

SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.



LA RÉUSSITE ET LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRES PAR LE SPORT ÉTUDIANT

(article paru en version abrégée dans la revue *Savoir*, juin 2010, volume 15, numéro 4. P. 17)

Depuis plus de 40 ans, le réseau du Sport étudiant assure la promotion et le développement du sport et de l'activité physique en milieu étudiant, du niveau primaire à l'universitaire. Il favorise ainsi l'éducation, la réussite scolaire et la santé des jeunes sur tout le territoire du Québec. Grâce au travail de plus d'une centaine de personnes au service du Sport étudiant et de ses associations régionales ainsi qu'à la présence d'un responsable des sports dans pratiquement chaque établissement d'enseignement de la province, le Sport étudiant compte sur près de 180 000 participants formellement inscrits au sein d'une équipe du Sport étudiant dans toutes les commissions scolaires du Québec.

#### RÉUSSITE SCOLAIRE

De plus en plus d'analyses convergent pour souligner l'impact positif de l'activité physique et de la pratique sportive sur la réussite scolaire des jeunes. Des études récentes<sup>1</sup> ont démontré que les élèves qui font de l'activité physique ont un meilleur rendement scolaire que ceux qui n'en font pas. Les effets positifs se font surtout sentir sur la lecture, les mathématiques, l'attention et la préparation scolaire.

Ces bénéfices résultent d'une combinaison de plusieurs facteurs. L'activité physique stimule la production de substances qui protègent les neurones du cerveau, ce qui peut mener à une amélioration de la mémoire, de la concentration et de la durée d'attention. On note également une augmentation de la confiance, de l'estime et de l'image de soi. L'inclusion des jeunes avec des différences sur les plans du développement ou de l'apprentissage est facilitée tandis que les mauvaises conduites à l'école diminuent. Résultat : les notes et les résultats aux examens s'améliorent.

#### LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE ET LE SENTIMENT D'APPARTENANCE

S'il est clair que la pratique de l'activité physique a des résultats positifs sur la réussite scolaire, la pratique sportive *en milieu d'éducation*, elle, comporte une valeur ajoutée de taille: elle

contribue à accroître le sentiment d'appartenance envers l'école, de la part des élèves athlètes – et même des autres élèves – en plus d'encourager la persévérance scolaire.

En 1999, une étude auprès de 1239 jeunes de 5<sup>e</sup> secondaire<sup>2</sup> montrait que le sentiment d'appartenance des élèves-athlètes était de 20 % supérieur à celui des autres élèves. De plus, les élèves en général soulignaient qu'une équipe sportive était définitivement un attrait et un intérêt de leur école. En fait, l'importance qu'accorde une école à la compétition sportive interscolaire influence directement le sentiment d'appartenance de sa population étudiante. Les répondants à cette étude ont indiqué à 48,4 % que les équipes sportives étaient ce qui représente le mieux les écoles, suivies par la réputation académique à 32,9% des votes. Les étudiants développent une identification très forte envers leur école parce que l'équipe qu'ils supportent ou pour laquelle ils jouent, les représente et symbolise une extension de leur propre personnalité.

Une autre étude<sup>3</sup> sur la pratique sportive en milieu scolaire, réalisée en 2009 auprès de 1111 répondants (administrateurs, entraîneurs, parents, athlètes) vient confirmer que les trois principaux bénéfices de la pratique sportive en milieu d'éducation sont le sentiment d'appartenance et de fierté envers l'école, la motivation de rester à l'école ainsi que la prévention du décrochage scolaire et le maintien de l'intérêt pour l'école.

#### UN EXEMPLE ÉLOQUENT

Un suivi des résultats scolaires au sein du programme de football de l'École secondaire de l'Amitié, rattachée à la Commission scolaire des Affluents dans les Laurentides, illustre clairement ce fait. Les élèves-athlètes du programme de football ont atteint un taux de diplomation de 85,7% en 2008-2009 alors qu'il était de 69,5% pour l'ensemble de la province et de 76,6% pour la commission scolaire. Le taux d'absentéisme, était de moins de 1%, indiquant que les élèves-athlètes aiment leur milieu scolaire et leur programme sportif. Ce taux représentait du jamais vu à la Commission scolaire des Affluents. Selon le responsable du programme de football de l'école, ces résultats sont applicables pour l'ensemble des activités sportives de l'école, tant pour les filles que pour les garçons.

#### LE SPORT ÉTUDIANT, UNE OPTION QUI VA DE SOI

Le réseau du Sport étudiant, en offrant aux élèves la possibilité de pratiquer un sport dans leur milieu scolaire, permet à la fois d'améliorer les résultats scolaires et d'augmenter la persévérance à l'école, grâce au renforcement du sentiment d'appartenance. Le Sport étudiant, avec ses 40 ans d'existence, sa structure et sa présence dans tous les établissements d'enseignement de la province est un outil à développer, facilement et immédiatement accessible pour quiconque souhaite améliorer la réussite et la persévérance des élèves au Québec.

---

1 Les ouvrages suivants sont cités dans les faits saillants du Bulletin 2009 de l'activité physique chez les jeunes de Jeunes en forme Canada. Trudeau F, Shephard R. Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2008; 5:10.

Lindner K. The physical activity participation-academic performance relationship revisited: perceived and actual performance and the effect of banding (academic tracking). *Ped Exerc Sci.* 2002;14:1839-1850.

Guertin M. An examination of the effect of a comprehensive school health model on academic achievement – The effect of living school on EQAO test scores. Toronto, Ontario: University of Toronto; 2007.

Coe D, Pivarnik J, Womack C, Reeves M, Malina R. Effect of physical education and activity levels on academic achievement in children. *Medicine and Science in Sports and Exercise.* 2006;38:1515-1519.

Nelson M, Gordon-Larsen P. Physical activity and sedentary behavior patterns are associated with selected adolescent health risk Behaviors. *Pediatrics.* 2006;117:1281-1290.

Carlson S, Fulton J, Lee S, Maynard M, Brown D, Kohl 3rd H, et al. Physical education and academic achievement in elementary school: Data from the early childhood longitudinal study. *American Journal of Public Health.* 2008;98:721-727.

Web-SPAN: Web-SPAN is a web-based survey of grades 7-10 that engages all 59 public and separate school boards in the province of Alberta. (Data analysis – 2005). University of Alberta – School of Public Health – Promoting Optimal Weight out of Ecological Research (POWER). Access at: <http://www.power.ualberta.ca/webspan.cfm>

2 G. Lepage-Simard. Le sport interscolaire : un moyen pour accroître le sentiment d'appartenance d'une population étudiante. Mémoire de maîtrise, sociologie, U. Laval, 1999.

3 P. Trudel, M. Camiré, Enquête sur la pratique sportive en milieu scolaire au Québec. U. d'Ottawa, 2009. 1111 répondants