

Date d'émission : Le 6 octobre 2005**En vigueur :** Jusqu'à abrogation
ou modification**Objet :** ACTIVITÉ PHYSIQUE QUOTIDIENNE DANS LES ÉCOLES
ÉLÉMENTAIRES, DE LA 1^{re} À LA 8^e ANNÉE**À l'attention de :** Directrices et directeurs de l'éducation
Agentes et agents de supervision et secrétaires-trésorières et trésoriers
des administrations scolaires
Directrices et directeurs des écoles élémentaires

Introduction

Le gouvernement de l'Ontario tient à favoriser un milieu scolaire sain. L'activité physique est essentielle à la croissance et au développement adéquats des enfants et des jeunes. Offrir aux élèves du palier élémentaire¹ la possibilité de s'adonner à des activités physiques peut avoir un impact positif sur leur bien-être physique, mental et social. L'activité physique en particulier influera probablement sur le rendement des élèves, leur aptitude à apprendre, leur comportement et leur estime de soi. Une activité physique positive à un jeune âge aide aussi à établir les bases d'une vie féconde caractérisée par une bonne santé.

L'inactivité physique est devenue un grave problème de santé et de société pour les enfants et les jeunes au Canada. Selon les recherches, le niveau d'activité de la majorité des enfants et des jeunes n'est pas suffisant pour assurer une croissance et un développement sains, et de nombreux jeunes n'ont pas l'occasion d'être actifs physiquement chaque jour². De plus, au cours des vingt-cinq dernières années, les taux d'obésité chez les enfants ont augmenté de façon notable, entraînant un pourcentage élevé d'enfants risquant de développer des maladies graves comme les maladies cardiaques, le diabète de type 2, l'hypertension artérielle, les accidents vasculaires cérébraux et certains cancers³.

Il faut aussi noter que la D^{re} Sheela Basrur, médecin hygiéniste en chef de l'Ontario, a demandé à « tous les ordres de gouvernement, le secteur de la santé, l'industrie alimentaire, les milieux de travail, les écoles, les familles et les particuliers à unir leurs forces en un effort concerté à l'échelle de la province dans le but de modifier tous les facteurs qui concourent aux problèmes de poids. Il faut agir dès maintenant pour créer des collectivités qui favorisent une saine alimentation et l'activité physique assidue. »⁴

1. Aux fins de la présente note uniquement, le terme *élèves du palier élémentaire* s'applique aux élèves de la 1^{re} à la 8^e année des écoles financées par les deniers publics.

2. Rapport 2004 du médecin hygiéniste en chef de l'Ontario, *Poids santé, vie saine* (Toronto : ministère de la Santé et des Soins de longue durée), p. 2.

3. Organisation mondiale de la santé, Rapport sur la Santé dans le Monde 2002 – *Réduire les risques et promouvoir une vie saine* (Genève, Suisse : Organisation mondiale de la santé, 2002), p. 61.

4 Rapport 2004 du médecin hygiéniste en chef de l'Ontario, p. 3.

Exigences

Le ministère de l'Éducation appuie et favorise la participation des élèves aux activités physiques quotidiennes. Par conséquent, les conseils scolaires⁵ doivent veiller à ce que tous les élèves du palier élémentaire, y compris les élèves ayant des besoins particuliers, fassent au minimum vingt minutes d'activité physique soutenue, d'intensité modérée à vigoureuse, chaque jour de classe durant les heures d'enseignement. L'objectif d'une activité physique quotidienne consiste à offrir à tous les élèves du palier élémentaire l'occasion d'améliorer ou de maintenir leur condition physique, leur état de santé général et leur bien-être, et d'augmenter leurs possibilités d'apprentissage.

L'activité physique quotidienne peut comprendre la marche, les jeux actifs, la danse, les sports aquatiques, le sport, le conditionnement physique et les activités récréatives (lorsque les installations le permettent).

Mise en place

L'activité physique quotidienne peut être intégrée à la journée d'enseignement de maintes façons. Par exemple, une période de vingt minutes ou plus d'activité physique comme composante d'une classe normale d'éducation physique et santé serait conforme aux exigences d'activité physique quotidienne. Comme l'activité physique n'est qu'une des composantes d'un programme complet d'éducation physique et santé, il y aura des jours où le cours d'éducation physique et santé n'inclura pas d'activité physique. Ces jours-là et les jours où il n'y a pas de classe d'éducation physique et santé, il faudra introduire d'autres occasions de faire vingt minutes minimum d'activité physique pendant la journée de classe. Intégrer l'activité physique à d'autres domaines du curriculum est une stratégie appropriée.

Toutes les activités doivent être adaptées pour veiller à ce que les élèves ayant des besoins particuliers puissent y participer. L'adaptation doit être conforme aux adaptations et modifications typiques du plan d'enseignement individualisé de l'élève.

Puisque les classes risquent d'être chacune à des phases de mise en place différentes, l'activité physique quotidienne peut être offerte au début par courtes périodes de dix minutes au minimum pendant la journée de classe. Les directrices et directeurs d'écoles élémentaires feront de leur mieux pour offrir dès que possible au moins vingt minutes d'activité physique quotidienne soutenue, d'intensité modérée à vigoureuse, pendant les heures d'enseignement. Cet objectif devra être atteint à la fin de l'année scolaire 2005-2006.

5. Dans le présent document, *conseil(s) scolaire(s)* signifie les conseils scolaires de district et les administrations scolaires.

Sécurité

Il faudra continuer à offrir un environnement physique et social qui permette aux élèves de s'adonner à des activités physiques de façon sécuritaire et agréable. Comme mentionné dans le document *Le curriculum de l'Ontario, de la 1^{re} à la 8^e année : Éducation physique et santé, 1998*, il faut élaborer des modalités qui assurent un niveau maximal de sécurité, tout en permettant aux élèves de s'adonner à toute une série d'activités.

Rapports et responsabilité

Les conseils scolaires surveilleront la mise en place de la politique d'activité physique quotidienne pour s'assurer que tous les élèves du palier élémentaire aient l'occasion de s'adonner à des activités physiques pendant au moins vingt minutes durant chaque journée d'enseignement. Les conseils scolaires et les directrices et directeurs d'école devraient prendre les mesures appropriées pour veiller à ce que les parents soient tenus au courant de la participation de leurs enfants à ces activités.