

2016

Activité physique et sédentarité de l'enfant et adolescent

Premier état des lieux en France



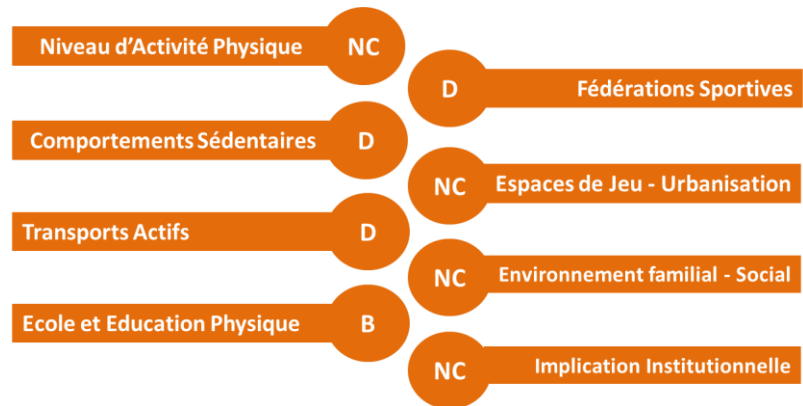
Il est aujourd'hui recommandé que les enfants et adolescents s'engagent au moins 60 minutes par jour dans des activités physiques d'intensité modérée à élevée, incluant au moins 3 jours par semaine des activités favorisant un travail musculaire et de souplesse articulaire (Tremblay MS et al., 2016). Et pourtant, la littérature n'a de cesse de nous indiquer que le niveau d'activité physique des plus jeunes décline avec le temps, ceci accompagné d'une progression de leurs comportements sédentaires.

Référentiel d'évaluation

Une note collégiale est attribuée à chaque indicateur à partir de l'examen des statistiques et données disponibles, au regard du référentiel suivant:

- A** 81-100% - Une large majorité des enfants et adolescents
- B** 61-80% - Bien au delà de la moitié des enfants et adolescents
- C** 41-60% - Environ la moitié des enfants et adolescents
- D** 21-40% - Moins de la moitié des enfants et adolescents
- F** 0-20% - Très faible proportion d'enfants et adolescents
- NC** Non Concluant (manque d'évidences)

Evaluation 2016



Chiffres Clés

- ✓ Uniquement la moitié des 3-10 semble pratiquer une activité physique en dehors de l'école.
- ✓ Moins de 40% de 3-10 ans utilisent un moyen de transport actif pour se rendre à l'école.
- ✓ Le temps moyen passé devant un écran par les enfants et adolescents âgés de 3 à 17 ans était de 3h01 par jour.
- ✓ Dans le secondaire, la France est le pays qui accorde le plus de temps à l'Education Physique parmi l'ensemble des pays de l'OCDE

Conclusions & Perspectives

Accentuer le développement de politiques de promotion de l'activité physique chez les jeunes, particulièrement auprès des jeunes filles

Encourager la pratique collective et familiale d'activités physiques

Encourager le développement et entretien d'infrastructures dans l'ensemble des communautés urbaines

Continuer de mettre en avant la nécessité de la pratique en milieu scolaire

Accentuer les actions de prévention du temps passé à des activités sédentaires, dès le plus jeune âge

Développer et améliorer l'évaluation des actions institutionnelles et gouvernementales

Groupe de travail

Dr THIVEL David

Université Clermont Auvergne, France

Pr VUILLEMIN Anne

Université Côte d'Azur, France

Dr AUCOUTURIER Julien

Université Lille 2, France

Dr GANIERE Caroline

Université de Rouen-Normandie, France

Mme PRAZNOCZY Corinne

ONAPS, France


Melle AUBERT Salomé

CHEO Research Institute, Ottawa, Canada

Mr RIVIERE Fabien

Université Paris Descartes, France



 david.thivel@uca.fr

