

# L'éducation physique au programme du préscolaire 4 ans

Mémoire présenté dans le cadre des Consultations particulières  
et auditions publiques sur le projet de loi n° 23, loi modifiant la  
Loi sur l'instruction publique concernant certains services  
éducatifs aux élèves âgés de moins de cinq ans.



*Déposé le 9 mai 2013 à Québec*

COMMISSION DE LA CULTURE ET DE  
L'ÉDUCATION

Déposé le : 15 mai 2013

N° : CCE-029

Secrétaire : (Signature)

## Table des matières

Présentation de l'organisme.....	4
Introduction.....	5
Espérance de vie et activité physique .....	6
Le développement des habiletés motrices en bas âge.....	7
Recommandations pour le préscolaire 4 ans .....	10
Conclusion .....	12
Bibliographie.....	13

## Introduction

Le Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS) propose présentement une modification à la Loi sur l'instruction publique afin d'organiser un programme d'éducation préscolaire 4 ans dans les écoles en milieu défavorisé du Québec. Dans cette modification, le MELS précisera les contenus de l'organisation scolaire et des programmes de formation pour les élèves de ce niveau. Le MELS pourra d'ailleurs « fixer les objectifs et les limites quant à l'organisation des services éducatifs par une commission scolaire » (Malavoy, p.4)<sup>1</sup>

La Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec (FÉEPEQ) désire présenter au Ministère sa position par rapport à l'importance et à la place que devrait occuper un programme d'éducation physique dans la formation des enfants du préscolaire 4 ans. Dans un monde en constante évolution et dans lequel les jeunes sont de moins en moins en forme et en santé, l'éducation physique doit occuper une place importante dans tous les programmes de formation de l'école québécoise.

Dans le but de présenter nos recommandations, nous analyserons d'abord la situation actuelle des jeunes de moins de 5 ans par rapport à leur santé. Nous présenterons ensuite nos recommandations concernant la place que devrait occuper l'éducation physique dans le programme de formation du préscolaire 4 ans.

## Le développement des habiletés motrices en bas âge

Les habiletés motrices de base se développent dans les premières années de vie de l'enfant. « Le développement moteur est lié à la mise en place de programmes ou patrons moteurs de base qui vont être enrichis et perfectionnés; ils se divisent en trois catégories : les habiletés locomotrices, non locomotrices (manipulations, appuis, équilibre), de réception et de projection d'objets. »<sup>vii</sup>. Rigal et al. (2009)<sup>viii</sup> expliquent que la zone critique de développement des habiletés motrices de base se situe entre 2 et 9 ans, dont une phase importante entre 4 et 6 ans.

Un récent relevé des résultats aux tests *Myg et Gym en forme* effectué par le Réseau du sport étudiant et par Québec en forme révèle « un constat préoccupant (...) : les habiletés motrices des jeunes sont étroitement liées au statut socioéconomique des parents alors que les résultats à des tests sur les habiletés motrices sont plus faibles chez les jeunes défavorisés que chez les jeunes issus de milieux plus favorisés ». (QEF, 2012, p.2)<sup>ix</sup> On ne peut expliquer ce fait encore, mais cela démontre qu'il est important d'agir et de développer les habiletés motrices de base chez tous les jeunes, de tous les milieux socioéconomiques. De plus, un sondage réalisé par Québec en forme auprès de jeunes âgés de 10 à 17 ans démontre que le manque d'habiletés est un obstacle à la pratique régulière d'activité physique (42,5 % des filles, 27 % des garçons). Il est également prouvé qu'une fille inactive dont les habiletés motrices de base ne sont pas bien développées n'a que 10 % de chance de pratiquer régulièrement de l'activité physique à l'âge adulte (Melpomene Institute, 1993)<sup>x</sup>. Alors qu'on s'apprête à modifier la loi sur le loisir et le sport afin de réaliser le défi de faire de la population québécoise l'une des populations les plus en forme et en santé au monde, on constate qu'on doit agir très tôt pour aider les élèves à développer un mode de vie physiquement actif.

Un développement moteur soutenu et une bonne acquisition des habiletés motrices de base est très important pour la réussite scolaire. Pagani et al. (2010a et 2010b)<sup>xi</sup> ont entre autres démontré qu'il y a un lien direct entre l'acquisition des habiletés motrices de base et la réussite scolaire. Dans leur étude, les élèves qui avaient développé de meilleures habiletés motrices de base en bas âge avaient plus de facilité en lecture et en écriture, de

Afin de démontrer l'importance de l'activité physique sur la réussite éducative, plusieurs études suggèrent que la pratique régulière d'activités physiques permet une meilleure concentration, élément essentiel à l'apprentissage. Tout récemment, Rosengren (2013)<sup>xv</sup> expliquait que « l'augmentation de l'activité en bas âge aide à accroître la masse osseuse et améliore la grosseur des os sans augmenter le risque de fracture ».

Il est donc important d'implanter des cours d'éducation physique et à la santé (ÉPS) obligatoires au niveau préscolaire. Présentement, seulement 30 minutes de la grille horaire sont réservées à des spécialités au préscolaire 5 ans, sans recommandation précise. Certains élèves se retrouvent donc avec 15 minutes par semaine ou par deux semaines d'ÉPS, et certains n'en ont pas du tout. Lorsqu'on considère que les habiletés motrices de bases (lancer, attraper, courir, sauter, etc.) sont acquises principalement entre 4 et 8 ans, il est primordial de bien développer ces habiletés par l'entremise des cours d'éducation physique.

### Recommandation #3 : Formations des éducateurs physiques et des titulaires de classe

Comme nous l'avons écrit précédemment, les éducateurs physiques ont une bonne connaissance des élèves de 4 ans grâce aux cours qu'ils ont suivis pendant leur formation universitaire initiale. Par contre, ils sont peu outillés par rapport à l'intervention auprès de ces élèves, car il n'y a jamais eu de cours et de formation directement en lien avec cette clientèle. Très peu d'éducateurs physiques ont eu la chance d'enseigner auprès des élèves de 4 ans, et ils ont mis sur pied des programmes à partir de leur propre jugement, sans vraiment être certains si les activités proposées étaient adaptées pour ces élèves.

Il est donc primordial que, une fois le programme d'apprentissage établi, des formations continues soient offertes aux éducateurs physiques de la province. Ces formations devront mettre l'accent sur le développement moteur, le développement des habiletés motrices de bases, les caractéristiques des élèves de 4 ans, le programme d'apprentissage et des activités d'apprentissage pour les cours d'éducation physique. La FÉÉPEQ a le réseau et l'expertise pour offrir ces formations aux éducateurs physiques québécois, mais a besoin de ressources financières pour en assurer le bon fonctionnement.

Les titulaires de classe doivent également être formés au développement moteur et au développement des habiletés motrices de base. Les activités physiques qu'elles organiseront pendant la journée devront être réalisées en complémentarité avec celles vécues dans le gymnase. Afin de travailler en équipe sur le développement moteur, il faut que tous les acteurs reçoivent la même formation et qu'ils s'assurent de se compléter l'un et l'autre, dans le respect de leurs fonctions. Les titulaires présentement en poste devront être formés par des ateliers de perfectionnement. Pour ce qui est des étudiants en enseignement préscolaire et primaire, le gouvernement devra s'assurer que les programmes de formation initiale comprennent des cours de développement moteur et d'habiletés motrices.

## Bibliographie

- <sup>i</sup> <http://www.assnat.qc.ca/fr/travaux-parlementaires/projets-loi/projet-loi-23-40-1.html>
- <sup>ii</sup> Nolin, B., Prud'homme, D., Godbout, M. (1996) *L'activité physique de loisir au Québec. Une analyse en fonction des bénéfices pour la santé. Enquête sociale et de santé 1992-1993, Monographie no 5*. Montréal, Santé Québec. Direction des communications, ministère des Affaires municipales et MSSS.
- <sup>iii</sup> Kino-Québec. (1999). *Quantité d'activités physiques requises pour en retirer des bienfaits pour la santé. Avis du comité scientifique de Kino-Québec*. Bibliothèque du Québec. Québec.
- <sup>iv</sup> Nolin, B., Hamel, D. (2008). *L'activité physique au Québec de 1995 à 2005 : gains pour tous... ou presque*. In sous la direction M. Fahmy. *L'état du Québec 2009 : tout ce qu'il faut savoir sur le Québec d'aujourd'hui*. Montréal. Fides.
- <sup>v</sup> <http://www.cflri.ca/media/node/133/files/PAM2008Bulletin02Niveauxdactivitesphysiques.pdf>
- <sup>vi</sup> <http://www.statcan.gc.ca/tables-tableaux/sum-som/102/cst01/hlth67-fra.htm>
- <sup>vii</sup> [https://oraprdnt.uqtr.quebec.ca/pls/public/docs/GSC996/F142972850\\_Rapport\\_final\\_VersionF\\_vrier\\_2012final.pdf](https://oraprdnt.uqtr.quebec.ca/pls/public/docs/GSC996/F142972850_Rapport_final_VersionF_vrier_2012final.pdf)
- <sup>viii</sup> Rigal, R., Abi Nader, L., Bolduc, G., Chevalier, N. (2009). *L'éducation motrice et l'éducation psychomotrice au préscolaire et au primaire*. Montréal. Presses de l'Université du Québec.
- <sup>ix</sup> Québec en forme. (2012). Pour que les jeunes acquièrent et perfectionnent leurs habiletés motrices. [http://www.quebecenforme.org/media/114840/habiletés\\_motrices.pdf](http://www.quebecenforme.org/media/114840/habiletés_motrices.pdf)
- <sup>x</sup> <sup>x</sup> [http://www.caaws.ca/e/wp-content/uploads/2013/02/stats\\_2004.pdf](http://www.caaws.ca/e/wp-content/uploads/2013/02/stats_2004.pdf) consulté le 15 avril 2013
- <sup>xi</sup> Pagani, L. S., C. Fitzpatrick, I. Archambault et M. Janos. (2010a). *School readiness and later achievement: a French Canadian replication and extension*. *Developmental Psychology*, vol. 46, no 5, p. 984-994.
- Pagani, L. S., C. Fitzpatrick, T. A. Barnett et E. Dubow. (2010b). *Prospective associations between early childhood television exposure and academic, psychosocial, and physical well-being by middle childhood*. *Archives of Pediatric and Adolescent Medicine*, vol. 164, no 5, p. 425-431.
- <sup>xii</sup> Chevalier, N., Parent, V., Rouillard, M., Simard, F., Guay, M.-C., Verret, C. (2012). The impact of a motor-cognitive remediation program on attentional functions of preschoolers with ADHD symptoms. *Journal of attention disorders*. DOI: 10.1177/1087054712468485. <http://iad.sagepub.com/content/early/2012/12/21/1087054712468485.citation>
- <sup>xiii</sup> [http://www.unesco.org/education/educprog/minleps/french/projet\\_recom.htm](http://www.unesco.org/education/educprog/minleps/french/projet_recom.htm)
- <sup>xiv</sup> <http://www.csep.ca/francais/view.asp?x=804>
- <sup>xv</sup> <http://www.guardian.co.uk/lifestyle/2013-03-27/physical-activity-helps-keep-bones-strong>