

Utiliser l'imagination dans la pratique des activités physiques pendant le temps libre : Qu'en est-il des enfants?

Krista Chandler
Université de Windsor
•Michelle Guerrero
•Celina Shirazipour
•Eric Nadalin

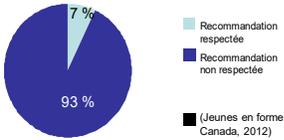
Craig Hall
Université Western Ontario
•Danielle Tobin
•Lisa Cooke

« Le travail consiste en une tâche que l'on est obligé d'accomplir, alors que le plaisir consiste en une occupation à laquelle on n'est pas obligé de se livrer » – Mark Twain



Ce que nous savons

Recommandation : 60 minutes/jour



■ Recommandation respectée (7%)
■ Recommandation non respectée (93%)
(Jeunes en forme Canada, 2012)

- **Défi** : Trouver des stratégies efficaces pour motiver les enfants à augmenter leur activité physique (AP).



Jeu actif

- AP non structurée qui se déroule pendant le temps libre de l'enfant (Veitch et autres, 2008)
- Le jeu actif est un moyen prometteur, accessible et économique qui permet aux enfants de faire leur AP quotidienne (Jeunes en forme Canada, 2012)




Ce que nous ne savons pas

- Nous ne savons pas si les enfants utilisent leur imagination pendant le jeu actif.
- S'ils le font, pouvons-nous accroître le niveau de jeu actif grâce à une intervention axée sur l'imagination?




Étude 1

- Participants : 104 enfants (de 7 à 14 ans)
- Méthodologie : 23 groupes de discussion
- Méthodologie double couche : Permet de tenir compte de l'âge et du sexe
- Conclusions :

Autonomie



Compétence



Rapprochement





Étude 2

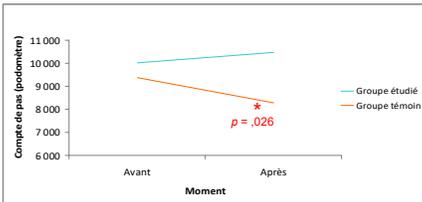
- Élaboration du Questionnaire sur l'imagination dans le jeu actif des enfants
- Analyse en composantes principales :
 - Participants : 302 enfants (de 7 à 14 ans)
- Analyse factorielle confirmatoire :
 - Participants : 252 enfants (de 7 à 14 ans)

Sous-échelle	Moyenne	Écart type	α
Capacité	3,30	1,02	($\alpha = .82$)
Liens sociaux	3,76	,81	($\alpha = .73$)
Plaisir	4,27	,82	($\alpha = .82$)



Étude 3

- Participants : 59 enfants (de 9 à 12 ans)
- Méthodologie : Étude contrôlée randomisée
- Conclusions : Incidence importante du groupe et du moment ($p = ,045$)



Conséquences

- Les enfants utilisent-ils leur imagination pendant le jeu actif? **Ouï!**
- L'imagination peut-elle contribuer à accroître le niveau d'AP? **Peut-être...**
- Étude à venir :
 - Prolonger la durée des interventions axées sur l'imagination (8 semaines par rapport à 4 semaines)
 - Orienter l'imagination en fonction des résultats souhaités
 - Mener des interventions dans le cadre de l'éducation physique à l'école

