

Au Québec, la « littératie physique » permet déjà à la population d'être active physiquement.

Maude Gingras, conseillère en activité physique, Ministère de l'Éducation de l'Enseignement supérieur

Le terme « littératie physique », ça vous dit quelque chose? En effet, ce terme, qui semble bien complexe, est de plus en plus utilisé. Mais qu'est-ce qu'il signifie au juste et quel effet la littératie physique doit-elle avoir sur votre travail en loisir? Cet article vous permettra de mieux comprendre ce terme et surtout ce qu'il implique au Québec. Vous découvrirez que vous en savez déjà probablement plus que vous ne le pensez sur le sujet et que votre travail contribue déjà grandement à l'acquisition des composantes de la « littératie physique » par la population.

LA « LITTERATIE PHYSIQUE », ÇA SE TRADUIT AU QUÉBEC

D'entrée de jeu, il importe de savoir que le terme « littératie physique », calqué sur l'anglais, ne s'intègre pas au système linguistique du français. En effet, le mot *littératie* n'a pas, en français, le sens de « qualité de posséder de bonnes connaissances dans un domaine ou dans un champ particulier ». Ce terme n'est donc pas acceptable en vertu

des critères de traitement de l'emprunt linguistique en vigueur à l'Office québécois de la langue française¹.

Toutefois, après un long débat sur le terme à choisir pour traduire le concept de « physical literacy », le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MEES) accepte l'emploi en français du terme « littératie physique » avec l'utilisation des guillemets.

DÉFINITION

Selon l'*International Physical Literacy Association*, la « littératie physique » se définit par la motivation, la confiance, la compétence physique, le savoir et la compréhension d'une personne et qui lui permettent de valoriser et de prendre en charge son engagement envers l'activité physique pour toute sa vie.

Elle comprend quatre composantes :

1) motivation et confiance (affective) : la motivation et la confiance font référence à l'enthousiasme, à l'émotion positive et à la confiance en soi suscitées par l'idée d'intégrer l'activité physique à son mode de vie;

2) compétence physique (physique) : la compétence physique fait référence à la capacité d'une personne à développer des habiletés motrices, et à expérimenter différentes intensités et durées de mouvements. Le fait d'optimiser ses compétences physiques permet de participer à un large éventail de situations et d'activités physiques;

3) savoir et compréhension (cognitive) : le savoir et la compréhension sous-entendent la capacité d'identifier et d'exprimer les qualités essentielles qui influencent le mouvement, la compréhension des bénéfices santé du mode de vie actif et la prise de conscience des éléments qui permettent la pratique sécuritaire de l'activité

physique, et ce, dans un éventail de situations et d'environnements physiques;

4) engagement dans l'activité physique pour la vie (comportementale) : l'engagement d'une personne dans des activités physiques pour la vie s'exprime par sa responsabilisation à l'égard du savoir-faire physique lorsqu'elle choisit librement d'être active de façon régulière. Cela implique qu'elle priorise et maintient cet engagement en intégrant à son mode de vie la pratique d'une variété d'activités significatives et de défis personnels.

LA « LITTÉRATIE PHYSIQUE », CHEZ NOUS DEPUIS LONGTEMPS

La « littératie physique » peut sembler complètement nouvelle, mais les composantes sous-jacentes sont déjà prioritaires au Québec depuis un bon moment. Voyons comment cela se concrétise dans les différents milieux.

SERVICE DE GARDE

Dans les services de garde éducatif à l'enfance et les

services de garde scolaire, le développement global est au cœur des interventions. Par exemple, il est un des principes de base du programme éducatif des services de garde au Québec *Accueillir la petite enfance*.

L'expression « développement global » fait référence à la façon toute particulière dont l'enfant se développe et réalise des apprentissages dans tous les domaines : physique et moteur, affectif, social, cognitif et langagier. Ces domaines évoluent simultanément et s'influencent mutuellement. La motricité est toutefois un pilier important, puisque c'est en se déplaçant et en manipulant que le jeune enfant explore son environnement physique et social, ce qui lui permet de faire des acquisitions dans les autres dimensionsⁱⁱ.

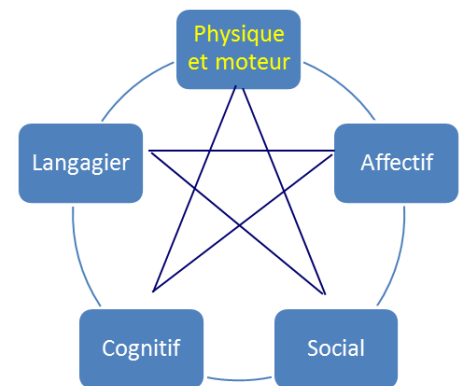


Figure 1. Les domaines du développement global

ÉCOLE

Au Québec, tous les enfants ont accès au cours d'éducation physique et à la santé (EPS). En effet, l'EPS est une matière que toutes les écoles doivent enseigner au primaire et au secondaire. De plus, son enseignement est confié à des enseignants spécialistes.

Au primaire, le temps indicatif alloué à l'EPS dans le Régime pédagogique est de 120 minutes par semaine. Au secondaire, il est de 50 heures par année. Le contenu du programme ministériel a été élaboré en fonction de la recherche internationale en matière de « littératie physique ». Pour chacune des trois compétences (voir figure 2), les élèves ont à acquérir des

savoirs, du savoir-être et du savoir-faire.

Au préscolaire, les cours d'éducation physique et à la santé ne sont pas obligatoires. Toutefois, le développement de l'enfant sur le plan sensoriel et moteur est la responsabilité des titulaires de classe.

MILIEUX MUNICIPAL, ASSOCIATIF ET COMMUNAUTAIRE

Dans les milieux municipal, associatif et communautaire, les interventions, politiques, mesures ou actions visant à permettre à la population d'être active physiquement ont une influence sur les composantes de la « littératie physique ». Comme celles-ci se développent au moyen de diverses expériences et dans

différents environnements et contextes, les milieux municipal, associatif et communautaire ont un rôle crucial à jouer. En plus de contribuer grandement à la mise en place d'environnements favorables à un mode de vie physiquement actif, c'est également grâce à ces milieux que jeunes et moins jeunes ont accès à une vaste gamme d'activités physiques de qualité. En effet, la qualité de l'expérience est primordiale pour que l'ensemble de la population soit motivée à s'engager et à maintenir un mode de vie physiquement actif.

En plus de l'offre de service en matière de sports et de loisirs des municipalités et des organismes associatifs et communautaires, le Secteur du loisir et du sport du MEES soutient les milieux grâce à différents programmes, dont :

- le Programme de soutien aux fédérations sportives québécoises;
- le Programme de soutien aux organismes nationaux de loisir;
- les Programmes Sport-études;
- le Programme d'assistance financière aux unités régionales de service en matière de

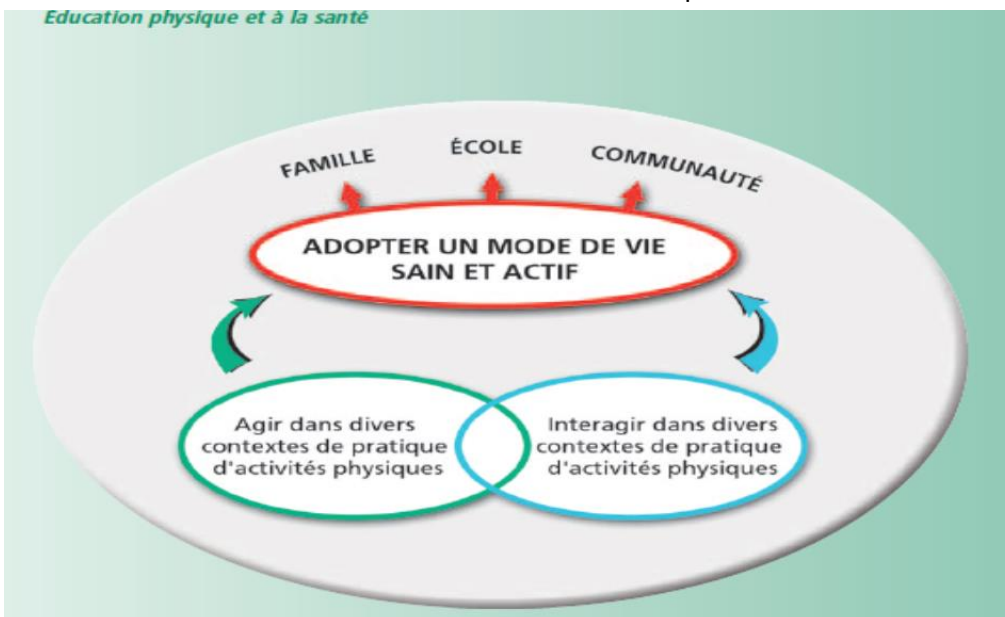


Figure 2. Le programme d'éducation physique et à la santé comporte trois compétences interreliées

loisir, de sport, de plein air et d'activité physique;

- le Programme d'assistance financière aux centres communautaires de loisir;
- le Programme d'assistance financière à l'accessibilité aux camps de vacances.

CONCERTATION

En 2016, la Table sur le mode de vie physiquement actif (TMVPA), dont le mandatⁱⁱⁱ est de concerter les acteurs gouvernementaux et non gouvernementaux pour assurer la cohésion entre les organisations qui contribuent à la promotion, à l'adoption et au maintien d'un mode de vie physiquement actif par la population québécoise, s'est dotée d'une vision^{iv} basée sur les fondements que sont :

- l'universalité;
- la quotidienneté;
- la « littératie physique »;
- le plaisir et la satisfaction.

Selon cette vision, « toute la population, y compris les acteurs des différents milieux, devrait reconnaître et faire valoir ces éléments qui composent la littératie physique^v comme étant essentiels, d'une part, au

développement global de l'enfant et de la personne et, d'autre part, à l'adoption et au maintien d'un mode de vie physiquement actif à long terme. » La TMVPA reconnaît l'importance de la « littératie physique », mais surtout de ces quatre composantes. D'une façon directe ou indirecte, les composantes de la « littératie physique » sont présentes et traitées dans les différents outils et actions de la Table.

Grâce à son comité sur le développement moteur des enfants, la Table souhaite mobiliser les organisations gouvernementales et non gouvernementales qui contribuent à la « littératie physique » des enfants en vue d'assurer une concertation et une cohérence des actions. Il importe de poursuivre le travail de concertation, de cohérence, de complémentarité et de continuité dans les messages et actions entre les différentes organisations et milieux de vie dans le but de sensibiliser et outiller les acteurs pour qu'ils puissent mettre en place les conditions et environnements favorables à l'adoption et au maintien d'un mode de vie physiquement actif.

LES MÊMES CONCEPTS, UN LANGAGE DIFFÉRENT

Puisqu'adapté à chacun des milieux, le langage est différent, mais l'objectif demeure le même :

permettre aux enfants, et ultimement à l'ensemble de la population, d'être régulièrement actifs physiquement pour qu'ils puissent en retirer l'entièreté des bénéfices durant toute leur vie.

Alors, la question se pose : est-ce que nous souhaitons consacrer nos énergies à la promotion et à l'appropriation d'un nouveau terme complexe ou plutôt continuer à unir nos efforts dans le but d'outiller l'ensemble des intervenantes et intervenants des différents milieux pour que la population soit plus active physiquement?

Dans le cadre des travaux menés par le Ministère, nous invitons tous nos partenaires à faire la promotion et à utiliser les outils et les programmes qui sont **notre fierté collective** et qui **positionnent le Québec comme un leader** au

Canada en matière de promotion et de développement du sport et de l'activité physique, et ce, pour **que les 8 millions de Québécois soient actifs.**

Après tout, *Au Québec, on bouge*^{vi}



Liste des références

ⁱ http://www.granddictionnaire.com/ficheOqlf.aspx?Id_Fiche=26533142

ⁱⁱ BOUCHARD, C. *Le développement global de l'enfant de 0 à 5 ans en contextes éducatifs*, Québec, Presses de l'Université du Québec, 2008

ⁱⁱⁱ <https://tmvpa.com/mandat>

^{iv} https://hydria-a.cogescient.ca/tmvpa/f2c2f487-d250-4eee-bb26-41ea88c7730f/ModeViePhysiquementActif_VF.pdf?h=824c93696ac0e9b370b3f1b401ac661c

^v MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION ET DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR, *Pour une vision québécoise d'un mode de vie physiquement actif*, Québec, Gouvernement du Québec, 2016, p. 5

^{vi} <http://www.education.gouv.qc.ca/municipalites/politique-de-lactivite-physique-du-sport-et-du-loisir/au-quebec-on-bouge/>