



2016

**Activité physique et sédentarité
de l'enfant et adolescent**

Premier état des lieux en France

PREFACE

L'adoption par tous d'un mode de vie sain et actif, c'est l'objectif des recommandations nationales et internationales ainsi que des nombreuses campagnes de Santé Publique promouvant les bienfaits d'une alimentation équilibrée et d'une activité physique quotidienne.

Rarement par le passé ces campagnes de promotion et ces recommandations n'ont été si présentes et pourtant, la prévalence de l'inactivité physique et des comportements sédentaires continue à augmenter, et ceci dès le plus jeune âge. En effet, outre la tranche d'âge 0 à 3 ans, les enfants et adolescents sont particulièrement touchés par ces comportements car les technologies évoluent et leur mode de vie n'est déjà plus celui des adultes sur lesquels se sont basées les études reliant inactivité physique et morbi-mortalité. Ce constat souligne ici la nécessité d'ajouter aujourd'hui à ces réflexions et analyses le fait qu'une forte sédentarité quotidienne dès le plus jeune âge entre désormais en ligne de compte. Par ailleurs, la dissémination de conseils et de recommandations ne suffit pas à lutter contre l'inactivité et les comportements sédentaires. Il apparaît aussi nécessaire de mieux identifier et de comprendre les différents leviers d'actions possibles.

La publication de ce premier « Report Card » français constitue une réelle opportunité de nous éclairer sur ces leviers, qu'ils soient environnementaux, institutionnels ou encore familiaux.

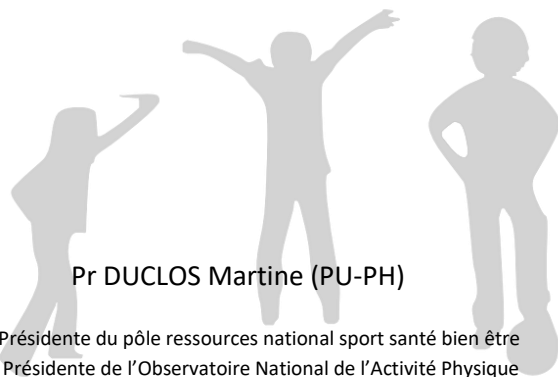
Il propose un état des lieux de l'activité physique et des comportements sédentaires des enfants et adolescents français, élaboré à partir de statistiques et données nationales. A travers leurs analyses et interprétations, les membres du groupe de travail de ce Report Card soulignent à la fois la qualité des initiatives nationales dans le domaine et insistent sur les faiblesses et limites des actions. Si les résultats situent en effet la France dans la moyenne de nos principaux homologues d'outre-Atlantique et Européens, ils soulignent surtout la nécessité d'amplifier à la fois les actions dans les domaines spécifiques identifiés (indicateurs proposés dans ce rapport) mais aussi d'améliorer nos efforts d'évaluation pour obtenir à terme un état des lieux plus objectif et réaliste. Leurs conclusions et recommandations doivent inciter l'ensemble des acteurs-clés (institutionnels, gouvernementaux mais aussi familiaux) à orienter leurs actions et leur engagement de manière à promouvoir au quotidien la pratique physique régulière et un mode de vie sain chez les plus jeunes, utilisant des leviers stratégiques (comme le développement des transports actifs, par exemple).





Ce Report Card a pour double objectif de permettre un bilan du niveau d'activité physique et des comportements sédentaires des enfants français, mais également de positionner pour la première fois la France et les acteurs nationaux au regard de près de 40 pays publiant chaque année ce rapport sous l'égide du groupe international « Global Alliance ».

La structuration d'instances de réflexions nationales, avec la création de l'Observatoire National pour l'Activité Physique et la Sédentarité (ONAPS) et la publication de ce Report Card, doit conduire l'ensemble des acteurs à une harmonisation de leurs réflexions et actions pour à la fois améliorer la lisibilité et la cohérence des résultats obtenus, mais aussi et surtout promouvoir de manière toujours plus efficace l'activité physique dès le plus jeune âge.



Pr DUCLOS Martine (PU-PH)

Présidente du pôle ressources national sport santé bien être
Présidente de l'Observatoire National de l'Activité Physique
et de la Sédentarité (ONAPS)



Dr THIVEL David (MCU-HDR)

Coordonnateur du groupe de travail Report Card France

TABLE DES MATIERES

Groupe de travail et partenaires

Pourquoi un Report Card Français ?

Intérêt de l'activité physique chez l'enfant?

Processus de réalisation du Report Card

Etapes clés

Source des données

Indicateurs utilisés pour le Report Card français 2016

Elaboration du référentiel d'évaluation

NIVEAU D'ACTIVITE PHYSIQUE

COMPORTEMENTS SEDENTAIRES

LES TRANSPORTS ACTIFS

PLACE DE L'ECOLE ET DE L'EDUCATION PHYSIQUE

ROLE DES FEDERATIONS SPORTIVES

LES ESPACES DE JEU ET L'URBANISATION

L'ENVIRONNEMENT FAMILIAL ET SOCIAL

IMPLICATION GOUVERNEMENTALE ET INSTITUTIONNELLE

RESUME DES INDICATEURS

Conclusions et recommandations

Références





GROUPE DE TRAVAIL ET PARTENAIRES

Coordonnateur du groupe de travail

Dr Thivel David – MCU, HDR – Laboratoire des Adaptations Métaboliques à l'Exercice en conditions Physiologiques et Pathologiques, EA3533, UFR STAPS, Clermont Auvergne Université ; Centre de Recherche en Nutrition Humaine Auvergne (CRNH), Clermont-Ferrand, France

Groupe de travail

Pr Vuillemin Anne – Professeur des Universités - Laboratoire Motricité Humaine, Education, Sport, Santé (LAMHESS), EA6312, Université Côte d'Azur, Nice, France

Dr Aucouturier Julien – MCU – Unité de Recherche Sport, Santé, Société (URePSSS), EA7369, Equipe «Activité Physique, Muscle, Santé», Faculté des Sciences du Sport et de l'Education Physique, - Université Droit et Santé Lille 2, Ronchin, France

Dr Ganiere Caroline – MCU – Laboratoire du Centre d'Etude des Transformations des Activités Physiques et Sportives (CETAPS - EA3832), UFR STAPS de Rouen, Rouen, France.

Mme Praznocy Corinne – Directrice de l'Observatoire national de l'activité physique et de la sédentarité (ONAPS), Laboratoire de physiologie et de biologie du sport, Faculté de médecine, Clermont-Ferrand, France

Melle Aubert Salomé - Healthy Active Living and Obesity Research Group, Children's Hospital of Eastern Ontario Research Institute, Ottawa, Ontario, Canada

Mr Riviere Fabien - Maladies chroniques, santé perçue et processus d'adaptation. Approches épidémiologiques et psychologiques, EA 4360, Université de Lorraine, Université Paris Descartes, Nancy, France

Partenaires



POURQUOI UN REPORT CARD FRANÇAIS ?

Depuis plus de 10 ans, nos homologues Canadiens publient un **Report Card** annuel de manière à insister sur l'importance d'un mode de vie actif. Si ce rapport a pour mission de souligner la progression de leurs politiques de santé et des actions en faveur de ce mode de vie actif, il tend aussi à mettre en avant les points et dimensions restant à améliorer. Il n'est pas question ici de réaliser une nouvelle étude ou analyse scientifique de niveau national, mais bien d'établir un état des lieux basé sur des données publiées, mais également parfois non publiées, apportant des informations significatives, utiles et pertinentes concernant l'activité physique et la sédentarité de nos jeunes, et sur l'implications de nos institutions et collectivités.

Alors que plus d'une quarantaine de pays à travers le monde rédige aujourd'hui un Report Card chaque année (regroupés sous l'égide du Global Alliance Active Healthy Kids <http://www.activehealthykids.org/>), il semble tout naturel de leur emboiter le pas. La création en 2015 de l'Observatoire National de l'Activité physique et de la Sédentarité (Onaps) a initié une réelle dynamique d'actions et d'engagements au service de la santé par l'activité physique. C'est donc en étroite collaboration avec l'Onaps et dans un souci d'établir un focus tout particulier sur l'activité physique et la sédentarité des enfants et adolescents de notre pays que s'inscrit la rédaction de ce Report Card.





Intérêt de l'activité physique chez l'enfant et l'adolescent ?

Doit-on encore vraiment présenter et vanter les bienfaits de l'activité physique pour notre santé et celle de nos enfants ? Exercice structuré ou simple activité spontanée, l'activité physique quotidienne est associée à un nombre important de bénéfices pour la santé physique, sociale et mentale des plus jeunes. Ces effets positifs vont retentir sur leur santé non seulement durant leur enfance, leur croissance, mais aussi et surtout tout au long de leur vie. Si l'activité physique permet l'amélioration et la progression de leur capacité aérobie, de leurs habiletés motrices et cognitives (Burgi et al., 2011), elle est également associée à une réduction des complications métaboliques et des risques cardiovasculaires dès le plus jeune âge (Andersen et al., 2006 ; Gutin et al., 2011 ; Lambourne et al., 2011). La réussite scolaire ou encore l'intégration sociale et la qualité de vie sont également significativement liées à la

“ au moins 60 minutes par jour d'activité physique d'intensité modérée à élevée ”

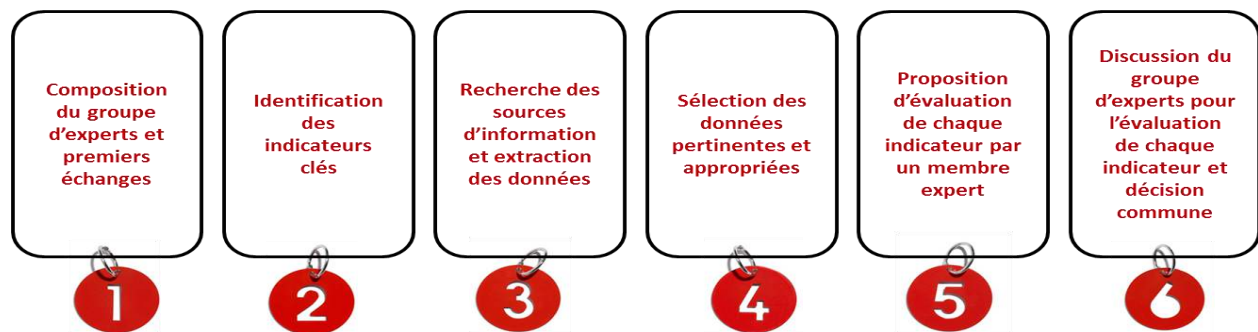
pratique physique régulière des enfants et adolescents (Lambourne et al., 2011 ; Donnelly et al., 2016).

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, laissant bien trop souvent place à une progression toujours plus inquiétante du temps passé à des activités sédentaires.

S'il nous apparaît évident qu'un mode de vie actif constitue la clé de la santé actuelle et future de nos enfants, force est de constater que la promotion de l'activité physique quotidienne et de ses bienfaits doit être accentuée.

PROCESSUS DE REALISATION DU REPORT CARD

Etapes clés



Sources des données

La vocation d'un Report Card est de rassembler dans un seul document des indicateurs issus de différentes sources et permettant d'évaluer les politiques et les actions mises en œuvre (ou non) au sein d'un pays donné. Son rythme de publication est annuel. Ainsi, le choix a été fait d'utiliser autant que possible des indicateurs issus des différentes grandes bases ou enquêtes nationales disponibles en France, qui sont en général reconduites plus ou moins régulièrement.

Principales sources consultées pour la réalisation du report Card français :

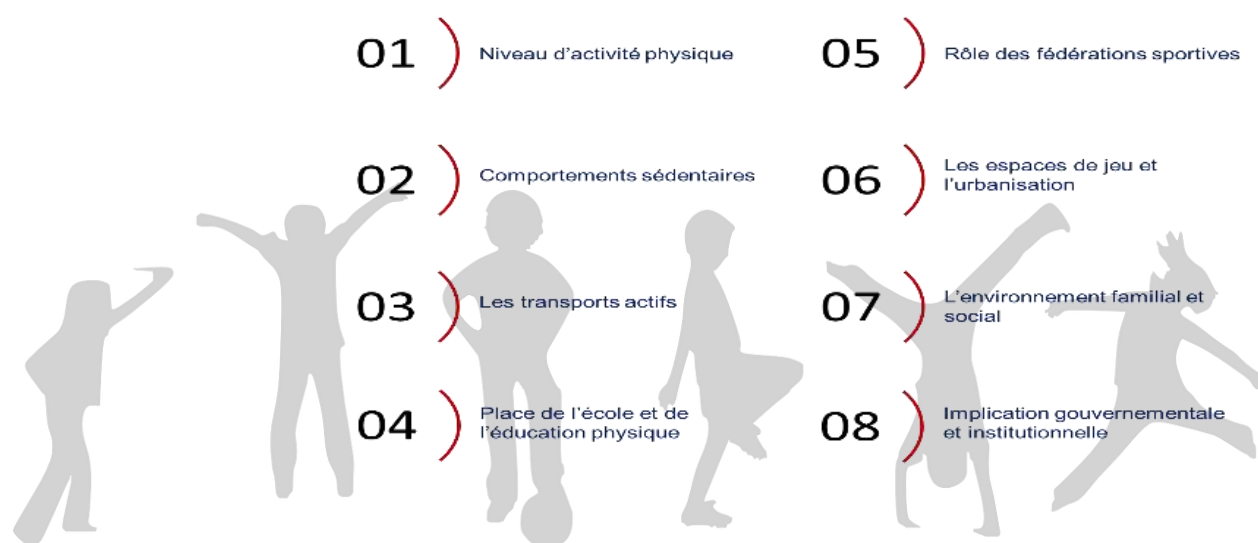
- ✓ Étude Nationale Nutrition Santé (ENNS 2006-2007),
- ✓ Étude Individuelle Nationale des Consommations Alimentaires (Inca 2 2006-2007)
- ✓ Enquêtes nationales sur la santé des enfants et adolescents scolarisés pilotées par la Drees
- ✓ Enquête internationale Health Behaviour in School-aged Children (HBSC 2010)
- ✓ Observatoire national de la sécurité routière (Bilan 2015)

Des enquêtes ou études avec un périmètre plus restreint ont été également utilisées, lorsque celles-ci permettaient une information complémentaire. Par exemple :



- ✓ Enquête de la Mairie de Paris chez les enfants scolarisés dans le secteur public à Paris, 2009.
- ✓ Enquête Ademe sur l'écomobilité scolaire, 2008.
- ✓ Données de l'Observatoire des Mobilités Actives, 2014.
- ✓ ...

Indicateurs utilisés pour le Report Card Français 2016



Elaboration du référentiel d'évaluation

Chacun des indicateurs se voit attribuer une note après concertation du collectif d'experts. Cette évaluation repose sur l'examen des statistiques et données disponibles, au regard du référentiel suivant (ce référentiel respecte celui proposé au niveau international et utilisé

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
N C	Non Concluant (manque d'évidences)

NIVEAU D'ACTIVITE PHYSIQUE

Contexte

L'activité physique est définie comme « tout mouvement du corps qui est produit par la contraction des muscles squelettiques et qui augmente substantiellement la dépense énergétique ». Elle peut prendre la forme d'activités organisées lors de la participation à des activités sportives codifiées ou lors de cours d'Education Physique et Sportive, mais inclut également les activités de locomotion ou les jeux non sédentaires.

Les études de Santé Publique ont montré que le niveau d'activité physique influence l'état de santé durant l'enfance et l'adolescence en exerçant un effet protecteur sur l'excès de masse corporelle et sur le risque de survenue de

désordres métaboliques associés (Ruiz et al. 2006). Le niveau d'activité physique des enfants détermine également en partie leur niveau de condition physique, mais aussi de manière

“ La pratique des jeux de plein air chez les enfants de 3 à 10 ans diminue progressivement avec l'augmentation de la taille d'unité urbaine ”

significative leur niveau d'activité physique et les risques cardiovasculaires une fois adulte (Telama et al. 2005, Raitaraki et al. 1994). Les études utilisant des méthodes objectives de mesure de l'activité physique ont de plus permis de mettre en évidence que les intensités modérées à soutenues

conféraient à l'activité physique des bénéfices accrus en terme de condition physique et de composition corporelle (Marques et al. 2015, Willis et al. 2015).

Objectif(s)/ Repère(s)

Caractériser le niveau d'activité physique organisée et non organisée des enfants et adolescents français.





Principales données disponibles

- ✔ Plus de 83% des 3 à 10 ans suivent au moins un cours d'EPS par semaine (INCA 2, 2006-2007).
- ✔ En période scolaire, entre la moitié et 2/3 des enfants de 3 à 10 ans pratiquent une activité sportive en dehors de l'école (INCA 2, 2006-2007).
- ✔ Environ 55% des filles et 65% des garçons de 11 à 14 ans déclarent plus de 150 minutes d'activité physique au moins modérée par semaine (ENNS 2006) et 67% ont participé à 2 cours d'Education Physique et Sportive hebdomadaire au moins (INCA 2, 2006-2007).
- ✔ A l'adolescence les garçons pratiquent plus d'activités physiques intenses que filles (2,5 contre 1,6 jours/semaine respectivement) (Inca 2, 2006-2007).
- ✔ Les enfants scolarisés dans une école située dans les quartiers prioritaires sont moins actifs les week-ends que les enfants scolarisés dans les quartiers non prioritaires (60% contre 71%) (Étude sur les enfants scolarisés dans le secteur public en 2009, Mairie de Paris, ORS Ile-de-France).
- ✔ La pratique des jeux de plein air chez les enfants de 3 à 10 ans diminue avec l'augmentation de la taille d'unité urbaine¹. Plus de 60% des enfants pratiquent ces activités dans les unités urbaines <2000 habitants contre moins de 30% pour les enfants de l'agglomération parisienne (ENNS 2006).

Besoins en recherche

L'essentiel des données disponibles concernant le niveau d'activité des jeunes français date de près de 10 ans (études ENNS 2006 et INCA 2 2006-2007). L'étude INCA 3 dont les premiers résultats sont prévus début 2017 va permettre d'obtenir des données actualisées. Aucune étude d'envergure n'a été conduite en France en utilisant des méthodes de mesure objective du niveau d'activité physique telle que l'accélérométrie. Les seules études nationales ayant l'ambition d'investiguer le niveau d'activité physique des jeunes français sont basées sur des questionnaires, ce qui ne permet pas de caractériser précisément l'engagement dans les différentes zones d'intensité d'exercice (faible, modérée, soutenue) sur lesquelles sont pourtant basées une partie des recommandations d'activité physique. De manière générale, l'activité de recherche en France portant sur l'activité physique chez l'enfant est faible (voir Figure 1).

¹ On appelle unité urbaine une commune ou un ensemble de communes présentant une zone de bâti continu qui compte au moins 2 000 habitants. Si l'unité urbaine se situe sur une seule commune, elle est dénommée ville isolée. Si l'unité urbaine s'étend sur plusieurs communes, et si chacune de ces communes concentre plus de la moitié de sa population dans la zone de bâti continu, elle est dénommée agglomération multicommunale. Sont considérées comme rurales les communes qui ne rentrent pas dans la constitution d'une unité urbaine (sans zone de bâti continu de 2000 habitants, et celles dont moins de la moitié de la population municipale est dans une zone de bâti continu).

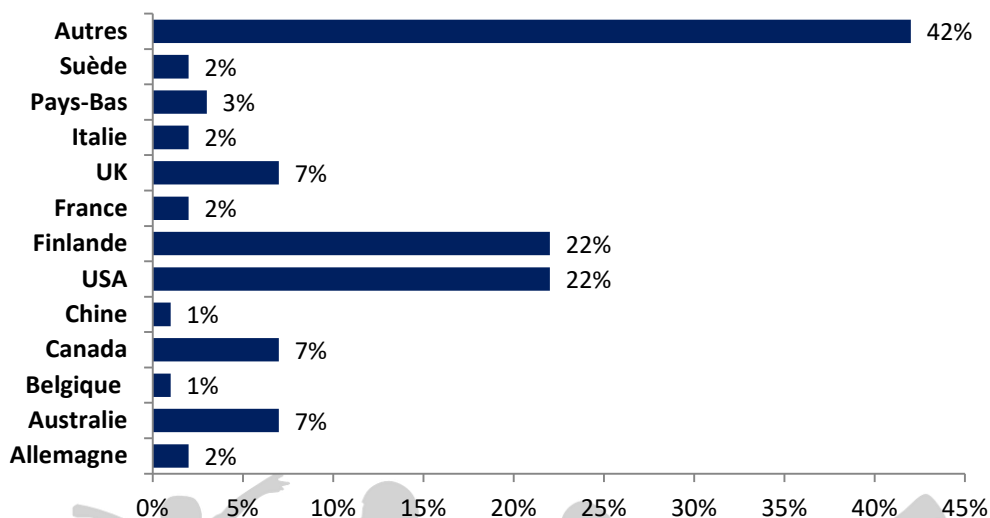


Figure 1 : Part des publications concernant l'activité physique chez l'enfant de différents pays à partir d'une recherche sur Medline (mots clés : « Physical Activity » « Children »)

Recommandations

- ✓ Il est nécessaire de promouvoir l'activité physique extra-scolaire dès le plus jeune puisqu'au minimum 1/3 des enfants n'en pratiquent pas.
- ✓ Dans le cadre extra-scolaire, les interventions visant à augmenter le niveau d'activité physique doivent cibler les populations les plus à risques :
- ✓ Les enfants des unités urbaines de tailles importantes.
- ✓ Favoriser l'activité physique dans les quartiers populaires, particulièrement auprès des jeunes filles.
- ✓ Les filles à partir de l'adolescence

Niveau d'activité physique

NC





COMPORTEMENTS SEDENTAIRES

Contexte

Les comportements sédentaires sont définis par « une situation d'éveil caractérisée par une dépense énergétique $\leq 1,5$ équivalents métaboliques (METs) en position assise ou allongée » (Réseau de Recherche sur le Comportement Sédentaire, 2012). Cette définition ne semble cependant pas adaptée aux enfants et certains chercheurs préconisent l'utilisation d'un seuil de dépense énergétique différent et spécifique aux enfants (Saint-Maurice et coll., 2016).

Alors que les sociétés contemporaines favorisent une sédentarité accrue (industrialisation, mécanisation, transports motorisés, etc.), les données scientifiques les

plus récentes rapportent une association négative entre les comportements sédentaires des enfants et adolescents et leur santé (Carson et al., 2016). Dans ce contexte, et dans le cadre du renouvellement des recommandations du Programme National Nutrition Santé, l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation,

de l'environnement et du travail (Anses) a publié un travail d'expertise collective recommandant aux jeunes de 0 à 17 ans de limiter la durée des comportements sédentaires, en particulier passée devant un écran.

“ le temps moyen passé devant un écran par les enfants et adolescents âgés de 3 à 17 ans était de 3h01 par jour ”

Objectif(s)/ Repère(s)

Pourcentage d'enfants et adolescents respectant les recommandations nationales concernant les comportements sédentaires :

- ✔ Pourcentage d'enfants de moins de 2 ans à ne pas être exposés à un écran ;
- ✔ Pourcentage d'enfants de 2 à 6 ans limitant le temps de loisir passé devant un écran à 1h par jour ;
- ✔ Pourcentage d'enfants de 7 à 11 ans limitant le temps de loisir passé devant un écran à 2h par jour ;
- ✔ Pourcentage d'enfants de 11 à 17 ans limitant le temps de loisir passé devant un écran à 2h par jour.

Principales données disponibles

- ✔ ENNS 2006 : le temps moyen passé devant un écran par les enfants et adolescents âgés de 3 à 17 ans était de 3h01 par jour ;
 - 29% des garçons et 28% des filles de 3 à 10 ans passent plus de 3 heures,
 - 53% des garçons et 50% des filles de 11 à 14 ans passent plus de 3 heures,
 - 58% des garçons et 48% des filles de 15-17 ans passent plus de 3 heures.
- ✔ Inca 2 2006-2007 : le temps moyen passé devant un écran par les enfants et adolescents âgés de 3 à 17 ans était de 2h48 par jour ;
 - 26% des garçons et 24% des filles de 3 à 10 ans passent plus de 3 heures,
 - 46% des garçons et 46% des filles de 11 à 14 ans passent plus de 3 heures,
 - 64% des garçons et 43% des filles de 15-17 ans passent plus de 3 heures.
- ✔ Le temps moyen passé devant un écran augmente avec l'âge (ENNS 2006, INCA 2 2006-2007, DREES, DGESCO 2007-2008, 2012, 2013)
- ✔ Drees-DGESCO : 17% des enfants en grande section de maternelle (principalement âgés de 5 à 6 ans) passent moins de 1h/jr devant un écran lors des jours sans école, 24% des enfants inscrits en CM2 (principalement âgés de 10 à 11 ans), et 43% des adolescents inscrits en troisième (principalement âgés de 14 à 15 ans) passent plus de 3h/jr devant un écran ;
- ✔ La durée moyenne passée devant un écran par les enfants et les adolescents âgés de 3 à 17 ans est plus importante au Nord qu'au Sud ;
- ✔ Le temps écran des enfants et adolescents de 3 à 17 ans évolue inversement à la catégorie socioprofessionnelle ou au niveau d'éducation des parents ou du représentant de l'enfant (Inca 2 2006-2007, Drees-DGESCO 2007-2008, 2012, 2013).



Besoins en recherche

- ✔ Les « grandes enquêtes » devraient permettre de renseigner des données pour les moins de 3 ans.
- ✔ Des mesures objectives permettraient d'améliorer la quantification des comportements sédentaires chez les enfants et adolescents âgés de 3 à 17 ans.
- ✔ L'analyse des données devrait se faire au regard des recommandations afin de déterminer le pourcentage d'enfants et adolescents en deçà des limites conseillées et de faciliter l'interprétation et la comparaison des résultats.
- ✔ Les comportements sédentaires ne se limitent pas au temps passé devant un écran. D'autres formes de comportements sédentaires devraient être considérées afin d'identifier leur contribution au temps total sédentaire et leur influence sur la santé des enfants et adolescents.

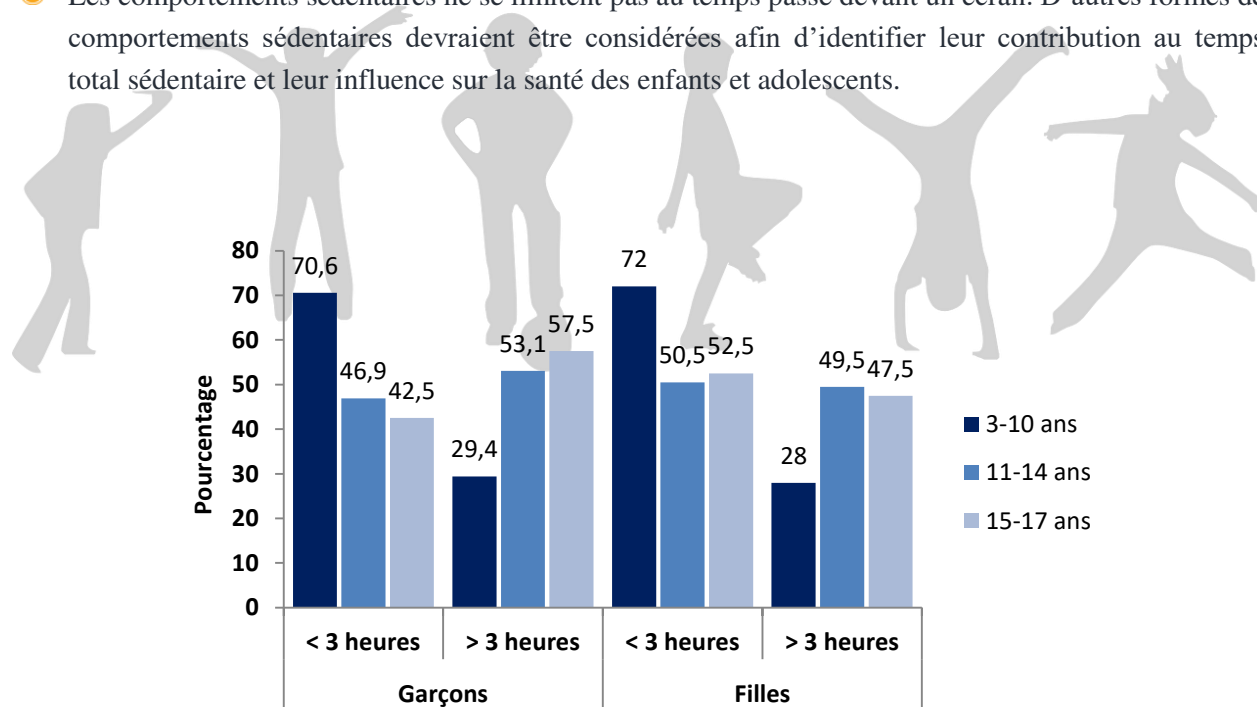


Figure 2 : Distribution des garçons et des filles de 3-17 ans selon le temps quotidien moyen passé devant un écran (télévision, ordinateur, jeux vidéo) quel que soit le type de jour (école, ou peu ou pas d'école) et selon l'âge. (Source : Etude ENNS 2006).

Recommandations

- ✓ Réduire le temps passé devant des écrans permettrait de diminuer le temps sédentaire total.
- ✓ Les recommandations concernant les comportements sédentaires devraient être largement communiqués auprès des jeunes et de leurs familles et des professionnels médicaux et éducatifs.
- ✓ Limiter les périodes assises prolongées des enfants à l'école.
- ✓ Les stratégies de prévention des comportements sédentaires devraient s'attacher à réduire les inégalités et iniquités observées ; limiter l'augmentation des comportements sédentaires avec l'âge, et cibler les populations qui en bénéficieraient potentiellement le plus (jeunes en surpoids et obèses).

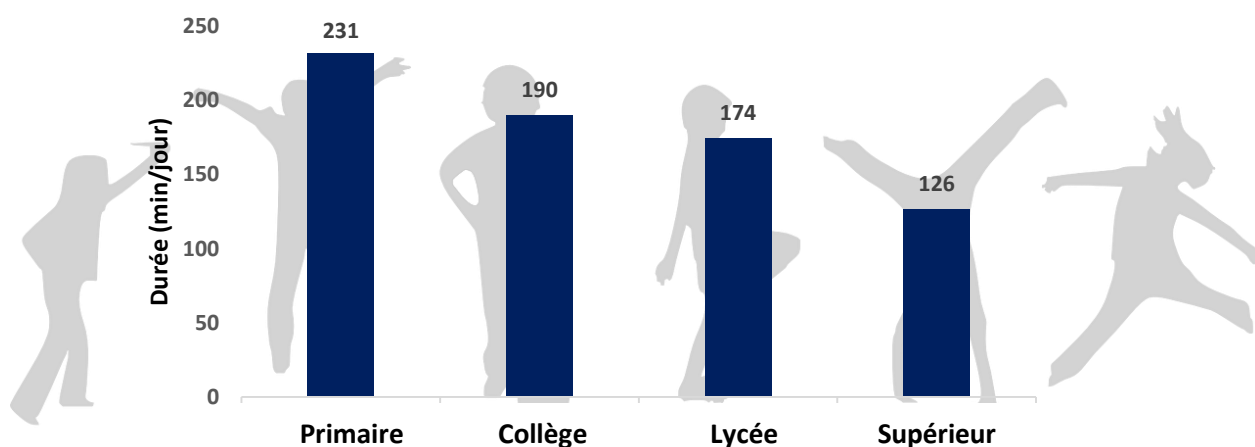


Figure 3 : Durée totale (min/j) passée devant un écran (télévision, cassettes vidéo ou DVD) par des enfants de 3-17 ans, selon le niveau d'éducation du représentant de l'enfant (Source : Afsaa, Etude Inca 2, 2006-2007).

Comportements Sédentaires

D





LES TRANSPORTS ACTIFS

Contexte

Le transport actif correspond à toute forme de transport n'utilisant pas de véhicule motorisé où l'énergie pour se déplacer est fournie par l'être humain. Le transport actif est généralement réduit à la pratique de la marche ou du vélo (Shephard, 2008) mais peut potentiellement faire référence à une grande variété de modes de transports tels que le skateboard ou la trottinette.

Le transport actif est un contributeur potentiel à l'activité physique quotidienne totale chez les enfants (Larouche, Saunders, Faulkner, Colley & Tremblay, 2014). Le transport actif est également associé indépendamment du niveau d'activité physique total avec une meilleure composition corporelle et une meilleure capacité cardiorespiratoire (Larouche, Saunders, Faulkner, Colley &

Tremblay, 2014) ainsi qu'à la réussite scolaire (Stea et Torstveit, 2014). Cependant le niveau de preuve de ces associations est considéré comme faible.

“Environ 40% des enfants de 3 à 10 ans utilisent un mode de transport actif pour se rendre à l'école, principalement la marche à pied”

Enfin, le transport actif des jeunes est associé à la fois avec des facteurs internes (attitudes, motivation) et externes comme l'environnement et les programmes mis en place (Larouche & Trudeau, 2010).

Concernant les facteurs environnementaux, des infrastructures pédestres et cyclables inadéquates et une mauvaise sécurité ont été détectées comme des barrières au transport actif.

Objectif(s)/ Repère(s)

- ✓ Le pourcentage des enfants et adolescents qui utilisent le transport actif pour aller et revenir de différents lieux.

Principales données disponibles

- ✓ Environ 40% des enfants de 3 à 10 ans utilisent un mode de transport actif pour se rendre à l'école, principalement la marche à pied (ENNS 2006-2007, Inca 2 2006-2007).
- ✓ Environ 30% des adolescents de 11 à 14 ans utilisent un mode de transport actif pour se rendre à l'école, principalement la marche à pied (Inca 2 2006-2007, Enquête Internationale HBSC 2010).
- ✓ Des disparités importantes concernant l'utilisation de transport actifs chez les adolescents d'une région à une autre ont été observées (Enquête Internationale HBSC).
- ✓ Le vélo est généralement utilisé deux fois plus par les garçons que par les filles comme moyen de transport pour se rendre à l'école (Etude Inca 2 2006-2007, Enquête Internationale HBSC).
- ✓ On compte en France près de 1500 opérations d'écomobilité scolaire (ADEME 2008).

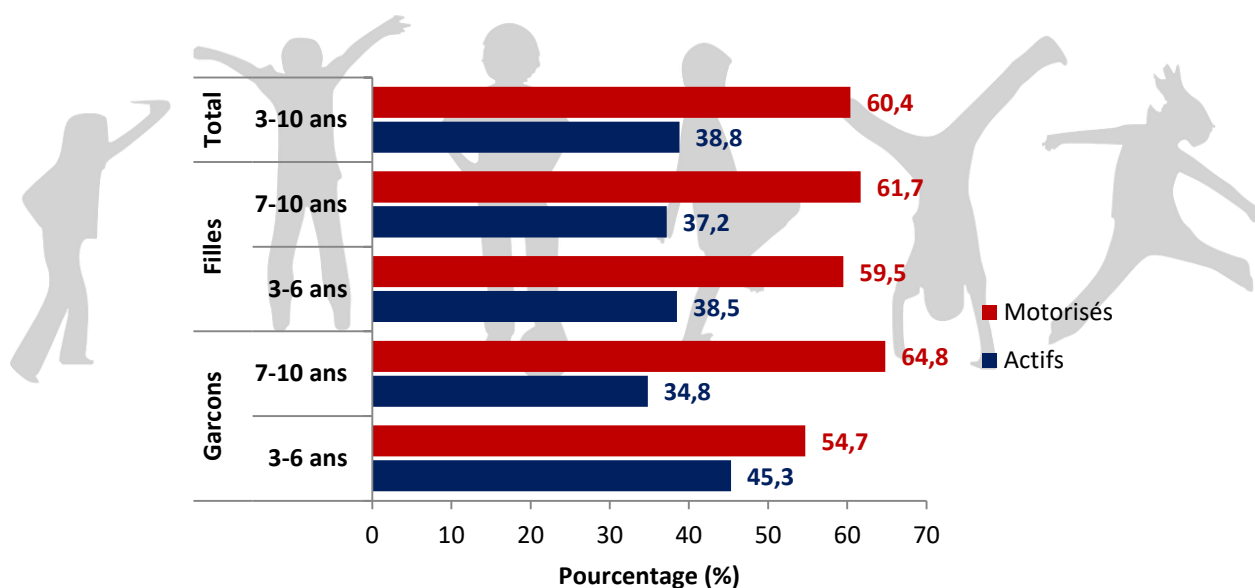


Figure 4: Mode de transport pour se rendre à l'école chez les enfants de 3-10 ans (en %) (Etude ENNS 2006). Les pourcentages totaux sont différents de 100% car certains enfants utilisaient de façon variable l'un ou l'autre des moyens de transport (actifs : marche, vélo, trottinette ; motorisés : voiture, bus).



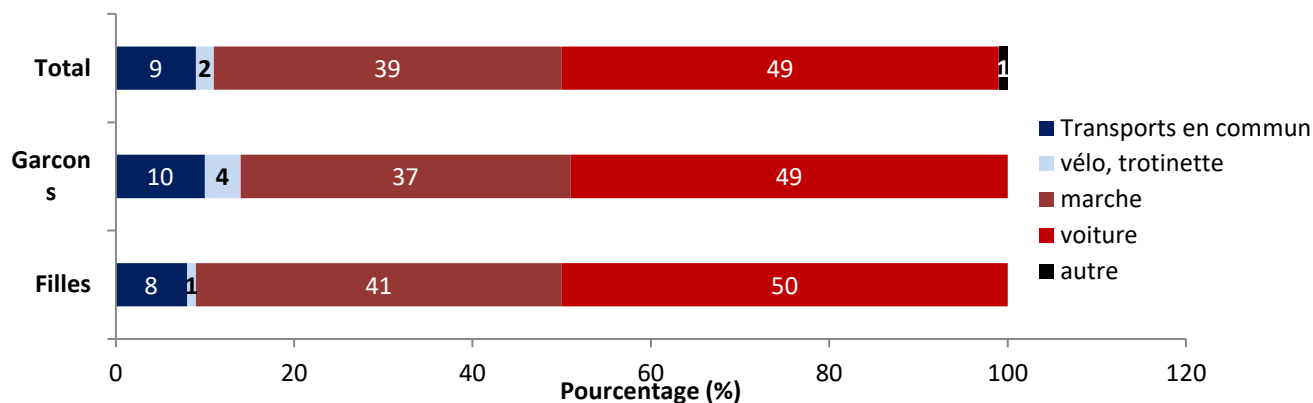


Figure5: Répartition (en %) des enfants de 3 à 10 ans scolarisés en fonction du moyen de transport le plus couramment utilisé pour aller à l'école, selon le sexe (Afssa, Etude Inca 2, 2006-2007).

Besoins en Recherche

La surveillance régulière du transport actif chez les enfants et adolescents français doit être améliorée. Il est nécessaire d'utiliser une méthode d'évaluation standardisée dans l'ensemble des régions et entre les différentes catégories d'âge pour permettre la comparaison. Il est nécessaire de développer la recherche concernant les déterminants spécifiques à la France du transport actif chez les enfants et adolescents et de développer des interventions visant à faire la promotion du transport actif chez les jeunes français.

Recommandations

- Il faut développer des politiques nationales d'aménagement d'infrastructures pour le transport actif (pistes cyclables, trottoirs plus large) et mettre en place des mesures de ralentissement de la circulation en zone périscolaire, mais aussi plus généralement en zone urbaine.
- La promotion des plans de déplacements scolaires et des initiatives de bus pédestres ou cyclistes à l'échelle nationale serait également un bon moyen de développement du transport actif chez les écoliers et de sensibilisation à son importance.
- Il faut développer la communication autour des bienfaits des modes actifs.


PLACE DE L'ECOLE ET DE L'EDUCATION PHYSIQUE

Contexte

L'école contribue à l'activité physique des enfants et adolescents par le biais de l'enseignement de l'Education Physique et Sportive (EPS) et de l'Association Sportive Scolaire. En tant que discipline d'enseignement obligatoire, l'EPS permet aux élèves de pratiquer une activité physique hebdomadaire pouvant avoir des bénéfices importants sur la santé et l'éducation (Commission européenne, 2007 ; Norris & al., 2015). Au premier degré, les écoles ont la possibilité de créer une association sportive encadrée par des enseignants, des éducateurs ou des parents. L'USEP (Union Sportive de l'Enseignement du Premier Degré) fédère les associations développées au sein des écoles primaires publiques. Au second degré, les élèves peuvent choisir de s'engager, en plus des heures obligatoires d'EPS, dans une pratique

physique et/ou sportive au sein des Associations Sportives Scolaires obligatoirement créées dans chaque établissement. Ces associations sportives sont rattachées à l'UNSS (Union Nationale du Sport Scolaire), la fédération sportive de l'Education Nationale pour les collèges et les lycées. Celle-ci a pour but « d'organiser et de développer la pratique d'activités sportives, composantes de l'Éducation Physique et Sportive et l'apprentissage de la vie associative par les élèves qui ont adhéré aux associations sportives des établissements du second degré ». Le sport scolaire affiche d'ailleurs son objectif de promouvoir la santé en contribuant, à son niveau, à une qualité de vie dès le plus jeune âge grâce à la pratique d'activités physiques sportives et artistiques.





Objectif(s)/ Repère(s)

L'activité physique des élèves (enfants, adolescents et jeunes adultes) à l'école (en EPS et à l'Association Sportive Scolaire (USEP en primaire – UNSS dans le secondaire).

Principales données disponibles

- ✓ En France, l'Education Physique représente 10% du temps d'enseignement total en primaire et 14% dans le secondaire.
- ✓ En France, le temps d'enseignement moyen recommandé au niveau primaire est de 108 heures d'Education Physique, soit trois heures par semaine. Au collège, les élèves de 6ème effectuent 4h d'EPS par semaine, puis 3h en 5ème, 4ème et 3ème. Au lycée enfin, les élèves réalisent 2h d'EPS hebdomadaires en filière générale et technologique, 2h en seconde professionnelle et 3h en première et terminale professionnelles.
- ✓ 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 (6 à 9% en Allemagne et 3% en Espagne).
- ✓ L'USEP compte plus de 830 000 adhérents et près de 13 200 écoles affiliées.
- ✓ Le nombre d'élèves adhérant à l'AS ne cesse d'augmenter depuis l'année scolaire 2009-2010. L'AS compte 1 049 617 licenciés (dont 3696 adultes) en 2014-2015 (nouveau record du nombre d'adhérents) et 1 050 000 pour 2015-2016.
- ✓ La part respective de filles et de garçons licenciés à l'AS tend à s'équilibrer. Pour l'année 2014-2015, on recensait 41 % de filles pour 60 % de garçons.
- ✓ La catégorie d'âge la plus présente est celle des benjamins et benjamines : les benjamins représentent 37% des garçons licenciés à l'AS et les benjamines représentent 43% des filles licenciées.
- ✓ Globalement, plus les élèves grandissent, moins ils s'inscrivent à l'AS. Toutefois, si la catégorie Sénior est en baisse sensible depuis 5 ans, la catégorie Junior est, elle, en légère hausse notamment chez les filles.
- ✓ Les élèves licenciés à l'AS représentent 26% des élèves scolarisés (tous types d'établissements confondus) pour l'année 2014-2015.
- ✓ Le taux de licenciés en zone prioritaire est légèrement supérieur à celui des zones non prioritaires.
- ✓ Le taux de licenciés de l'AS en zone rurale est de 26%. Il est supérieur à la moyenne nationale.

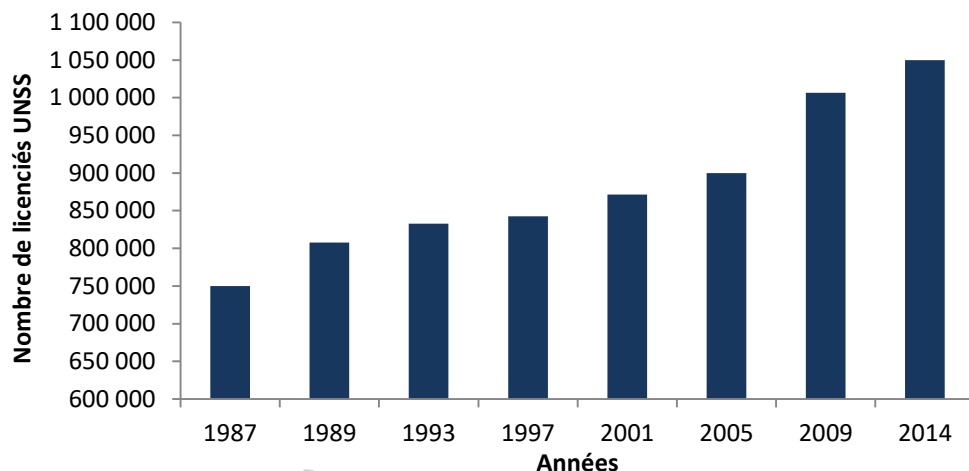


Figure 6 : Evolution du nombre de licenciés dans le second degré (UNSS) pour l'année 2014-2015.

Besoins en recherche

- ✓ Examiner la situation actuelle (en 2016) afin de dégager des tendances d'évolution de l'activité physique à l'école sur les dernières années.
- ✓ Investiguer les pratiques effectives à l'école pour avoir un diagnostic fiable de l'activité physique des élèves dans ce contexte. En effet, le rapport Eurydice de 2013 visant à décrire la situation de l'éducation physique et des activités sportives à l'école en Europe a recueilli ses données par le biais d'un court questionnaire. Peu d'enquêtes sont menées localement dans les écoles primaires pour connaître l'horaire effectif de pratique des élèves en éducation physique. Si les horaires indiqués dans les textes officiels sont de 108h par an (3h par semaine) et que la globalisation de ces heures offre des possibilités de souplesse indispensables pour permettre une adaptation aux contextes locaux (disponibilités des infrastructures, partage avec d'autres collègues, déplacements, etc.), elle engendre conjointement une absence de lisibilité vis-à-vis des pratiques effectives. Le volume horaire consacré à l'éducation physique semble en effet plus proche de deux heures que des trois recommandées selon les dires des enseignants. Il paraît donc important d'enquêter sur le terrain de l'enseignement primaire afin de dépasser les discours des enseignants et les prescriptions programmatiques pour avoir une vision claire de la réalité de l'activité physique des élèves au primaire.



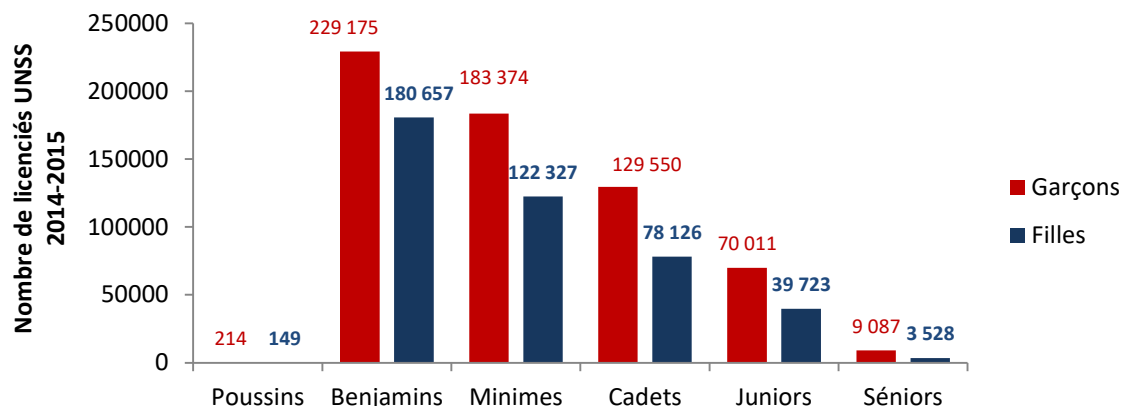


Figure 7 : Répartition garçons/filles par catégorie d'âge à l'UNSS pour l'année 2014-2015.

Recommandations

- Continuer à faire découvrir les possibilités offertes aux élèves dans le cadre du sport scolaire, notamment par le biais de la « Journée nationale du sport scolaire » ayant lieu en début d'année scolaire et permettant de promouvoir les activités des associations sportives scolaires auprès des élèves, des équipes éducatives, des parents d'élèves ainsi que du monde sportif local.
- Fidéliser les filles après le collège en identifiant leurs attentes et besoins en matière d'activité physique de façon à proposer une offre en accord avec la demande, aménager des créneaux favorables à leur présence à l'AS, développer la commission « Filles, sport et mixité » dans les différentes académies.
- S'intéresser aux raisons d'engagement et de désengagement des élèves à l'AS (filles et garçons) de façon à pouvoir proposer des solutions alternatives pouvant leur permettre de poursuivre une pratique dans le cadre de l'école dans le cas où ils n'auraient pas la possibilité d'en pratiquer à l'extérieur (cas des milieux d'enseignement prioritaire où les élèves n'ont que peu accès aux structures associatives extra scolaires).

ROLE DES FEDERATIONS SPORTIVES

Contexte

La participation des enfants et adolescents aux activités sportives qui dépendent des fédérations est évaluée au moyen des licences délivrées. Les données présentées sont celles de l'année 2013 et proviennent du recensement des licences² détaillé par communes auprès des fédérations sportives agréées par le Ministère chargé des Sports (Données publiques, 2015).

Afin de compléter les interprétations concernant la pratique sportive, ces données ont été croisées avec les données démographiques pour 2014 de l'Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques (INSEE, 2015), et les données économiques provenant du dispositif « Fichier Localisé Social et Fiscal » (Filosofi) pour l'année 2012 (Ministère de la ville, 2015).

² Une licence fédérale est définie comme « étant un titre payant, permettant une pratique annuelle, même si le possesseur de la licence ne pratique que deux mois dans l'année. Sont exclus de ces données les ATP qui sont des titres temporaires de participation (journalier par exemple) ».

Concernant ces dernières données nous avons utilisé le revenu médian par Unité de Consommation³ et par commune, disponible pour les communes présentant plus de 50 foyers fiscaux et plus de 100 personnes.

³ Une Unité de Consommation est un système de pondération attribuant un coefficient à chaque membre du ménage et permettant de comparer les niveaux de vie de ménages de tailles ou de compositions différentes. Avec cette pondération, le nombre de personnes est ramené à un nombre d'unités de consommation (UC). 1 UC pour le premier adulte du ménage, 0,5 UC pour les autres personnes de 14 ans ou plus et - 0,3 UC pour les enfants de moins de 14 ans.



Principales données disponibles

Les licences sportives de 0 à 24 ans. Chez les jeunes de 0 à 24 ans, le taux de licenciés s'élevait à 40%, ce qui représentait près de 8 millions de jeunes. Les filles étaient moins nombreuses que les garçons (36% seulement des licenciés). Environ 40% des licences prises

concernaient les jeunes de 10 à 14 ans, aussi bien chez les filles que chez les garçons. Au-delà de 10-14 ans, on constate une diminution de la prise de licences. Ainsi, les 20-24 ans représentaient seulement 10,4% des licenciés de moins de 25 ans (8,2% des licenciées et 11,6% des licenciés).

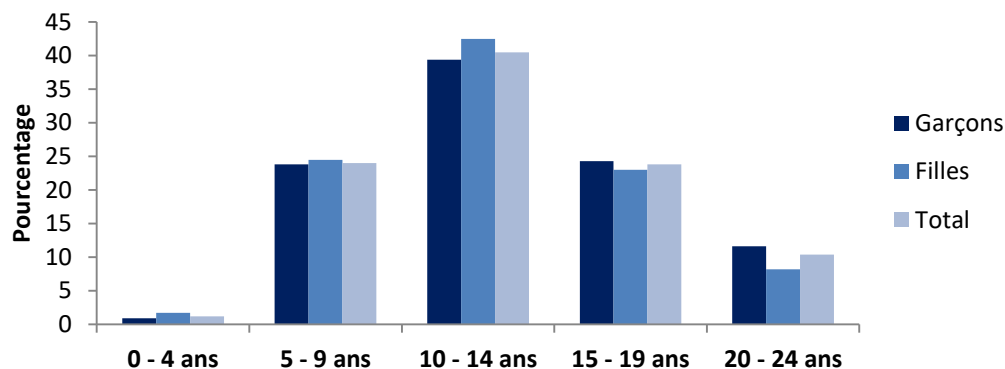


Figure 8. Répartition des licences sportives chez les 0-24 ans en 2003 selon DJEPVA-MEOS.

Afin d'identifier les activités sportives pratiquées préférentiellement, nous avons effectué une analyse sur les fédérations unisports olympiques et non olympiques, excluant les fédérations multisports, les fédérations scolaires, et les fédérations universitaires. Les résultats sont présentés par la figure 1. Parmi ces fédérations présentant un nombre important de licenciés, nous avons observé que les pratiques sont fortement conditionnées par le sexe des enfants. Ainsi 39,7% des fédérations sportives comptent plus de 75% de garçons parmi les enfants et adolescents affiliés, 5,7% plus de 75% de filles.

A titre d'extrêmes et au sein des fédérations comptant plus de 40 000 licenciés de 0 à 19 ans, on peut citer les fédérations de football, rugby et cyclisme avec plus de 90% de garçons, alors que des fédérations telles que l'équitation ou la gymnastique ont une proportion dominantes de filles, avec des pourcentages cependant moins marqués que les fédérations essentiellement masculines (86 et 78% respectivement pour ces 2 fédérations). Au sein des ces fédérations marquées par la forte prévalence d'un sexe par rapport à l'autre, les différences sont observées dès les tranches d'âges les plus basses.

Environnement économique et licences sportives chez les enfants et adolescents. Afin d'évaluer les relations entre l'environnement économique et la pratique sportive chez les enfants et adolescents, nous avons utilisé pour chaque commune le revenu médian par UC et le pourcentage de licences sportives en fonction de la population par tranche d'âge. Une synthèse des données a ensuite été obtenue en répartissant les communes en quintiles établis en fonction du revenu médian et en comparant les pourcentages de licences au sein de chaque quintile. L'analyse a été effectuée en excluant les licences scolaires et universitaires.

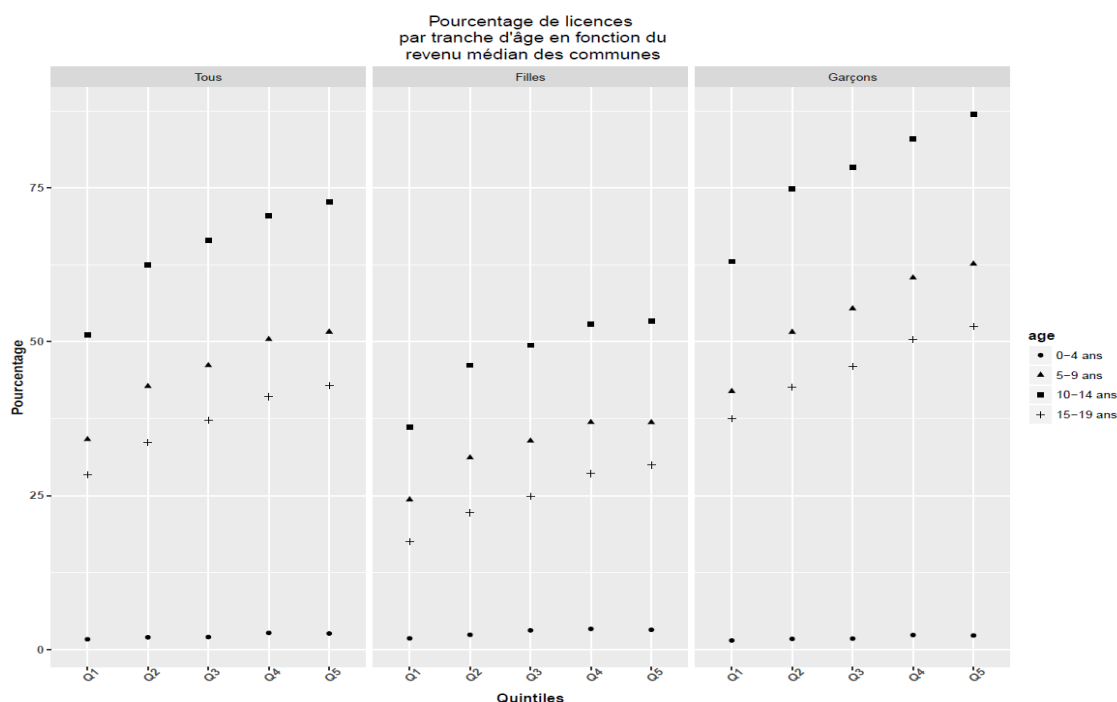


Figure 9: Les communes sont classées en quintiles (Q1 à Q5) en fonction du revenu médian communal. Q1 représente les 20% de communes avec le revenu médian le plus faible jusqu'au Q5 représentant les 20% de communes avec le revenu médian le plus élevé. Pour chaque commune, le nombre de licences fédérales délivrées a été exprimé en fonction de la tranche d'âge, puis pour filles et garçons séparément.


Les résultats indiquent une proportion de licences progressivement croissante avec le passage des communes avec le revenu médian le plus faible (Q1) jusqu'aux communes avec le revenu médian le plus élevé (Q5).

Lorsque l'analyse est conduite pour les filles et les garçons séparément, les écarts observés entre les différents quintiles de revenus médians demeurent importants, mais mettent également en évidence des interactions entre sexe et environnement économique. Ainsi, le pourcentage de licences est inférieur à 18% pour les filles de 15 à 19 ans des communes appartenant à Q1, alors que le pourcentage est plus de 2 fois plus élevé pour les garçons du même quintile, et qu'on atteint par ailleurs plus de 85% de licences pour les garçons de 10 à 14 ans domiciliés dans les communes appartenant à Q5.

Ces résultats mettent en évidence qu'on observe dès l'enfance, ce qui avait été observé dans la population adulte française, où plus de 80% des personnes appartenant au ¼ le plus aisé de la population avait une pratique sportive, alors qu'ils sont moins de 60% dans le ¼ le plus défavorisé (Muller, 2006).

Limites des analyses. Il existe plusieurs limites inhérentes à l'analyse effectuée et à l'interprétation pouvant en être faite. Elle concerne d'abord les données elles-mêmes. On peut citer l'absence de données de revenus et fiscales pour les petites communes en raison du secret statistique, l'attribution de la licence au lieu d'habitation plutôt qu'au lieu de pratique, des inexactitudes dans les codes communes utilisés par les fédérations (de 1 à 2%), et des données manquantes concernant les licences dans certaines communes.





Il est également possible que dans les quintiles où le pourcentage de licences est très élevé un nombre significatif d'enfants aient en fait plus d'une licence, ce qui peut conduire à surestimer le nombre d'entre eux ayant une activité sportive.

Enfin, l'analyse ne prend pas en compte l'effet que peut avoir le caractère urbain, périurbain ou

rural de l'environnement, et qui pourrait affecter les types de pratiques sportives accessibles aux jeunes. Des différences existent probablement sur ce dernier point puisque les communes appartenant à Q1 regroupent environ 28% des jeunes de 0 à 19 ans contre à peine plus de 15% pour les communes appartenant à Q3.

Besoins en recherche

Les données disponibles concernant les licences fédérales dans chaque fédération étant de très bonne qualité, il reste à déterminer la participation effective aux différentes pratiques sportives en termes de durée, intensité, et fréquence aux échelles de temps hebdomadaires et annuelles. Ce type d'analyse permettra de déterminer la contribution des activités sportives pratiquées dans le cadre des fédérations à

l'atteinte des recommandations d'activité physique chez les enfants et adolescents.

Il apparaît également important dans de futures enquêtes et analyses, de considérer les structures associatives (ou autres) permettant une pratiques d'activités physiques de loisirs non fédérale comme les centres de loisirs, maisons de quartiers, etc.

Recommandations

- ✔ Nécessité forte de réduire les différences de participation des jeunes aux activités sportives liées aux facteurs économiques.
- ✔ Nécessité forte d'augmenter la participation des filles aux activités sportives fédérales
- ✔ Nécessité de donner un égal accès aux filles et aux garçons à toutes les pratiques sportives

LES ESPACES DE JEU ET L'URBANISATION

Contexte

L'environnement physique et urbain dans lequel évolue les enfants et adolescents est une source d'influence potentielle importante de leur niveau d'activité physique. La participation des enfants à des activités physiques est positivement associée à l'accès à des infrastructures récréationnelles publiques et à des infrastructures de transport adaptées telles que la présence de trottoirs et de carrefours à feux (Davison & Lawson, 2006). A l'opposé, le nombre de routes à traverser, la vitesse et la densité du trafic ainsi que les conditions locales concernant la criminalité sont inversement associées avec le niveau d'activité physique des enfants (Davison & Lawson, 2006).

De plus les caractéristiques des parcs accessibles dans les zones urbaines sont également

susceptibles d'influencer l'activité physique des enfants et adolescents. L'accès à une variété d'installations qui permettent la pratique d'activités récréationnelles structurées et non structurées est important (McCormack, Rock, Toohey & Hignell, 2010). La présence de terrains de jeu adaptés à différentes catégories d'âges et d'arbres pouvant être grimpés favorise l'activité des enfants, alors qu'à l'opposé l'absence d'équipements dans les parcs, ou des équipements vétustes, inadaptés aux différents âges ou non stimulants sont autant de barrières à l'utilisation des parcs par les enfants et adolescents (McCormack, Rock, Toohey & Hignell, 2010).



Objectif(s)/ Repère(s)

- ✓ Le pourcentage des communautés/municipalités qui déclarent avoir des infrastructures (par exemple des trottoirs, des sentiers, des chemins, des pistes cyclables) visant précisément la promotion de l'activité physique.
- ✓ Le pourcentage des enfants ou des parents qui déclarent disposer d'installations, programmes, parcs et terrains de jeux à leur disposition dans leur communauté.
- ✓ Le pourcentage des enfants ou parents qui déclarent vivre dans un quartier sécuritaire où ils peuvent être physiquement actifs.
- ✓ Le pourcentage des enfants ou des parents qui déclarent disposer d'installations, parcs et terrains de jeux bien entretenus et qui sont sécuritaires.

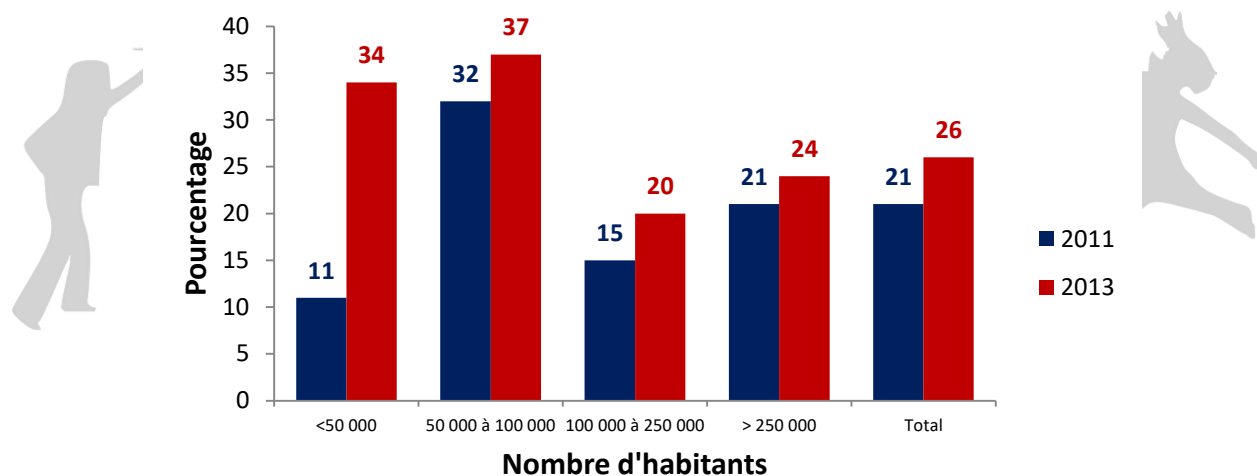


Figure 10: Part des voiries aménagées pour les cyclistes dans les villes en fonction du nombre d'habitants 2011 (Observatoire des Mobilités Actives, 2014).

Principales données disponibles

- ✓ A périmètres équivalents, les voiries aménagées pour les cyclistes représentaient 26% des voiries disponibles en 2013, soit une progression de 5 points depuis 2011 (Observatoire des Mobilités Actives, 2014).
- ✓ Les double-sens cyclables avaient augmenté de 413% entre 2007 et 2011 et ont continué de progresser de +34% entre 2011 et 2013 (Observatoire des Mobilités Actives, 2014).
- ✓ Presque toutes les collectivités de plus de 50 000 habitants disposent d'un budget dédié à la politique cyclable (5,8€ en moyenne par an et habitant en 2013) (Observatoire des Mobilités Actives, 2014).
- ✓ A ce jour, l'Observatoire National des Zones de Rencontre⁴ a recensé une ou plusieurs zones de rencontre dans 254 différentes communes.
- ✓ L'extension des zones à circulation apaisée (limitées à 30km/h) a été recensée par l'Observatoire National de l'Apaisement des Vitesses en ville dans une liste non exhaustive de 40 collectivités, qui déclarent un taux de voies en circulation apaisée s'étendant de 42% pour la ville de Paris à 100% pour les communes de l'agglomération de Grenoble, Gavres, La-Ville-du-Bois et Nogent-sur-Marne.
- ✓ Actuellement, 310 villes et collectivités sont des membres actifs du Réseau des Villes Actives PNNS couvrant plus de 13 millions d'habitants, soit 20% de la population française (Réseau des Villes Actives PNNS, 2016).
- ✓ Entre 2011 et 2013, 50 % des lycées organisaient une action en lien avec la sécurité routière chaque année scolaire (IFSTTAR, 2014).

⁴ Une zone de rencontre correspond à une section ou un ensemble de rues à priorité piétonne : les piétons peuvent s'y déplacer sur toute la largeur de la voirie en bénéficiant de la priorité sur l'ensemble des véhicules (à l'exception des tramways) dont la vitesse est limitée à 20 km/h et les chaussées y sont à double-sens pour les cyclistes.





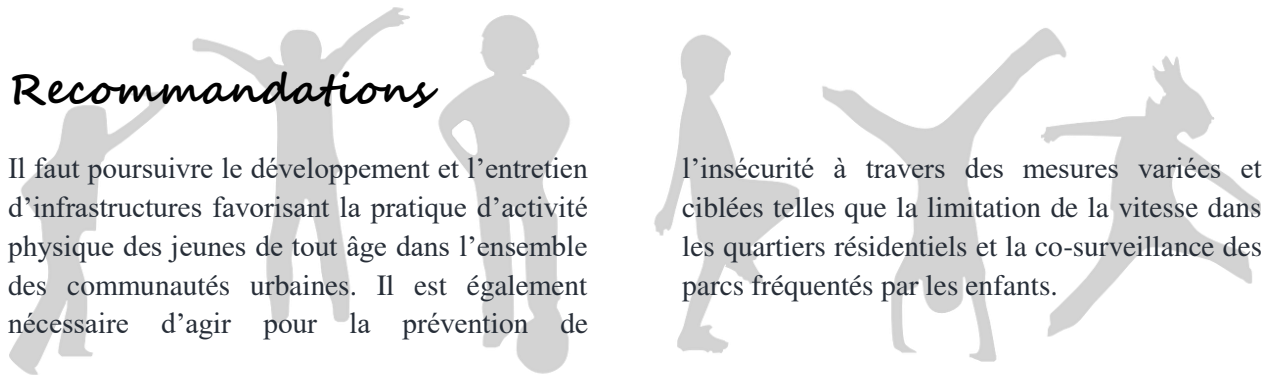
Besoins en Recherche

Il n'existe aucune donnée concernant l'influence de la sécurité perçue sur l'activité physique des enfants et adolescents français à notre connaissance. Il serait également intéressant de développer l'évaluation régulière et standardisée de la présence d'infrastructures (trottoirs, sentiers, chemins, pistes cyclables, parcs, terrains de jeux) à proximité de leur lieux de vie ainsi que leur qualité et attractivité perçues par les parents/enfants/adolescents au niveau local, régional et national qui permettrait la comparaison et de souligner les spécificités et les inégalités territoriales.

Recommandations

Il faut poursuivre le développement et l'entretien d'infrastructures favorisant la pratique d'activité physique des jeunes de tout âge dans l'ensemble des communautés urbaines. Il est également nécessaire d'agir pour la prévention de

l'insécurité à travers des mesures variées et ciblées telles que la limitation de la vitesse dans les quartiers résidentiels et la co-surveillance des parcs fréquentés par les enfants.



L'ENVIRONNEMENT FAMILIAL ET SOCIAL

Contexte

L'environnement familial est considéré comme un déterminant important de l'activité physique des jeunes (King, 1994). Il peut potentiellement affecter l'activité physique et le comportement sédentaire des enfants de nombreuses manières. Les parents peuvent être des modèles pour leurs enfants à travers leur mode de vie, une source d'encouragement, de valeur et d'appui pour l'activité physique. L'encouragement et l'appui

des parents peut augmenter l'activité physique de leurs enfants et une réduction du temps que les parents passent devant un écran peut également mener à une diminution du temps que leur enfant passe devant un écran (Xu, Wen & Rissel, 2015). Les amis sont également une source potentielle importante de support social et de valeurs pour l'activité physique des adolescents (Pender et al., 1994).

Objectif(s)/ Repère(s)

- ✓ Le pourcentage des parents à faciliter la participation à des activités physiques et à des sports pour leurs enfants (Exemple : en faisant du bénévolat, en entraînant une équipe, en reconduisant les enfants et en déboursant pour les frais d'inscription et l'équipement).
- ✓ Le pourcentage de parents qui respectent les recommandations en matière d'activité physique pour les adultes.
- ✓ Le pourcentage de parents physiquement actifs avec leurs enfants.
- ✓ Le pourcentage des enfants et des jeunes dont les amis et les pairs les encouragent et les soutiennent à être physiquement actifs.
- ✓ Le pourcentage des enfants et des jeunes qui encouragent et soutiennent leurs amis et leurs pairs à être physiquement actifs.





Principales données disponibles

- ✔ 46% des pères et 42% des mères d'enfants de 12 ans « s'engagent régulièrement dans des activités sportives » (Wagner et al., 2004).

Besoins en Recherche

Il n'y a pas ou très peu de données concernant l'activité physique des parents et leur investissement, soutien et encouragement envers l'activité physique de leurs enfants en France. Il

en est de même concernant l'influence des amis et de l'entourage. Il serait intéressant de développer des projets de recherche en ce sens au niveau populationnel français.



Recommandations

Il faut développer un axe dédié à l'encouragement à la pratique d'activités physiques en famille et entre amis dans les programmes de promotion de l'activité physique à destination des enfants et adolescents pour maximiser leur impact.

IMPLICATION GOUVERNEMENTALE ET INSTITUTIONNELLE

Contexte


A ce jour, il n'existe pas de politique nationale spécifique à la promotion de l'activité physique chez les jeunes. En effet, aucun engagement à l'égard d'un plan ou d'une stratégie nationale n'a été mis en place. Cependant, l'Etat a un rôle important à jouer dans la promotion de l'activité physique chez les jeunes. Les informations disponibles ne sont pas suffisantes pour évaluer l'implication du Gouvernement dans une politique de promotion de l'activité physique envers les jeunes. Les budgets spécifiques dédiés

à la mise en œuvre de stratégies et d'initiatives de promotion de l'activité physique pour tous les jeunes ne sont pas identifiables. Bien que la France n'ait pas de plan ou de stratégie nationale concernant l'activité physique spécifiquement ciblée envers les jeunes, de nombreuses actions sont menées par les collectivités locales et des acteurs associatifs locaux pour encourager l'activité physique chez les jeunes mais il est difficile d'évaluer leur impact.

L'implication des ministères et le niveau de développement de politiques spécifiques envers l'activité physique peuvent être classées en trois niveaux :

- ✔ 1. Ministères développant des politiques de promotion de l'activité physique bénéfique pour la Santé.
- ✔ 2. Ministères qui déclinent des politiques de promotion de l'activité physique bénéfique pour la santé dans leurs propres missions, pour la population dont ils ont la charge et / ou qui ont une politique activité physique propre, sans visée explicite de santé.
- ✔ 3. Ministères qui concourent au développement de la promotion de l'activité physique mais sans politique propre dans ce domaine (i.e. insertion, citoyenneté).





Objectif(s)/ Repère(s)

Stratégies, politiques et investissements du gouvernement français en vue d'augmenter le niveau d'activité physique et diminuer la sédentarité chez les jeunes (enfants et adolescents) :

- ✔ Initiatives gouvernementales mises en œuvre.
- ✔ Financements engagés pour une politique de promotion de l'activité physique chez les jeunes.

Principales données disponibles

L'Agence Française gouvernementale France-Santé Publique en charge de la promotion de la santé et de la prévention des risques de santé a proposé en 2016 un séminaire en ligne (Massive Open Online Course) dévoué à la promotion de l'activité physique et à la prévention des comportements sédentaires. D'après cette agence, plus de 1500 personnes ont suivi ce cours en ligne durant les 6 semaines de programme.



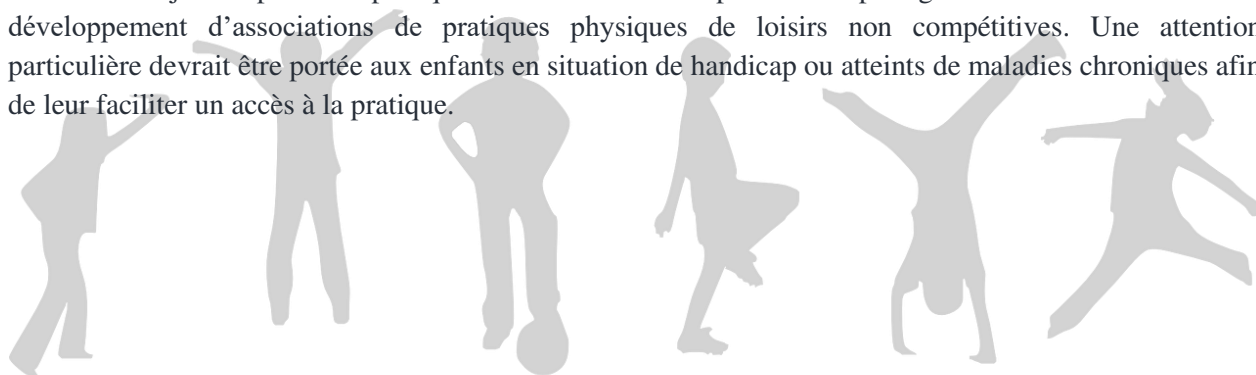
Besoins en Recherche

Il existe un besoin important de développer une politique spécifique de promotion de l'activité physique chez les jeunes et de mettre en place une évaluation de sa mise en œuvre, de son impact et de ses mécanismes d'impact. Cela doit s'accompagner de la mise en place d'un système de surveillance de l'activité physique et de la sédentarité au niveau national afin d'apprécier

l'évolution des comportements et des effets associés à la mise en place de ces politiques ou programmes. De plus, des études sont nécessaires pour mieux comprendre les conditions du développement de l'activité physique chez les jeunes sur le territoire et dans les différents contextes.

Recommandations

Il est nécessaire de développer une politique spécifique de promotion de l'activité physique chez les jeunes qui tienne compte des différents facteurs d'influence de leur niveau d'activité physique (environnement, soutien social, école...). Cela nécessite de mettre en place une stratégie interministérielle chargée de définir une politique permettant la collaboration et le partage des ressources disponibles. Il est important de développer et de sécuriser des espaces de jeu dans différents contextes (cours de récréation, parcs et jardins, quartiers...), de soutenir le développement d'infrastructures permettant une pratique de proximité et de favoriser les déplacements actifs à tout âge. Il est préconisé d'inciter les clubs sportifs à accueillir les jeunes pour des pratiques de loisirs non compétitives et plus généralement de favoriser le développement d'associations de pratiques physiques de loisirs non compétitives. Une attention particulière devrait être portée aux enfants en situation de handicap ou atteints de maladies chroniques afin de leur faciliter un accès à la pratique.



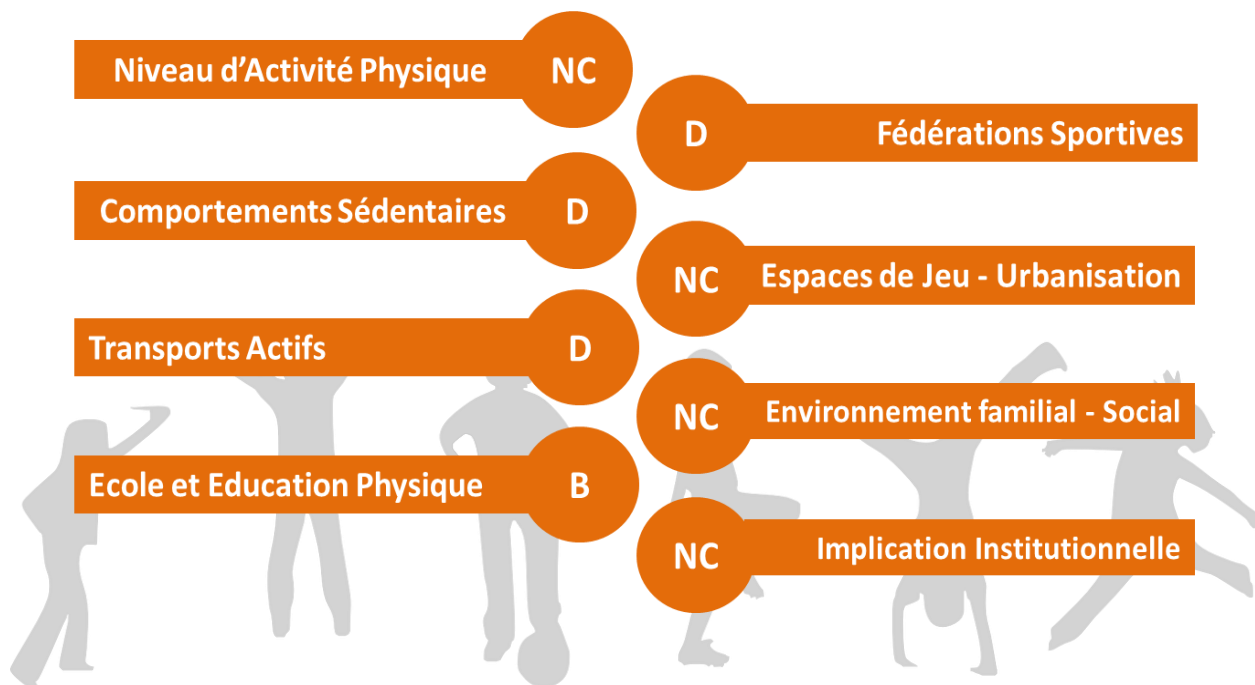
Implication Institutionnelle

NC





RESUME DES INDICATEURS



Conclusions et recommandations

Cette première édition du Report Card français donne un premier regard sur la place de l'activité physique et des comportements sédentaires dans le quotidien de nos enfants et adolescents.

Avant d'élaborer quelques conclusions quant aux évaluations réalisées par notre groupe d'experts, ce rapport montre clairement la richesse et la qualité des enquêtes et analyses nationales réalisées par les divers acteurs et les différentes institutions impliquées. Une réelle coordination

de ces diverses sources s'avèrerait utile à l'avenir, de manière à éviter les contradictions (de résultats mais aussi méthodologiques) et parfois même à éviter la mise en place d'enquêtes d'ampleurs similaires par plusieurs organisations en parallèle, essayant ainsi d'agréger les compétences et les moyens pour améliorer la qualité et l'efficacité de ces démarches. En ce sens, et au regard des appréciations et évaluations apportées par ce

rapport, il semble nécessaire aujourd'hui d'inciter ces organismes (qu'ils soient privés ou publics) à orienter leurs enquêtes sur certains domaines clés de la promotion de l'activité physique et de la lutte contre la sédentarité, considérant ainsi les dimensions d'urbanisation, l'environnement et l'implication sociale et familiale ou encore l'implication gouvernementale et institutionnelle. Tout ceci s'inscrit parfaitement dans les missions de l'Observatoire National de l'Activité Physique et de la Sédentarité (ONAPS).

Force est de constater qu'à la lumière des indicateurs sélectionnés pour la réalisation des Report Cards, il semble aujourd'hui nécessaire d'insister sur les recommandations en activité physique chez les plus jeunes et d'encourager la mise en place d'actions à l'échelle nationale. Bien qu'il semble difficile aujourd'hui de conclure quant au niveau d'activité physique des

enfants et adolescents français (note NC), ce rapport souligne un manque d'évaluation objective du niveau d'AP en France, mettant en avant un besoin de plus de travaux scientifiques dans ce domaine, et non nécessairement un faible niveau général d'activité. Si l'on se réfère aux résultats des Report Cards de nos homologues d'outre-atlantique (Canadiens ou des Etats-Unis), ou Européens (Espagne et Angleterre en exemple), la France ne semble pas montrer de retard spécifique sur cet indicateur, la moyenne des autres pays se situant autour de D. De la même manière, il semble que la France se situe au même niveau que ces pays pour les autres indicateurs considérés. Notre Report Card souligne tout particulièrement la place que tient l'activité physique au sein des programmes scolaires, plaçant nos programmes d'Education Physique et Sportive (EPS) parmi les bons élèves Européens.



Principales Recommandations

- ✓ 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 l'entretien d'infrastructures dans l'ensemble des communautés urbaines
- ✓ Continuer de mettre en avant la nécessité de la pratique physique 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





Références

- Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (ANSES). Actualisation des repères du PNNS : révisions des repères relatifs à l'activité physique et à la sédentarité. Maisons-Alfort : ANSES; 2016. 584 p.
- Agence Nationale de Sécurité Sanitaire de l'Alimentation, de l'Environnement et du Travail. Étude Individuelle Nationale des Consommations Alimentaires 2 (INCA 2), 2006-2007.
- Andersen LB, Harro M, Sardinha LB, Froberg K, Ekelund U, Brage S, Anderssen SA. (2006) Physical activity and clustered cardiovascular risk in children: a cross-sectional study (The European Youth Heart Study). *Lancet*. 22;368(9532):299-304
- Bellamy V, Beaumel C. Bilan démographique 2014. INSEE Première, N°1532, Janvier 2015.
- Bürki F, Meyer U, Granacher U, Schindler C, Marques-Vidal P, Kriemler S, Puder JJ. (2011) Relationship of physical activity with motor skills, aerobic fitness and body fat in preschool children: a cross-sectional and longitudinal study (Ballabeina). *Int J Obes (Lond)*. 35(7):937-44
- Carson V, Hunter S, Kuzik N, Gray CE, Poitras VJ, Chaput JP, Saunders TJ, Katzmarzyk PT, Okely AD, Connor Gorber S, Kho ME, Sampson M, Lee H, Tremblay MS. (2016). Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth: an update 1. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*. 41(6), S240-S265.
- Commission européenne, 2007a. Livre blanc sur le sport. COM(2007) 391 final. [pdf] Disponible à l'adresse: <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2007:0391:FIN:FR:PDF> [consulté le 12 mars 2013].
- Commission européenne/EACEA/Eurydice. (2013). L'éducation physique et le sport à l'école en Europe. Rapport Eurydice. Luxembourg: Office des publications de l'Union européenne.
- Davison KK, & Lawson CT. (2006). Do attributes in the physical environment influence children's physical activity? A review of the literature. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 3(1), 1.
- Donnelly JE, Hillman CH, Castelli D, Etnier JL, Lee S, Tomporowski P, Lambourne K, Szabo-Reed AN. (2016) Physical Activity, Fitness, Cognitive Function, and Academic Achievement in Children: A Systematic Review. *Med Sci Sports Exerc*. 48(6):1197-222
- Donnelly JE, Lambourne K. (2011) Classroom-based physical activity, cognition, and academic achievement. *Prev Med*. 52 Suppl 1:S36-42
- Drees-DGESCO, Enquête nationale de santé auprès des élèves de CM2 (année scolaire 2007-2008).
- Drees-DGESCO, Enquête nationale de santé auprès des élèves de grande section de maternelle (année scolaire 2012-2013).
- Enquête ENNS 2006-2007
- Etude Inca 2 2006-2007
- Groupe de travail de l'UE «Sport et Santé», 2008. Lignes d'action recommandées par l'UE en matière d'activité physique [pdf] Disponible à l'adresse: http://ec.europa.eu/sport/library/documents/c1/euphysical-activity-guidelines-2008_fr.pdf [consulté le 12 mars 2013].
- Gutin B, Owens S. (2011) The influence of physical activity on cardiometabolic biomarkers in youths: a review. *Pediatr Exerc Sci*. 23(2):169-85.
- <http://www.education.gouv.fr/cid57110/journee-nationale-du-sport-scolaire.html>
- Institut de Veille Sanitaire. Etude Nationale Nutrition Santé, 2006
- King, AC. (1994). Clinical and community interventions to promote and support physical activity participation. In R. K. Dishman (Ed.), *Advances in exercise adherence* (pp. 183-212). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Lafay L, Bénétiér C, & Berin M. (2009). Étude individuelle nationale des consommations alimentaires: 2006-2007 (INCA 2).

- Larouche R, & Trudeau F. (2010). Étude des impacts du transport actif sur la pratique d'activités physiques et la santé et de ses principaux déterminants. *Science & Sports*. 25(5), 227-237.
- Larouche R, Saunders TJ, Faulkner GEJ, Colley R, & Tremblay M. (2014). Associations between active school transport and physical activity, body composition, and cardiovascular fitness: a systematic review of 68 studies. *Journal of Physical Activity & Health*. 11(1).
- Marques A, Santos R, Ekelund U, Sardinha LB. (2015) Association between physical activity, sedentary time, and healthy fitness in youth. *Med Sci Sports Exerc*. 47(3):575-80.
- McCormack GR, Rock M, Toohey AM, & Hignell D. (2010). Characteristics of urban parks associated with park use and physical activity: A review of qualitative research. *Health & Place*. 16(4), 712-726.
- Ministère de la Ville, de la Jeunesse et des Sports. Les chiffres clés du Sport. Septembre 2015.
- Muller L. La pratique sportive en France, reflet du milieu social. Données sociales, la société française. p. 657-663. Edition 2006
- Norris E, Shelton N, Dunsmuir S, Duke-Williams O & Stamatakis E. (2015). Physically active lessons as physical activity and educational interventions : a systematic review of methods and results. *Prev Med*. 72:116-25.
- Observatoire des Mobilités Actives. (2014). Les politiques en faveur des piétons et des cyclistes les villes françaises. Résultats synthétiques de l'enquête nationale 2012/2013.
- Pender NJ, Sallis JF, Long BJ, & Calfas KJ. (1994). Health-care provider counseling to promote physical activity. In R. K. Dishman (Ed.), *Advances in exercise adherence* (pp. 213–235). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Raitakari OT, Porkka KV, Taimela S, Telama R, Räsänen L, Viikari JS. (1994) Effects of persistent physical activity and inactivity on coronary risk factors in children and young adults. The Cardiovascular Risk in Young Finns Study. *Am J Epidemiol*. 140(3):195-205.
- Recensement des licences et clubs auprès des fédérations sportives agréées par le ministère chargé des sports. Plateforme ouverte des données publiques françaises, data.gouv.fr. 2015
- Réseau de Recherche sur le Comportement Sédentaire. (2012). Lettre à l'éditeur: utilisation standardisée des termes «sédentarité» et «comportements sédentaires». *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*. 041.
- Réseau des Villes Actives PNNS. (2016). Accédé à <http://reseauvillesactivespnns.fr/> le 09/09/16.
- Revenus et pauvreté des ménages 2012. INSEE. Juin 2015
- Rostan F, Simon C & Ulmer Z. (2011). Promouvoir l'activité physique des jeunes. Élaborer et développer un projet de type ICAPS. INPES édition.
- Ruiz JR, Rizzo NS, Hurtig-Wennlöf A, Ortega FB, Wärnberg J, Sjöström M. (2006) Relations of total physical activity and intensity to fitness and fatness in children: the European Youth Heart Study. *Am J Clin Nutr*. 84(2):299-303.
- Saint-Maurice PF, Kim Y, Welk GJ, & Gaesser GA. (2016). Kids are not little adults: what MET threshold captures sedentary behavior in children? *European journal of applied physiology*. 116(1), 29-38.
- Salanave B, Vernay M, Szego E, Malon A, Deschamps V, Hercberg S, & Castetbon K. (2012). Physical activity patterns in the French 18–74-year-old population: French nutrition and health survey (Etude Nationale Nutrition Sante, ENNS) 2006–2007. *Public health nutrition*. 15(11), 2054-2059.
- Sécurité Routière (n.d.). Statistiques Générales. Accédé à <http://www.securite-routiere.org/Connaitre/statisti.htm> le 09/09/16.
- Shephard RJ. (2008). Is active commuting the answer to population health?. *Sports Medicine*. 38(9), 751-758.
- Stea TH, & Torstveit MK. (2014). Association of lifestyle habits and academic achievement in Norwegian adolescents: a cross-sectional study. *BMC Public Health*. 14(1), 1.
- Telama R, Yang X, Viikari J, Välimäki I, Wanne O, Raitakari O. (2005) Physical activity from childhood to adulthood: a 21-year tracking study. *Am J Prev Med*. 28(3):267-73.





Tremblay MS, Carson V, Chaput JP, Connor Gorber S, Dinh T, Duggan M, Faulkner G, Gray CE, Gruber R, Janson K, Janssen I, Katzmarzyk PT, Kho ME, Latimer-Cheung AE, LeBlanc C, Okely AD, Olds T, Pate RR, Phillips A, Poitras VJ, Rodenburg S, Sampson M, Saunders TJ, Stone JA, Stratton G, Weiss SK, Zehr L. (2016) Canadian 24-Hour Movement Guidelines for Children and Youth: An Integration of Physical Activity, Sedentary Behaviour, and Sleep. *Appl Physiol Nutr Metab.* 41(6 Suppl 3):S311-27

Wagner A, Klein-Platat C, Arveiler D, Haan MC, Schlienger JL, & Simon C. (2004). Parent-child physical activity relationships in 12-year old French students do not depend on family socioeconomic status. *Diabetes & Metabolism.* 30(4), 359-366.

Willis EA, Ptomey LT, Szabo-Reed AN, Honas JJ, Lee J, Washburn RA, Donnelly JE. (2015) Length of moderate-to-vigorous physical activity bouts and cardio-metabolic risk factors in elementary school children. *Prev Med.* 73:76-80.

Xu H, Wen LM, & Rissel C. (2015). Associations of parental influences with physical activity and screen time among young children: a systematic review. *Journal of Obesity.* 2015:546925





Contact : THIVEL David

📍 Laboratoire AME2P, Université Clermont Auvergne, 5 Impasse Amélie Murat,
Campus des Cezeaux, 63170 Aubiere Cedex

☎ 04.73.40.76.79

✉ david.thivel@uca.fr