l'activité physique, par le biais d'un sentiment de réussite et de plaisir dans ce domaine;
- La motivation et la confiance afin de persévérer dans la participation active d'une activité physique;
- Une compétence motrice, en adéquation avec le potentiel physique;
- L'expérimentation d'une gamme variée de mouvements et d'activités;
- Une connaissance et une conscience de soi réalistes, permettant de se fixer des objectifs personnels appropriés en matière d'activité physique;
- Une compréhension de la nature du mouvement et de l'importance de l'activité physique dans l'adoption d'un mode de vie sain et actif;
- Une compréhension de la manière de pratiquer des activités physiques, au-delà de l'école.

En résumé, l'EPS va au-delà de la simple pratique d'activités physiques, puisqu'elle constitue une approche holistique qui dépasse les compétences motrices, en mettant l'accent sur la santé globale et le bien-être.

Le temps consacré à l'EPS est-il suffisant ?

Il est important de rappeler que l'EPS, dans les milieux scolaires, est encadrée par les principes de l'UNESCO (2015). Ainsi, *La Charte internationale de l'éducation physique, de l'activité physique et du sport*, initialement établie en 1978 et révisée en 2015, reconnaît le droit fondamental à l'EPS sans discrimination. Cette charte met de l'avant des valeurs telles que l'égalité des genres, la non-discrimination, l'inclusion sociale, et le bien-être des personnes en situation de handicap. Elle souligne de même l'importance de la qualité de l'EPS, en encourageant des valeurs essentielles comme le « fair-play », l'honnêteté et le respect. De plus, elle insiste sur la nécessité d'une formation initiale adéquate pour les personnes enseignantes afin d'assurer des programmes d'EPS efficaces et sécuritaires.

Toutefois, la situation actuelle de l'EPS, dans les écoles à travers le monde, met en exergue une réalité complexe et variée. Une grande majorité de pays ont des normes légales qui exigent l'enseignement de l'EPS, tout au long du cursus scolaire, de manière obligatoire. Cependant, malgré ces engagements officiels, l'application effective de ces normes n'est pas systématique. En particulier, dans les contextes où les responsabilités du curriculum incombent aux instances éducatives locales, la non-conformité aux réglementations est fréquemment observée (Hardman et al., 2014). Concernant l'allocation du temps pour l'EPS dans les curriculums, la situation est complexe et aggravée en raison du non-respect de l'implantation attendu par les instances.

Un examen sommaire du corpus scientifique, actuel et disponible, a permis de constater des disparités, tant régionales que nationales, quant au temps en minutes accordé à l'EPS, ici et ailleurs (ex. : Hardman et al., 2014; Kann et al., 2016; Morin et al., 2013). Il est possible de soutenir, à la lumière de cet examen, que peu de sources empiriques existent sur le sujet. Malgré ce constat, il est tout de même possible de dresser un bref portrait. Selon une enquête internationale présentée par l'UNESCO (Hardman et al., 2014), au primaire, les élèves bénéficient en moyenne de 103 minutes d'EPS par semaine, avec des variations allant de 25 à 220 minutes. Au secondaire, cette moyenne est d'environ 100 minutes par semaine, avec des variations allant de 25 à 240 minutes. Le portrait est semblable en Amérique du Nord. À titre d'exemple, aux États-Unis, le nombre d'élèves du secondaire déclarant assister quotidiennement à des cours d'EPS a diminué de manière significative, passant de 42 % en 1991 à 25 % en 1995, puis n'a pas varié jusqu'en 2015 (Kann et al., 2016). Au Québec, 120 minutes par semaine au primaire, 100 heures par an au premier cycle du secondaire, puis 50 heures par an au deuxième cycle du secondaire sont prescrites (Gouvernement du Québec, 2023). Bien qu'il soit prescriptif, ce nombre de minutes consacré à l'EPS n'est pas

toujours respecté. Aux dires de Morin et ses collaborateurs (2013), seulement 69 % des établissements scolaires du primaire se conformeraient aux directives ministérielles. Qui plus est, au secondaire, 69 % des écoles publiques et 64 % des écoles privées respecteraient ces directives (Morin et al., 2013).

Devant ce constat, il est possible de soutenir que le temps consacré à l'EPS à l'école se veut insuffisant afin de répondre aux diverses prescriptions internationales et même locales, et ce, malgré les efforts de promotion énoncés dans la *Charte internationale de l'éducation physique, de l'activité physique et du sport* (UNESCO, 2015). En effet, un fossé demeure entre ce qui est véhiculé et ce qui est exécuté. Ce manque de cohérence et de rigueur se fait au détriment du développement moteur, physique et mental ainsi qu'au bien-être des enfants et adolescents. Il est donc important d'accroître les efforts afin de garantir une application effective des recommandations quant à l'EPS dans les systèmes éducatifs.

Ajout de séances d'EPS, est-ce la seule solution?

L'augmentation du nombre de séances d'EPS pour atteindre, voire dépasser, le seuil prescrit nous semble pleinement justifiée. Cependant, au-delà de la mesure de temps, il est crucial que l'enseignement pratiqué soit de qualité, voire amélioré. En ce sens, en plus de cet aspect au regard des pratiques enseignantes, plusieurs enjeux sont connus. Selon Turcotte et al. (2023), l'inclusion en sens large, puis les expériences d'apprentissage motivantes et signifiantes pour l'ensemble des élèves sont également documentées. À titre d'exemple, une récente étude exploratoire auprès de plus de 400 adolescents (n = 419; 55 % de filles) rapportait que plus de la moitié des élèves se sentent rarement ou jamais en réussite en EPS (Petiot et Desbiens, 2021). De plus, un tiers des répondants considère que les tâches proposées ne sont pas adaptées à leur niveau. En continuité avec cet aspect, une récente revue systématique rapportait que lorsque les personnes enseignantes mettent l'accent sur la performance physique et sportive, cela démotive les élèves et la perception de leurs compétences diminue (White et al., 2021). Finalement, après plus de quarante années de recherche scientifique sur l'inclusion du genre féminin en EPS, il est indéniable que les méthodes pédagogiques actuelles sont inadéquates avec les spécificités de ce genre (Gråstén et Watt, 2017; Mitchell et al., 2015; Oliver et Kirk, 2015). Les pratiques pédagogiques actuelles en EPS ont pour effet de démotiver une proportion significative d'enfants de genre féminin et d'adolescentes au regard de la pratique d'activités physiques (Oliver et Kirk, 2015; Petiot et Desbiens, 2021).

Bien que les défis quant à l'EPS soient nombreux, il serait possible de mettre l'accent sur un enseignement de qualité. Il serait essentiel de proposer aux élèves une diversité d'activités pédagogiques et évaluatives, adaptées à leurs besoins spécifiques pour stimuler leur motivation intrinsèque. De plus, l'adoption d'une approche d'enseignement à la fois inclusive et différenciée permettrait de répondre aux diverses attentes des élèves (White et al., 2021). Enfin, il semble fondamental d'établir des relations interpersonnelles positives, contribuant ainsi à satisfaire les besoins dits relationnels. Ces stratégies, mises en œuvre conjointement, pourraient certainement enrichir la réussite éducative des élèves en EPS.

En conclusion

En somme, il est possible de soutenir que l'ajout de minutes consacrées à l'EPS, dans les programmes scolaires en contexte québécois, nécessite une attention particulière. Il est important de rappeler que le corpus scientifique actuel indique un écart entre les recommandations de temps consacré à cette matière et la réalité observée dans nos établissements scolaires au Québec (Morin et al., 2013). En ce sens, ne serait-il pas nécessaire d'assurer une répartition plus égalitaire ou systématique des minutes d'EPS dans nos écoles ?

Dans le même ordre d'idées, bien qu'il soit souhaitable de d'abord s'assurer que les directives nationales soient respectées, il est tout aussi crucial de garantir un enseignement de qualité. Pour ce faire, nous soutenons qu'il serait essentiel d'adopter des pratiques pédagogiques et évaluatives plus inclusives, qui soutiennent au mieux la motivation, le plaisir d'apprendre et de se mouvoir, tout en favorisant l'adoption d'un mode de vie sain et actif. La création de cet environnement éducatif favorisera le développement holistique des élèves, en plus d'assurer qu'ils se sentent impliqués, valorisés et en mesure de se réaliser à leur plein potentiel.

En nous concentrant sur le temps alloué à l'EPS ainsi que sur la qualité des pratiques pédagogiques et évaluatives, quelles sont les principales barrières à l'application efficace des recommandations en matière d'EPS ?

Comment pouvons-nous mieux valoriser l'EPS et ses enseignants dans le but de promouvoir l'adoption de modes de vie sains et actifs chez nos élèves ?

Place aux contributions de ce numéro

Le numéro actuel de la RCJCE présente sept articles francophones. Nous faisons ici une brève introduction pour chacun des manuscrits en fonction des différentes catégories de la revue.

Recherche

Laury Bédard et Annie Charron proposent un article intitulé « L'observation entre pairs comme dispositif de développement professionnel d'enseignantes à l'éducation préscolaire ». Cet article présente des résultats issus d'une recherche-action impliquant 12 personnes enseignantes à l'éducation préscolaire au regard de l'observation entre pairs comme dispositif de formation et d'accompagnement professionnel.

Camille Robitaille et Christian Dumais présentent un article qui a pour titre « Point de vue de parents d'enfants présentant des besoins considérés particuliers sur la collaboration école-famille à la maternelle 4 ans ». Ce dernier présente les résultats d'une étude sur la collaboration école-famille à la maternelle 4 ans à temps plein au Québec, se concentrant sur les enfants ayant des besoins particuliers, en mettant de l'avant le point de vue des parents participant à la recherche.

Johni Samson et Myriam Villeneuve-Lapointe explicitent les « Pratiques déclarées d'enseignement de l'orthographe lexicale au 2^e cycle du primaire en contexte québécois ». L'objectif de cet article est de présenter les pratiques déclarées en orthographe lexicale de sept personnes enseignantes du 2^e cycle du primaire, issues de classes ordinaires et de classes d'adaptation scolaire, participant à une recherche-action portant sur les méthodes d'enseignement de l'orthographe lexicale intégrée.

Article d'opinion ou essai théorique

Sophie Nadeau-Tremblay et Marie-Pier Forest proposent un essai intitulé « Caractéristiques relationnelles en contexte de stage doctoral au sein d'équipes de recherches participatives en sciences de l'éducation ». Cet article explore les caractéristiques relationnelles de deux doctorantes lors d'un stage réalisé dans le cadre d'une recherche participative, regroupant les caractéristiques d'ordre collectif et celles d'ordre individuel.

Noémie Paquette, Christelle Robert-Mazaye, Geneviève Tardif et Johanne April présentent un article réflexif qui a pour titre « Partage d'une « expérience-leçon » d'une recherche de nature quantitative menée auprès d'enfants à l'éducation préscolaire : pistes de réflexion ». Cet article met en exergue les écueils découlant d'une recherche menée auprès d'enfants à l'éducation préscolaire (4-6 ans).

Revue de la littérature

Marie-Pier Duchaine présente un article intitulé « Conditions d'efficacité et facteurs d'influence du développement professionnel continu du personnel enseignant du primaire et du secondaire : une recension des écrits ». À partir de l'analyse de 41 articles, l'auteure met en lumière les conditions d'efficacité et les facteurs d'influence du développement professionnel continu tout en soulignant ses effets positifs sur le sentiment d'efficacité personnelle et sur la satisfaction professionnelle du personnel enseignant.

Critique de livre

Élyane Lizotte propose une critique de livre intitulée « Critique littéraire de Paul, M. (2020). La démarche d'accompagnement : repères méthodologiques et ressources théoriques (2^e éd.) ».

Au nom de toute l'équipe éditoriale, bonne lecture!

Remerciements aux personnes impliquées dans l'évaluation et dans la révision linguistique

Pour conclure, il est important de mettre en lumière la contribution de nombreuses personnes à la réalisation de ce numéro d'automne 2023 de la RCJCE. La parution de ce numéro a été rendue possible grâce à l'engagement dévoué de nombreuses personnes bénévoles qui partagent la mission de la revue. Nous exprimons notre gratitude pour leur disponibilité, leur professionnalisme et leur efficacité dans l'accomplissement de cette tâche. Un sincère merci à chacun et chacune d'entre vous !

RÉFÉRENCES

- Côté, G. (2023, 27 avril). Il faut davantage de cours d'éducation physique à l'école, plaident des experts. *Le journal de Québec*.
<https://www.journaldequebec.com/2023/04/27/il-faut-davantage-de-cours-de-education-physique-a-lecole-plaident-des-experts>
- Ding, D., Varela, A. R., Bauman, A. E., Ekelund, U., Lee, I.-M., Heath, G., Katzmarzyk, P. T., Reis, R. et Pratt, M. (2020). Towards better evidence-informed global action: lessons learnt from the Lancet series and recent developments in physical activity and public health. *British Journal of Sports Medicine*, 54(8), 462-468.
- Fortier, M. (2023b, 20 septembre). Un plaidoyer pour promouvoir l'activité physique chez les jeunes. *Le Devoir*.
<https://www.ledevoir.com/societe/sante/798451/activite-physique-plaidoyer-promouvoir-activite-physique-jeunes>
- Fortier, M. (2023a, 7 octobre). Bouger tous les jours à l'école. *Le Devoir*.
<https://www.ledevoir.com/societe/education/799557/le-sport-a-l-ecole-bouger-tous-jours-ecole>
- Gravel, P. (2023, 7 octobre). Corps sain, esprit sain. *Le Devoir*.
<https://www.ledevoir.com/societe/education/799558/ecoles-corps-sain-esprit-sain>
- Hardman, K., Murphy, C., Routen, A. C. et Tones, S. (2014). *World-wide survey of school physical education: final report*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000229335>
- McLennan, N. et Thompson, J. (2015). *Quality physical education (QPE): Guidelines for policy makers*. Unesco Publishing. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231101>
- Weiss, H. A. et Ferrand, R. A. (2019). Improving adolescent health: an evidence-based call to action. *The Lancet*, 393(10176), 1073-1075. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)32996-9](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)32996-9)