

FRASER-THOMAS, JESSICA

Université York

P. Safai, P. Donnelly

Subvention de développement Savoir 2011

Effet d'entraînement? Étude de l'influence des Jeux olympiques sur le développement et la participation au sport des enfants d'âge préscolaire

Résumé du projet

Les avantages de la participation sportive chez les jeunes sont bien connus, mais peu de recherches ont cherché à comprendre la participation au sport chez les très jeunes enfants, malgré un accroissement de la participation à un âge de plus en plus jeune. Le premier objectif de ce projet consistait *étudier la participation au sport et le développement des enfants d'âge préscolaire*. Les constatations donnent à penser que les parents croient souvent que les enfants d'âge préscolaire en retirent des avantages considérables, alors que dans les faits on note d'importantes lacunes dans les programmes, qui font obstacle au développement optimal. Dans le cadre de notre étude, les programmes prévoient habituellement un temps limité d'activité physique, bon nombre de directives et de commentaires, et peu d'exemples d'établissement de liens positifs. Les modifications apportées à la structure de programme connexe (p. ex. plus petits groupes, séances plus courtes) et l'entraînement (p. ex. les exigences en matière de formation mettaient l'accent sur la gestion de groupe, les compétences en communication et le développement de l'enfant) peuvent mener à des résultats plus optimaux pour les enfants d'âge préscolaire qui pratiquent un sport; il semble toutefois que des recherches additionnelles soient nécessaires pour mener à l'élaboration de stratégies visant à améliorer l'engagement des enfants d'âge préscolaire et leur capacité dans le sport. D'autres recherches sur les résultats associés au développement qui découlent de la participation au sport organisé peuvent être particulièrement utiles, comparativement à d'autres formes d'activité physique, comme le jeu non structuré, la danse, etc.

Le deuxième objectif du projet consistait à *examiner les habitudes liées au sport des enfants d'âge préscolaire avant et après les Jeux olympiques*. De façon générale, nous présumons que l'exposition aux grands Jeux, comme les Jeux olympiques, a une incidence positive sur les comportements liés au sport et à l'activité physique au niveau communautaire (l'effet d'entraînement), mais il y a peu ou pas de données probantes empiriques pour soutenir cet énoncé au sens large (p. ex. Craig et Bauman, 2014; Donnelly et al., 2010), et aucune recherche menée plus spécifiquement auprès de très jeunes enfants. Les données indirectes présentées par les parents de 30 enfants d'âge préscolaire n'indiquaient aucune différence significative quant à la fréquence de la participation au sport et à l'activité physique avant et après les Jeux. Compte tenu du taux élevé d'abandon de l'étude (69 % après les Jeux) et de l'homogénéité de l'échantillon, il est nécessaire de mener une enquête subséquente de l'effet d'entraînement auprès de ce groupe d'âge particulier.

Même si les grands Jeux sont perçus comme un événement qui présente le sport comme une « bonne » activité (p. ex. l'amitié, le respect, l'esprit sportif), nous ne comprenons pas très bien si, et comment, ces valeurs peuvent être transférées à de très jeunes enfants. Le troisième objectif de ce projet consistait à *étudier l'influence des Jeux olympiques sur le développement psychologique et social des enfants d'âge préscolaire*. Les parents et les fournisseurs de services de garde considéraient les Jeux comme une excellente façon d'enseigner aux enfants d'âge préscolaire les valeurs prosociales

(p. ex. l'éthique de travail, la persévérance, le travail d'équipe, les modèles de comportement), ainsi que les complexités associées à la victoire et à la défaite (p. ex. faire de son mieux, avoir l'esprit sportif, vivre des déceptions et ressentir de la fierté). Les adultes ont également indiqué que les Jeux avaient permis aux enfants d'âge préscolaire d'acquérir un sentiment accru de ce qu'on entend par identité nationale, comme l'expriment leur reconnaissance et leur enthousiasme à l'égard du drapeau canadien et de l'hymne national, jumelé à des discussions dirigées par des adultes sur la géographie, les drapeaux et les cultures d'autres pays. L'absence de discussions sur les identités nationales plurielles dans le contexte multiculturel peut avoir été le résultat de l'échantillon essentiellement homogène. En résumé, les Jeux, ainsi que la participation active des adultes, semblaient être une plateforme qui permet de faciliter certains résultats précis sur les plans développemental et éducatif chez les enfants d'âge préscolaire. Comme les enfants semblent figurer parmi les plus importants bénéficiaires des Jeux et des legs olympiques, il pourrait être profitable de mettre davantage l'accent sur les ressources pédagogiques (p. ex. programme, matériel, activités) pour expliquer les liens entre les Jeux et les normes/valeurs prosociales.

Méthodes de recherche

Les données ont été recueillies durant le printemps et l'été 2012, juste avant la tenue des Jeux olympiques d'été à Londres, en Angleterre, ainsi que durant le printemps et l'été 2013, un an après les Jeux. Les participants ont été recrutés dans 16 centres de la petite enfance situés dans trois centres urbains diversifiés en Ontario, au Canada (comptant des populations d'environ 2,5 millions, 700 000 et 20 000 habitants).

Les premier et troisième objectifs de l'étude (c.-à-d. ceux liés au développement des enfants d'âge préscolaire) ont été traités au moyen d'entrevues avec les parents d'enfants d'âge préscolaire (N=19) et des fournisseurs de services de garde (N=8), ainsi que de groupes de consultation avec des enfants d'âge préscolaire (N=57, de 2 à 5 ans). Dans ces groupes de consultation, le dessin a facilité la conversation sur le jeu, le sport et les Jeux olympiques.

Le deuxième objectif de recherche (c.-à-d. lié à la participation au sport avant et après les Jeux olympiques) a été abordé dans un sondage auprès des parents, au moyen d'un outil de rappel du sport et de l'activité physique après sept jours (adapté de Kowalski et al., 2004), ainsi que d'un journal d'exposition aux Jeux olympiques, dans lequel les parents notaient l'exposition des enfants aux Jeux olympiques dans les médias et dans le cadre de discussions. Trente parents participants ont rempli le sondage en 2012 et 2013; le haut taux d'abandon (n=66; 69 %) était attribué aux taux de roulement dans les garderies et aux défis liés au mode de vie (p. ex. manque de temps).

Résultats de recherche

La première étude portait sur le premier objectif qui consistait à *étudier la participation au sport et le développement des enfants d'âge préscolaire*. Les constatations indiquent que les parents et les fournisseurs de services de garde ont noté des avantages semblables à ceux associés à la pratique du sport chez les jeunes. Les adultes participants ont principalement parlé du sport chez les enfants d'âge préscolaire comme d'une plateforme de développement des aptitudes psychosociales et à la vie quotidienne (p. ex. les relations interpersonnelles, la confiance, la compétence, l'esprit d'équipe, savoir gagner et perdre), en plus d'être une voie menant à la santé physique et au développement des habiletés motrices; il n'y avait souvent guère de consensus sur l'atteinte ou non de résultats développementaux, les mécanismes et les processus utilisés dans le cadre du sport pratiqué par les

enfants d'âge préscolaire, ainsi que ce qui facilitait ce développement. Par exemple, même si les programmes étaient considérés comme une occasion d'encourager les aptitudes à la vie quotidienne et de maximiser les moments éducatifs, les parents ont indiqué que les entraîneurs étaient souvent mal préparés à enseigner et à gérer leur groupe, et mettaient rarement l'accent sur le développement personnel des enfants. De plus, le travail et l'esprit d'équipe étaient grandement valorisés par les parents, mais la majorité des enfants d'âge préscolaire étaient incapables de traiter sur le plan cognitif les complexités du jeu d'équipe. En outre, il a été suggéré que le sport favorise la santé, la condition physique et le développement des habiletés motrices, mais les enfants d'âge préscolaire semblaient avoir peu d'occasions d'être actifs dans le cadre de leurs programmes sportifs, et l'approche trop structurée de l'enseignement des habiletés motrices et les commentaires excessifs ont souvent suscité de la frustration et freiné la créativité des enfants. Tout comme l'avaient indiqué les jeunes un peu plus âgés, le sport semble avoir la capacité de faciliter le développement positif des enfants d'âge préscolaire; d'importantes modifications doivent toutefois être apportées aux programmes pour systématiquement pouvoir profiter de ces avantages, et davantage de recherches doivent être menées pour évaluer dans quelle mesure ces programmes peuvent aller de l'avant.

La deuxième étude portait sur le deuxième objectif qui consistait à *examiner les habitudes liées au sport des enfants d'âge préscolaire avant et après les Jeux olympiques*. Les données présentées par les parents dans le cadre d'un petit échantillon final d'enfants d'âge préscolaire (N=30) indiquaient qu'il n'y avait pas de différence significative dans la fréquence de la participation au sport et à l'activité physique avant et après les Jeux. Les tests pour échantillons appariés ont révélé que les enfants d'âge préscolaire avaient participé en moyenne à 10,3 (ET=7,5) périodes d'activité par semaine en 2012, et à 12,1 (ET=6,5) périodes d'activités par semaine en 2013 ($t(29)=,47$, $p=,64$). Même si les moyennes d'avant et d'après les Jeux laissent sous-entendre une tendance (non significative) à la hausse en matière de participation, il faut noter que les 30 participants qui sont restés dans l'étude avaient habituellement connu de très hauts niveaux d'exposition aux Jeux olympiques (p. ex. visionnement, conversations). Compte tenu des limites associées aux taux élevés d'abandon de l'étude (abandon de 69 % après les Jeux) et de l'homogénéité de l'échantillon, une enquête plus approfondie de « l'effet d'entraînement » possible dans ce groupe d'âge précis est nécessaire.

En s'appuyant sur les constatations de la deuxième étude, la troisième étude consistait à *étudier l'influence des Jeux olympiques sur le développement psychologique et social des enfants d'âge préscolaire*. Même si les enfants semblaient relativement peu conscients des Jeux immédiatement avant et un an après la tenue des Jeux de 2012, la plupart des fournisseurs de services de garde et des parents jugeaient que les Jeux avaient eu une influence positive sur les enfants. À la maison, les activités liées aux Jeux olympiques consistaient à regarder les Jeux à la télévision ou sur Internet, puis à en discuter. Dans les services de garde, les activités comprenaient également des conversations sur les Jeux (p. ex. l'heure du cercle, les moments propices à l'enseignement), ainsi que des activités créatives (p. ex. fabrication de drapeaux, coloriage des anneaux, comptage des médailles), des babillards/murs (p. ex. coupures de presse, photos), des jeux et des activités physiques (p. ex. courses, événements des Jeux modifiés). Les parents et les fournisseurs de services de garde semblaient accorder une plus grande importance aux Jeux comme outil pour l'enseignement d'aptitudes positives à la vie quotidienne aux enfants (p.ex. la valeur du travail bien fait, la valeur de la pratique, l'éthique de travail, les athlètes en tant que modèles de comportement, la valeur de faire partie d'une équipe, le travail d'équipe, la persévérance) qu'à l'augmentation de la participation au sport des enfants. Il semblait également que l'on mettait beaucoup l'accent sur l'enseignement aux enfants de la nationalité, de la culture et de l'identité, en insistant sur le Canada, le drapeau canadien et les autres pays du monde. L'identité

nationale a souvent été citée comme le concept lié aux Jeux olympiques dont les enfants d'âge préscolaire se souvenaient le plus clairement. Le manque de discussions sur les identités nationales plurielles dans le contexte multiculturel du Canada peut toutefois avoir été le résultat de l'échantillon essentiellement homogène. Les adultes se sont également inspirés des structures hiérarchiques des médailles (or, argent, bronze = premier, deuxième, troisième) pour enseigner d'importantes leçons sur la victoire et la défaite, mais en « adoucissant » souvent le résultat pour mettre l'accent sur le positif plutôt que sur le fait de ne pas avoir remporté l'or (p. ex. « au moins tu as essayé », « tout le monde est gagnant » ou « ce n'est pas parce que cet athlète n'a pas remporté la médaille d'or qu'il n'a pas fait de son mieux »). Malgré le fait que les résultats de la compétition étaient souvent trop complexes à comprendre pour les plus jeunes enfants d'âge préscolaire, les adultes ont indiqué que les enfants d'âge préscolaire plus vieux arrivaient à comprendre le concept de défaite et les émotions associées à la déception, contrairement à la victoire, et les émotions subséquentes de fierté et de bonheur, tout en reconnaissance le bon esprit d'équipe et les modèles de comportement. Dans l'ensemble, l'âge semblait être un facteur déterminant de la perception par les enfants d'âge préscolaire des messages positifs associés aux Jeux, quatre ans étant habituellement l'âge auquel ils pouvaient prendre conscience de la pertinence, de l'enthousiasme et de l'énergie des Jeux. Dans la foulée des constatations de la deuxième étude, les fournisseurs de services de garde ont indiqué que la participation de la famille dans le cadre des Jeux était un facteur déterminant de l'engagement des enfants et de la façon dont ils l'étaient. Comme les enfants figurent parmi les plus importants bénéficiaires des Jeux et des legs olympiques, d'autres recherches sont requises pour déterminer si cette affirmation est vraie, la raison pour laquelle les enfants semblent figurer parmi les plus importants bénéficiaires, la manière d'augmenter les occasions pour les enfants de vivre des expériences de développement positives en s'intéressant activement aux grands Jeux ainsi que par le biais de programmes et d'initiatives communautaires durables et à long terme.

Limites

La tenue d'une étude longitudinale avec de jeunes enfants comportait beaucoup de défis (p. ex. tenir compte des sondages remplis par les parents, les hauts taux de roulement dans les centres de la petite enfance, la facilitation de discussions significatives avec les jeunes enfants). La deuxième étude a enregistré un taux d'abandon des participants particulièrement élevé (N=96 participants en 2012; N=30 participants en 2013; 69 %). De plus, les participants adultes étaient particulièrement homogènes quant à la couche sociale (p. ex. principalement blancs, stables sur le plan financier, qui ont fait des études postsecondaires).

Incidences sur les politiques et orientations futures

Les constatations de la première étude révèlent que les programmes de sport qui s'adressent aux enfants d'âge préscolaire ne sont pas de qualité uniforme ou ne favorisent pas le développement optimal. Il semble qu'il serait justifié d'accorder plus d'attention à l'état de préparation des entraîneurs. Leur formation devrait être adaptée aux enfants d'âge préscolaire, mettre l'accent sur la gestion de groupe, la planification et la conception des pratiques, la communication efficace et l'étape du fonctionnement cognitif et social des enfants. Les modifications apportées à la structure des programmes (p. ex. durée plus courte des sessions, augmentation de l'activité physique, modification des règles) pourraient également s'avérer utiles.

Les résultats de la deuxième étude ne respectaient pas la notion d'augmentation de la participation au sport et à l'activité physique inspirée par les Jeux olympiques chez les jeunes enfants (p. ex. l'effet d'entraînement). C'est pourquoi les décideurs, les concepteurs de programmes ainsi que les organismes

de sport et d'activité physique à tous les niveaux (fédéral, provincial-territorial, municipal) devraient privilégier la recherche et les mesures qui visent à améliorer les mécanismes qui permettent de promouvoir et d'accroître les possibilités de participation (y compris le changement de comportement) dans le cadre des Jeux, ainsi qu'en dehors de ceux-ci.

Dans la troisième étude, nous avons constaté que les Jeux semblaient avoir la capacité de favoriser les résultats bénéfiques chez les enfants d'âge préscolaire dans les domaines du développement psychosocial (p. ex. persévérance, travail d'équipe, esprit sportif, identité nationale); ces attributs ne sont traditionnellement pas pris en compte lorsqu'on envisage l'effet d'entraînement. L'intérêt critique que les décideurs, les développeurs de programmes ainsi que les organismes de sport et d'activité physique accordent à cet aspect éducatif du sport de haut niveau pourrait être utile. Un résultat possible pourrait être le développement d'un programme d'enseignement, de matériel et d'activités adaptés à l'âge qui expliquent le lien entre les Jeux et les normes et valeurs prosociales et destinés aux fournisseurs de services de garde, aux responsables de programmes communautaires et aux parents.

Principaux intervenants et avantages

- Organismes de sport nationaux
- Organismes de sport provinciaux
- Responsables des programmes de loisirs municipaux
- Programmes de sport communautaire (p. ex. les Timbits)
- Au Canada, le sport c'est pour la vie (DLTP)
- Association canadienne des entraîneurs
- Comité olympique canadien
- Petite enfance (à l'échelle provinciale et nationale)
- Centre de la première enfance (p. ex. CPEO)