

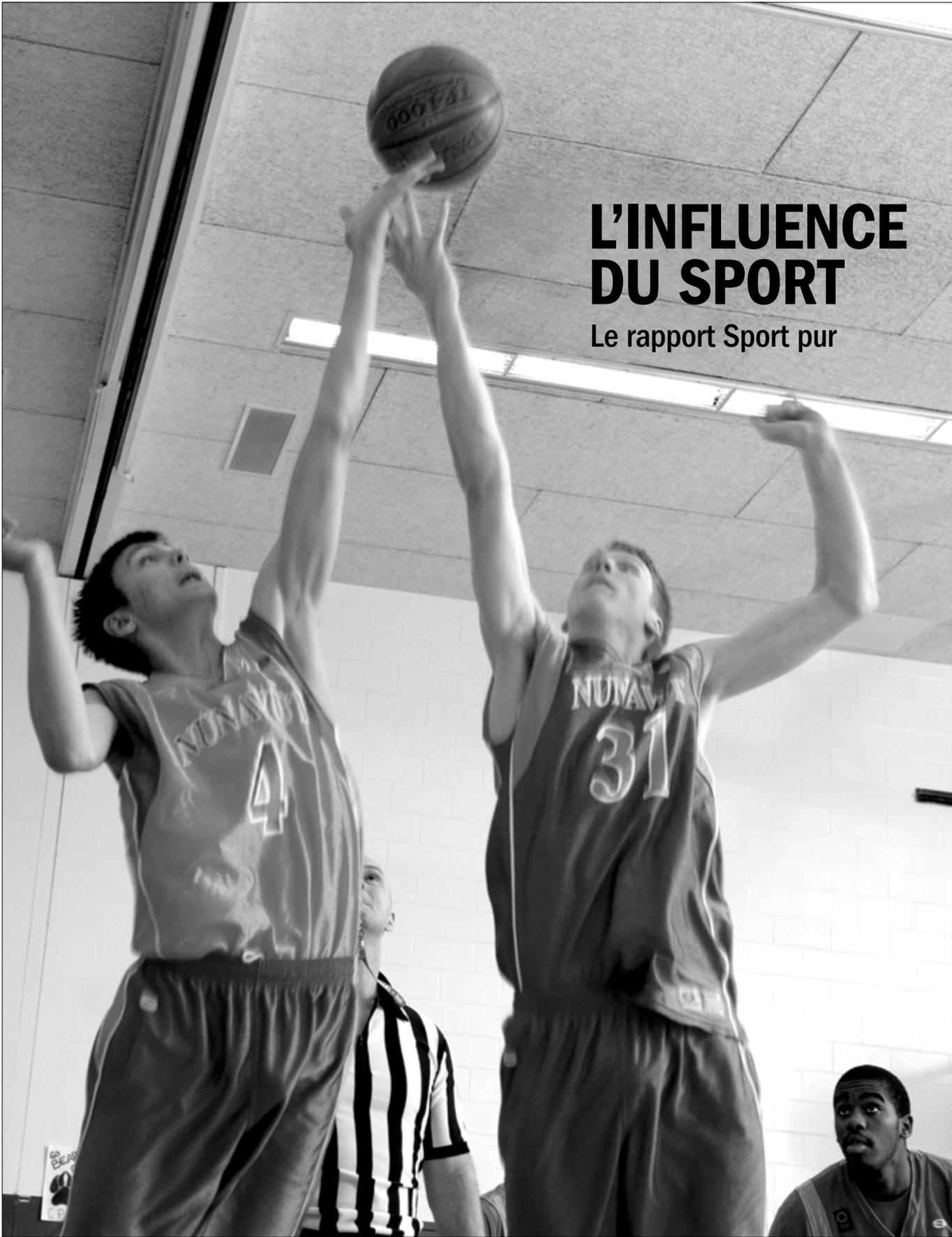


TRUE SPORT | SPORT PUR

L'INFLUENCE DU SPORT

LE
RAPPORT
SPORT PUR





L'INFLUENCE DU SPORT

Le rapport Sport pur

© Centre canadien pour l'éthique dans le sport, septembre 2008

Auteure : Elizabeth Mulholland

Elizabeth Mulholland est une consultante indépendante en politiques publiques. Elle œuvre dans le domaine des politiques publiques depuis plus de 25 ans à divers titres; elle a notamment occupé successivement les postes de conseillère principale sur le développement social au bureau du premier ministre, directrice des relations gouvernementales pour Centraide Ontario et vice-présidente aux politiques publiques chez Williams Research International.

Publié par : Sport pur

Sport pur est un mouvement national canadien pour le sport et les communautés. Sa mission principale est de servir de catalyseur pour aider le sport à atteindre son plein potentiel à titre d'actif public pour le Canada et la société canadienne et ce, en apportant une contribution importante au développement de la jeunesse, au bien-être des personnes et à la qualité de la vie dans nos communautés.

Pour obtenir des exemplaires supplémentaires du rapport, veuillez vous adresser à : **info@sportpur.ca**

Pour plus de renseignements ou pour joindre le Mouvement Sport pur, veuillez vous adresser à :

Sport pur
350-955, rue Green Valley Ottawa, ON
CANADA K2C 3V4
(613) 521-9533
sportpur.ca

Remerciements

Sport pur aimerait remercier de leur généreuse contribution les personnes suivantes, qui ont aidé à initier ce rapport, indiqué des sources de données et fourni des points de vue de grande valeur au cours de son élaboration initiale : Ian Bird, Paddy Bowen, David Brook, Joanne Kay, Victor Lachance, Judy Sutcliffe et Eric Young. Nos remerciements s'adressent également aux membres du personnel du Sport Information Resource Centre (SIRC) d'Ottawa pour leurs travaux d'assistance de recherche, ainsi qu'à l'organisme Right To Play International, qui nous a donné accès à d'importantes revues bibliographiques commandées au nom du Groupe de travail international sur le sport au service du développement et de la paix.

Sport pur aimerait aussi remercier Elizabeth Mulholland, qui a effectué la recherche et rédigé cet important rapport. Ce rapport a été rendu possible en partie grâce à l'assistance financière fournie au Centre canadien pour l'éthique dans le sport par le Gouvernement du Canada, par le truchement du ministère du Patrimoine canadien (Sport Canada). Les idées, les prises de position et les recommandations contenues dans ce rapport ne sont cependant pas nécessairement celles du Gouvernement du Canada.

AVANT-PROPOS

Ce rapport repose sur une idée simple, la même qui réside au cœur du Mouvement Sport pur – un sport sain peut faire toute une différence.

Le sport fait parti intégrante du tissu social de chaque communauté canadienne. Un adulte sur quatre et un enfant sur deux pratiquent activement un sport, tandis que 5,3 millions de Canadiens et Canadiennes œuvrent bénévolement à titre d'entraîneurs, d'officiels ou d'organiseurs. Il y a plusieurs façons qui démontrent que le sport a une portée énorme dans la communauté canadienne. Nous n'avons qu'à observer le nombre de Canadiens et Canadiennes qui pratiquent un sport, de même que la profondeur de l'engagement des bénévoles et des donateurs qui font en sorte que le sport soit possible. Nous devons ajouter à ces deux observations la volonté fondamentale qui anime la majorité de ceux et celles qui utilisent le sport par désir d'aider les autres et leur communauté.

En même temps, le large éventail de bénéfices que le sport dans la communauté peut offrir, et offre souvent, est sans égal. Le sport peut améliorer notre santé; contribuer à mettre nos enfants et nos jeunes sur une voie positive pour la vie et les équiper pour faire face aux défis de l'avenir; renforcer nos communautés en rassemblant les gens et en développant la confiance et l'inclusion; favoriser le développement économique en développant les compétences, en attirant le tourisme et en rendant les collectivités plus attrayantes aux travailleurs et aux entreprises qui veulent les employer; et fournir une plateforme et un leadership pour la promotion du développement durable.

Comme ce rapport l'illustre clairement, pour que ces bénéfices se concrétisent, le sport que nous pratiquons doit être un sport sain.

La vaste majorité des Canadiens et Canadiennes (neuf sur dix) reconnaît que le sport dans la communauté peut constituer une énorme force positive – et ils veulent qu'il en soit ainsi. Mais ils sont aussi très préoccupés par le fait que le sport soit loin d'être à la hauteur de son potentiel. Ils s'inquiètent du fait qu'il y a trop d'agressions, trop de

tricherie et de comportement injuste. Ils se font du souci devant les attitudes de « gagner-à-tout-prix » et devant le fait que trop de jeunes abandonnent le sport pour les mauvaises raisons. Ils sont préoccupés devant le comportement négatif d'une fraction de parents qui rendent la vie difficile à tout le monde et ils s'inquiètent de l'influence du sport commercial sur les valeurs du sport dans la communauté.

Les Canadiens et Canadiennes connaissent l'impact positif du sport dans la communauté et ils veulent cet effet. Ils s'inquiètent toutefois que le sport dans la communauté fasse fausse route. Le sport dans la communauté n'est pas mal en point, mais si nous voulons que le sport soit à la hauteur de son plein potentiel, nous devons intentionnellement nous assurer qu'il soit le reflet de nos meilleures valeurs et que chacun ait une chance de participer. Nous avons besoin de travailler ensemble, dans tous les secteurs de la société, pour faire en sorte que cela se produise.

Sport pur fournit la possibilité de concrétiser cette intention – de transformer en action notre désir pour un sport sain.

Nous savons qu'il existe un profond désir latent chez les Canadiens et Canadiennes de voir le sport dans la communauté atteindre son plein potentiel. Notre expérience au sein de Sport pur est que des gens de toutes provenances – des parents, des entraîneurs, des athlètes et des leaders dans la société – sont prêts à se rallier autour de l'idée du sport que nous voulons. Plus de 1 400 communautés, ligues sportives, équipes, clubs, écoles et autres organismes de partout au pays ont joint les rangs du Mouvement Sport pur. Elles sont le reflet des valeurs d'excellence, d'équité, de plaisir et d'inclusion de Sport pur, qu'elles contribuent à renforcer, tout en faisant du sport que nous avons le sport que nous voulons.

Il ne s'agit pas de sacrifier l'excellence au profit de l'esprit sportif. Les athlètes canadiens de haute performance et de nombreux athlètes professionnels sont des exemples que l'excellence et l'esprit sportif sont des valeurs qui se renforcent mutuellement, et, qu'ensemble, elles sont la marque de grands athlètes et du sport dans toute sa grandeur. La

route vers l'excellence, et le cheminement vers chaque podium, commencent au sein de la communauté, que ce soit au terrain de jeu, à la piscine, à l'aréna ou sur la piste. Il devrait en être de même pour l'esprit sportif.

Ce rapport fournit un vaste éventail de preuves irréfutables qu'un sport sain est bon pour la population et bon pour les communautés – bref, qu'il peut faire toute une différence. Le sport dans la communauté est, en fait, un de nos biens collectifs ayant le plus de valeur.

Nous vous invitons à réfléchir sur ce que vous, votre équipe, votre organisme, votre entreprise ou votre collectivité peut faire pour aider le sport à être à la hauteur de ce potentiel et nous vous encourageons à visiter Sport pur pour obtenir de l'aide afin de transformer vos idées en actions concrètes.



Dre. Louise Walker
Présidente du Conseil d'administration
Centre canadien pour l'éthique dans le sport



Paul Melia
Président et directeur
Centre canadien pour l'éthique dans le sport

Table des Matières

Résumé	ix
Introduction	ix
Le sport dans la communauté au Canada	x
Améliorer la santé et le bien-être	xii
Développer les enfants et les jeunes vers un parcours de vie positif	xiv
Bâtir des communautés plus fortes et plus accueillantes	xviii
Contribuer à l'économie canadienne	xx
Promouvoir le développement durable	xxi
Conclusion	xxii
1. Introduction	1
L'objet de ce rapport	2
Qui devrait lire ce rapport?	4
Méthodologie de la recherche	6
2. Le sport dans les communautés canadiennes	7
Une définition du sport dans la communauté	7
La pratique du sport dans les communautés canadiennes	9
Le sport que nous voulons	11
3. Améliorer la santé et le bien-être	15
Accroître le nombre de Canadiens et Canadiennes actifs	15
Endiguer la vague d'obésité chez les enfants	17
Réduire le fardeau des maladies chroniques	17
Améliorer la santé mentale	18
Promouvoir un vieillissement en bonne santé	20
Réduire les coûts des soins de santé	20

4. Développer les enfants et les jeunes vers un parcours de vie positif	23
Aider les enfants à apprendre et à se développer par le jeu	24
Développer la capacité physique et les habiletés motrices	26
Maintenir les enfants et les jeunes actifs et en santé	27
Utiliser le sport pour réduire chez les jeunes les comportements constituant un risque pour la santé	28
Reconnaître les bénéfices particuliers du sport pour les filles	30
Favoriser un développement positif des jeunes	33
Améliorer les résultats scolaires	35
Enseigner des valeurs positives et des compétences pour la vie	36
Prévenir la criminalité juvénile et l'implication dans des gangs	40
Fournir des modèles d'adultes positifs	42
5. Bâtir des communautés plus fortes et plus accueillantes	49
Développer le capital social	50
Aider les nouveaux arrivants à s'intégrer plus rapidement au sein de la société canadienne	53
Favoriser une inclusion plus grande des personnes ayant un handicap	54
Renouveler la culture autochtone	56
6. Contribuer à l'économie canadienne	61
Accroître le tourisme au moyen des voyages et des événements sportifs	62
Contribuer au développement et au renouveau de l'économie locale	65
Rehausser les compétences et la productivité en milieu de travail	67
7. Promouvoir le développement durable	71
Encourager la sensibilisation à l'environnement et sa gestion	71
Fournir une plateforme de mobilisation sociale	73
Rendre les installations sportives plus durables	74
8. Conclusion	77
Notes	81



Résumé

Introduction

Sport pur est un mouvement national canadien pour le sport et les communautés. Sa mission principale est de servir de catalyseur pour aider le sport à atteindre son plein potentiel à titre d'actif public pour le Canada et la société canadienne et ce, en apportant une contribution importante au développement de la jeunesse, au bien-être des personnes et à la qualité de la vie dans nos collectivités.

La preuve est maintenant faite que les bénéfices du sport s'étendent bien au delà des effets positifs de l'activité physique sur la santé, qui sont eux reconnus depuis longtemps. Un ensemble croissant de rapports de recherche indiquent que le sport dans la communauté a comme rôle fondamental d'être un générateur principal de capital social et de ses bénéfices connexes et ce, à travers un large spectre d'objectifs sociétaux dont l'éducation, le développement de l'enfance et de la jeunesse, l'inclusion sociale, la prévention de la criminalité, le développement économique et le développement durable. Plus important encore peut-être, aucun autre domaine de la vie communautaire n'a

fait preuve d'une capacité équivalente à celle du sport de relier autant de jeunes gens à des mentors et des modèles positifs d'adultes, de fournir autant de possibilités de développement positif et de contribuer autant à l'acquisition de compétences déterminantes pour la vie.

Les preuves documentant ces bénéfices sont en train de faire apparaître un nouveau portrait du système du sport dans les communautés canadiennes – celui d'un réservoir important, encore que largement sous-utilisé, de bénéfices publics qui, grâce à un effort délibéré, pourrait être exploité à meilleur escient pour les Canadiens et les Canadiennes. Pour produire ces bénéfices, cependant, le sport que nous pratiquons doit être un sport sain, animé par des valeurs positives; et quand un sport sain est utilisé intentionnellement, celui-ci peut produire des bénéfices encore plus importants.

La recherche indique qu'il s'agit exactement du genre de sport que la vaste majorité des Canadiens et des Canadiennes désirent, comprenant intuitivement qu'il s'agit du sport qui génère les bénéfices les plus importants. Sport pur a pris l'initiative de commander cette recherche afin de fournir des preuves concrètes de ces bénéfices – afin de nourrir de données et d'exemples cette intuition et cette aspiration.

Ce rapport est destiné à permettre aux collectivités, aux décideurs politiques et aux leaders du monde des affaires d'entrevoir l'énorme potentiel qui repose au sein de notre système de sport dans la communauté et d'agir comme catalyseurs de nouvelles approches qui mettront ce potentiel en action au profit des Canadiens et des Canadiennes.

Le sport dans la communauté au Canada

Le sport dans la communauté est le sport qui est dirigé, organisé, soutenu ou rendu possible par des bénévoles et des institutions de la collectivité. Il va du terrain de jeu au podium, depuis la simple partie impromptue aux ligues sportives communautaires et scolaires. Il inclut également les compétitions de haute performance de l'élite sportive.

Il est aussi présent dans pratiquement chaque collectivité au Canada. Il existe 33 650 organismes de sport et de loisir au Canada – 71 pour cent d’entre eux sont locaux. Vingt-huit pour cent des adultes canadiens et 50 pour cent environ des enfants et des jeunes pratiquent directement le sport, tandis que 18 pour cent des Canadiens et des Canadiennes appartiennent à un club, une ligue ou un organisme sportif. Au total, 1,8 million de Canadiens et de Canadiennes agissent comme entraîneurs en sport amateur tandis que 800 000 y participent à titre d’arbitres ou d’officiels en sport amateur.

Le sport dans la communauté est le sport qui est dirigé, organisé, soutenu ou rendu possible par des bénévoles et des institutions de la collectivité.

Le sport dans la communauté est soutenu principalement par les collectivités elles-mêmes et compte essentiellement sur le bénévolat et minimalement seulement sur l’aide gouvernementale. Les organismes de sport et de loisir représentent 21 pour cent du secteur à but non lucratif du Canada, mais mobilisent 28 pour cent (5,3 millions) de tous les bénévoles – soit plus que tout autre secteur. Soixante-treize pour cent des organismes de sport ne comptent aucun employé rémunéré et, en moyenne, ils reçoivent seulement 12 pour cent de leur financement des gouvernements, comparativement à 49 pour cent pour l’ensemble des organismes bénévoles.

Quatre-vingt-douze pour cent des Canadiens et Canadiennes croient que le sport dans la communauté peut exercer une influence positive sur la vie des jeunes et vient au deuxième rang derrière la famille. Toutefois, le sport dans la communauté est de plus en plus influencé par les valeurs du sport commercial, ce qui a pour effet de saper ses bénéfices, ceux-ci ne pouvant se réaliser pleinement que lorsque le sport est dirigé d’une

façon positive et intentionnelle – quand il est accueillant, loyal, plaisant et qu'il favorise l'excellence authentique.

Tel est le sport que les Canadiens et les Canadiennes veulent. Cinquante-sept pour cent des Canadiens et Canadiennes croient que le sport dans la communauté renforce actuellement ces valeurs positives dans une large mesure. Ils sont préoccupés, toutefois, que le sport dans la communauté est en train de devenir trop centré sur l'aspect compétitif et ils croient qu'une action corrective s'impose. Ils se disent aussi préoccupés que trop de gens soient actuellement exclus du sport dans la communauté, alors que 71 pour cent mentionnent le coût comme un obstacle majeur. Ces points de vue démontrent un écart croissant entre les bénéfices positifs que peut procurer le sport, selon les Canadiens et les Canadiennes, et ce qu'ils constatent dans les faits.

5,3 millions de Canadiens et Canadiennes (soit 28 pour cent de tous les bénévoles canadiens) font du bénévolat au sein d'organismes sportifs et récréatifs – soit plus que tout autre secteur.

Les sections qui suivent présentent le large spectre des bénéfices publics qui sont à la portée des Canadiens et des Canadiennes si nous agissons délibérément pour combler cet écart en mettant sur pied un système de sport dans la communauté qui soit global, accessible et accueillant et qui s'avère à la hauteur du sport que nous voulons vraiment – le sport pur.

Améliorer la santé et le bien-être

Une bonne santé est fondamentale pour le bien-être de la personne et sa capacité à réaliser son plein potentiel. Elle constitue également un actif économique d'une importance cruciale. Le sport aide les

Canadiens et les Canadiennes à être en meilleure santé en répondant aux objectifs suivants :

Accroître le nombre de Canadiens et de Canadiennes actifs – Les Canadiens et Canadiennes adultes qui pratiquent un sport font en moyenne trois heures par semaine d'activité physique surtout modérée ou vigoureuse et sont, en conséquence, susceptibles d'atteindre les niveaux d'activité recommandés qui se sont avérés en mesure de réduire les taux de mortalité dans une proportion allant jusqu'à 30 pour cent.

Endiguer la vague d'obésité chez les enfants – Le manque d'activité physique est une cause d'obésité et 91 pour cent des enfants et des jeunes Canadiens et Canadiennes n'atteignent pas les niveaux recommandés d'activité physique. Les enfants qui pratiquent le sport sont davantage susceptibles d'atteindre ces niveaux que ceux qui n'en font pas; mais même parmi ce groupe, seulement 11 pour cent y arrivent. Il faut consacrer plus d'efforts pour augmenter les taux d'activité, mais les augmentations, même modestes, peuvent aider les enfants et les jeunes en excédent de poids à améliorer leur santé cardiaque et à diminuer leur pression sanguine, en réduisant ainsi certains des effets les plus dommageables de l'obésité sur la santé.

Réduire le fardeau des maladies chroniques – Les gens qui sont actifs sur une base régulière réduisent de façon importante leur risque de maladie cardiovasculaire, de cancer (particulièrement le cancer du sein et le cancer du côlon), le diabète de type 2 (qui apparaît chez l'adulte) et la diminution de la masse osseuse et, plus tard dans la vie, la douleur attribuable à l'ostéoporose.

Améliorer la santé mentale – L'activité physique, au moyen du sport, aide à améliorer l'estime de soi, à réduire le stress et l'anxiété et à soulager la dépression. Chez les patients souffrant de problèmes psychiatriques, il a été démontré que l'exercice physique diminue les symptômes cliniques, spécialement dans le cas de la dépression. Le sport offre aussi des occasions de relations positives, d'amitié et de soutien, qui favorisent la santé émotionnelle.

Promouvoir le vieillissement en bonne santé – L'activité physique par le sport peut aider à prévenir les maladies chroniques, améliorer l'équilibre et la coordination motrice à mesure que les gens vieillissent (ce qui a pour effet de réduire significativement les risques de chute et d'hospitalisation), améliorer la mémoire et l'apprentissage et réduire les risques de perte cognitive dues à la maladie d'Alzheimer et à des attaques bénignes. Le sport offre aussi des possibilités de rapports sociaux pour des Canadiens et Canadiennes plus âgés à risque d'isolement social.

Réduire les coûts des soins de santé – L'absence d'activité physique coûte annuellement aux Canadiens et Canadiennes 1,6 milliard de dollars en coûts directs et 3,7 milliards de dollars en coûts indirects. Accroître la pratique du sport pourrait s'avérer une stratégie rentable pour améliorer la santé des Canadiens et des Canadiennes et pour réduire de façon importante les coûts de santé à l'échelle nationale. Une augmentation des taux d'activité physique de 10 pour cent seulement épargnerait aux Canadiens et Canadiennes plus de 150 millions de dollars annuellement uniquement pour les seuls coûts directs des soins de santé.

Développer les enfants et les jeunes vers un parcours de vie positif

Le sport peut contribuer à donner aux enfants un départ en santé dans la vie, aider ceux qui ont connu un mauvais départ à se remettre en piste et doter les jeunes de l'information, des habiletés, des ressources personnelles et du soutien social dont ils ont besoin pour franchir avec succès les transitions importantes de l'existence. Toutefois, le sport peut aussi exposer les enfants et les jeunes à des expériences négatives, les décourager de la pratique du sport et souvent entraver leur développement positif.

Dans les sports organisés, le principal facteur qui détermine si les jeunes connaîtront une expérience positive ou négative, réside dans la qualité de l'encadrement et du mentorat offerts par les adultes – parents, entraî-

neurs, officiels et administrateurs. Les valeurs et les pratiques auxquelles font appel les parents, les entraîneurs et les bénévoles peuvent être puissantes, habilitantes et enrichissantes pour des jeunes gens, ou encore elles peuvent les éloigner du sport pour la vie.

Les Canadiens et Canadiennes ont identifié un certain nombre de problèmes sérieux qui affectent le sport dans la communauté : attention trop centrée sur l'aspect compétitif et la victoire, violence, manque ou excès d'engagement des parents, faiblesse de l'encadrement et du leadership, harcèlement, intolérance/racisme, manque d'esprit sportif et blessures. On estime que ces sources de tension contribuent à faire diminuer les taux de participation à mesure que les enfants vieillissent. Des recherches américaines ont démontré que les principales raisons pour lesquelles les jeunes abandonnent le sport sont les suivantes : ils n'y trouvent plus de plaisir, ils n'ont pas le temps et ils estiment ne pas être assez bons pour jouer. Ces résultats font valoir le besoin d'une enquête comparable sur les expériences sportives des jeunes au Canada, afin de les encourager à continuer à s'investir dans le sport et pour s'assurer qu'ils tirent profit et plaisir de leur expérience.

Il y a un écart croissant entre les bénéfices positifs que, selon les Canadiens et Canadiennes, le sport peut procurer à leurs enfants et à leurs communautés et ce qu'ils constatent dans les faits.

Au Canada les attentes de la plupart des parents (70 pour cent) relativement à ce que le sport devrait fournir à leurs enfants, ont été comblées ou dépassées. Toutefois, davantage pourrait être fait pour s'assurer que le sport procure le plus de bénéfices possible. Ces bénéfices sont :

Aider les enfants à apprendre et à se développer par le jeu – Le jeu est l'un des principaux moyens grâce auquel les jeunes enfants explorent le monde et développent leurs aptitudes physiques, cognitives et socioémotionnelles. Des jeux adaptés à l'âge ainsi que l'activité physique peuvent aider les jeunes enfants à acquérir la mobilité, la coordination, la connaissance du monde et d'eux-mêmes, la confiance en soi et les premières habiletés sociales.

Développer la capacité physique et les habiletés motrices – La période de la petite à la moyenne enfance est celle où les enfants acquièrent la force, la coordination et les habiletés motrices nécessaires pour se mouvoir efficacement et avec confiance dans des circonstances physiquement exigeantes. Le sport et l'activité physique peuvent aider les enfants à développer cette base générale d'habiletés motrices et une compréhension générale de la façon dont leur corps se meut.

Maintenir les enfants et les jeunes actifs et en santé – La pratique régulière de l'activité physique durant l'enfance et l'adolescence peut aider : 1) à développer et maintenir une ossature, des muscles et des articulations en santé; 2) à contrôler le poids, développer une musculature sans gras et réduire le tissu adipeux; 3) à prévenir ou retarder le développement d'une tension artérielle élevée et réduire la pression sanguine chez les adolescents souffrant d'hypertension; 4) à diminuer le risque de maladie cardiovasculaire; et 5) à réduire les sentiments d'anxiété et de dépression.

Le sport est un moyen puissant de promotion de la santé, mais un moyen encore plus puissant de développement du capital social.

Utiliser le sport pour réduire les comportements à risque pour la santé chez les jeunes – Les jeunes athlètes ont, par rapport aux non-athlètes, plus tendance à manger sainement et être moins pesants et ils sont moins portés à faire usage de tabac et de drogues, à s'adonner à

des activités sexuelles ou à s'ennuyer ou être sans espoir. Les sports organisés sont généralement associés à moins de comportements antisociaux, comme porter une arme ou envisager ou tenter de se suicider, tandis que les adolescentes qui pratiquent le sport sont moins susceptibles que leurs pairs non athlètes à s'adonner à des activités sexuelles et/ou à tomber enceintes.

Reconnaître les bénéfices particuliers du sport pour les filles – Les filles profitent particulièrement des effets protecteurs potentiels du sport contre l'ostéoporose, l'anxiété, la dépression, le suicide et la grossesse pendant l'adolescence. De même, la pratique sportive chez les filles est associée fortement à des valeurs en faveur de l'éducation, à un sens aigu du contrôle de leur propre corps et à des sentiments plus généralisés de responsabilisation, d'identité et d'autonomie, qui peuvent les aider à surmonter les normes restrictives liées à leur sexe et à participer plus pleinement à la société.

Favoriser un développement positif des jeunes – Le sport peut aussi contribuer positivement à la formation identitaire de l'adolescent, une étape critique dans la transition de l'adolescence vers l'âge adulte. Les jeunes gens qui pratiquent le sport obtiennent un score significativement plus élevé en matière de confiance en soi que ceux qui n'en font pas et les filles, à cet égard, en profitent encore plus que les garçons. Le sport facilite aussi les amitiés et les relations sociales positives, qui jouent également un rôle important dans la formation identitaire des jeunes.

Améliorer les résultats scolaires – Le sport et l'éducation physique peuvent contribuer à améliorer la fréquentation scolaire des jeunes, leur comportement et leurs résultats scolaires. Il a été démontré que la pratique du sport et de l'activité physique en milieu scolaire a pour résultat des perceptions de soi, sociales et scolaires beaucoup plus saines, tandis qu'une recherche longitudinale réalisée au Royaume-Uni confirme que le sport peut contribuer à l'identification à l'école et aux valeurs scolaires et à l'engagement envers celles-ci.

Enseigner des valeurs positives et des compétences pour la vie – Le sport offre aux jeunes un moyen d'acquérir et d'améliorer un éventail de

compétences pour la vie qui peuvent améliorer leurs chances de trouver un emploi, élever le niveau de leur revenu et les rendre plus optimistes et prêts à s'engager comme bénévoles dans la communauté. Le sport peut avoir une influence morale positive quand il favorise les expériences positives, minimise les expériences négatives, responsabilise les jeunes, les traite comme des personnes individuelles et leur enseigne systématiquement et constamment la loyauté et l'esprit sportif.

Prévenir la criminalité chez les jeunes et l'implication dans des gangs

– Les jeunes qui pratiquent le sport sont moins susceptibles d'adopter des comportements délinquants et ils enregistrent des taux plus faibles d'arrestations criminelles. Les programmes de sport peuvent aussi offrir aux jeunes une solution de rechange positive à l'appartenance à des gangs criminalisées. Les programmes de sport destinés à prévenir la criminalité juvénile et l'adhésion à des gangs fonctionnent mieux quand ils sont holistiques, fondés sur des valeurs, responsabilisants et offerts dans le cadre d'un éventail plus large d'activités, en partenariat avec des agences locales de renouveau et d'autres groupes. Les programmes purement récréatifs sont peu susceptibles d'être efficaces.

Fournir des modèles d'adultes positifs – Les modèles d'adultes jouent un rôle important lorsqu'il s'agit de déterminer si les programmes de sport exercent une influence positive ou négative. Les jeunes forment leur caractère, apprennent la loyauté et les principes d'éthique quand les objectifs, les attitudes et le comportement de leur entraîneur ou de leur enseignant sont basés sur l'éthique. Une relation positive constante avec un adulte bienveillant constitue également un facteur de protection important qui aide à développer la résilience chez les enfants et les jeunes et leur permet de mieux gérer les difficultés dans leur vie.

Bâtir des communautés plus fortes et plus accueillantes

Les bénéfices du sport ne se limitent pas aux individus. Le sport peut aussi contribuer à renforcer les collectivités en développant le capital social et en favorisant une plus grande inclusion des groupes marginali-

sés ou exclus. Ce point de vue est largement appuyé par les Canadiens et Canadiennes; 72 pour cent d'entre eux croient que le sport contribue de façon importante à la qualité de la vie dans leurs communautés.

Développer le capital social – Le niveau de pratique du sport d'une nation est étroitement associé à son niveau de confiance sociale et de bien-être. Les gens qui pratiquent le sport sont davantage susceptibles de voter, de communiquer avec un représentant élu et de signer une pétition que la moyenne des citoyens. Ils démontrent également des niveaux élevés de confiance sociale, de confiance dans les institutions et de satisfaction dans la vie. Le sport aide aussi à maintenir la cohésion dans les petites communautés rurales et peut même constituer la dernière infrastructure sociale qui leur reste.

Aider les nouveaux arrivants à s'intégrer plus rapidement au sein de la société canadienne – Une recherche réalisée au Royaume-Uni sur le sport et l'inclusion des réfugiés et des demandeurs d'asile démontre que le sport peut: contribuer à abattre les barrières entre les nouveaux arrivants et la population locale, améliorer les relations parmi les demandeurs d'asile de diverses origines ethniques, et développer leur estime de soi et leur confiance en soi. Le sport est également utile pour créer des liens entre les nouveaux arrivants et les services de soutien de la collectivité.

Favoriser une inclusion plus grande des personnes ayant un handicap – Le sport aide les personnes ayant un handicap à améliorer leur état de santé et leur mobilité en les rendant plus forts, plus souples et mieux coordonnés. En même temps, il leur offre la possibilité de développer leur confiance en soi et leur estime de soi, de développer leurs aptitudes sociales et leurs réseaux sociaux et de devenir plus motivés et autonomes. Le sport aide aussi à modifier les perceptions négatives de la collectivité en mettant l'accent sur les aptitudes des athlètes plutôt que sur leur handicap.

Renouveler la culture autochtone – Une recherche australienne confirme que le sport apporte des bénéfices particuliers aux communautés autochtones en termes de développement de la fierté culturelle, de la

cohésion sociale, de l'estime de soi et des compétences transférables parmi les participants et les bénévoles. Les carnivals sportifs peuvent aussi contribuer à réduire la consommation d'alcool et de drogue à court terme et diminuer la violence familiale qui y est associée. Les programmes de sport et de loisir offerts conjointement avec d'autres formes de soutien ont aussi contribué à accroître la fréquentation scolaire et les niveaux de réussite et à réduire l'incidence de la criminalité et du suicide chez les jeunes.

Les Canadiens et Canadiennes placent le sport au deuxième rang derrière la famille pour ce qui est de l'influence hautement positive sur la vie des jeunes.

Contribuer à l'économie canadienne

Le sport joue un rôle important dans la vie économique aussi bien que dans la vie sociale des collectivités en créant des emplois, en stimulant le tourisme, en contribuant au renouveau économique du milieu local et en rehaussant les compétences et la productivité en milieu de travail. En 2004, les Canadiens et Canadiennes ont dépensé 15,8 milliards de dollars pour le sport, soit 2,18 pour cent de toutes les dépenses des ménages ou encore 1 963 \$ par ménage. Au Canada, le secteur du sport représente 1,2 pour cent du PIB et fournit 2 pour cent de tous les emplois en procurant du travail à 262 324 Canadiens et Canadiennes.

Accroître le tourisme au moyen des voyages et des événements sportifs – Presque le tiers des voyages touristiques au Canada en 2006 incluait la participation à des activités sportives ou de plein air. Le Canada accueille plus de 250 000 événements sportifs par année; celles-ci vont des manifestations professionnelles aux jeux multisports

amateurs et aux tournois locaux. Toutes ces manifestations génèrent des bénéfices économiques sous forme de dépenses des visiteurs pour l'hébergement, les repas et les boissons, les divertissements et les cadeaux/souvenirs. Les événements de plus grande envergure laissent souvent en héritage des infrastructures sportives de haute qualité et une visibilité internationale entraînant une croissance du tourisme sportif.

Contribuer au développement et au renouveau de l'économie locale

– Les équipements sportifs d'une collectivité aident les villes à attirer et à retenir des travailleurs dont le savoir est hautement recherché ainsi que les entreprises qui cherchent à les employer. Le sport peut également améliorer le sort des milieux défavorisés en fournissant de l'emploi et, par le truchement de projets locaux de sport et d'emploi, en aidant les résidents locaux à avoir accès à des possibilités de bénévolat sportif, à la formation et à l'accréditation dont ils ont besoin pour obtenir ces emplois.

Rehausser les compétences et la productivité en milieu de travail

– Les employeurs se tournent de plus en plus vers le sport et l'activité physique pour améliorer la productivité dans leur milieu de travail. Les programmes de sport et de conditionnement physique en milieu de travail peuvent réduire le taux annualisé d'absentéisme de 1,6 jour par employé, ce qui se traduit par des économies de main-d'œuvre de 1,1 pour cent par année. Les employeurs accordent aussi beaucoup d'importance aux compétences transférables acquises par les participants et les bénévoles du domaine du sport parce que ces compétences améliorent la performance au travail.

Promouvoir le développement durable

Le sport peut inculquer le respect de l'environnement et le désir de le protéger et fournir une plateforme de mobilisation sociale en faveur de l'environnement, notamment en faisant en sorte que le sport à tous les niveaux apporte une contribution nette à l'environnement, plutôt que de constituer une nuisance, et ce, au moyen des mesures suivantes :

Encourager la sensibilisation à l'environnement et à sa gestion – De nombreux investissements dans le sport dans la communauté sont des investissements dans des espaces verts et leurs utilisateurs deviennent souvent les défenseurs de leur protection, de leur entretien et de leur expansion, tout comme ceux qui pratiquent les sports dans des régions sauvages se font souvent les avocats de leur protection et de l'utilisation durable des environnements plus éloignés.

Fournir une plateforme de mobilisation sociale – Les événements internationaux de sport d'élite offrent de puissantes plateformes de promotion de la protection de l'environnement en raison de leurs vastes publics et de leur rayonnement global. Les athlètes de haut niveau possèdent le même potentiel. De nombreuses organisations internationales sportives et environnementales utilisent ce pouvoir pour élever la sensibilisation à l'environnement et plaider en faveur d'une plus grande durabilité au niveau local aussi bien que global.

Rendre les installations sportives plus durables – Les nouvelles normes plus vertes pour les installations de sport et de loisir, combinées aux efforts pour améliorer la durabilité des installations existantes, fournissent l'assurance que le sport dans la communauté fait sa part pour rendre nos collectivités plus durables et laisser un héritage environnemental positif pour les générations futures.

Conclusion

Les bénéfices du sport dans la communautés invitent les collectivités et les décideurs à reconnaître sa valeur en tant qu'actif public d'importance et à accorder une attention et des efforts délibérés à s'assurer que ces bénéfices sont pleinement réalisés pour toutes nos collectivités.

Le sport est un puissant moyen de promotion de la santé, mais un moyen encore plus puissant de développement du capital social, et peut-être le système le plus efficace dont nous disposons, à l'extérieur de la famille, pour proposer aux jeunes des mentors et des modèles d'adultes positifs en même temps que des occasions de développe-

ment positif. La réalisation de ces bénéfices requiert toutefois que nous développons un système de sport dans la communauté accueillante, qui offre le sport que les Canadiens et Canadiennes veulent – un sport qui soit agréable, juste, accueillant et promoteur d'excellence.

Telle n'est pas la fonction du sport à lui seul. Les collectivités locales ont un rôle de premier plan à jouer, avec les gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux, qui peuvent contribuer à faire en sorte que toutes les collectivités disposent des infrastructures sportives dont elles ont besoin.

La qualité et l'impact ultime du sport dans la communauté incombent finalement aux individus – athlètes, parents, entraîneurs, administrateurs et bénévoles – dont les idées, les attitudes et les comportements détermineront si nous comblerons le fossé entre le sport que nous avons et le sport que nous voulons – ou si nous l'élargirons.

En effectuant délibérément les bons choix, ensemble nous pouvons contribuer à faire en sorte que le sport que nous avons soit le sport que nous voulons – le sport pur – et, de ce fait, que le sport compte pour le Canada.



1. Introduction

Sport pur est un mouvement national canadien pour le sport et les communautés. Fondé sur les valeurs essentielles que sont l'équité, l'excellence, l'inclusion et le plaisir, Sport pur a comme mission principale de servir de catalyseur pour aider le sport à s'élever à la hauteur de son plein potentiel à titre d'actif public pour le Canada et la société canadienne et ce, en apportant une contribution importante au développement de la jeunesse, au bien-être des personnes et à la qualité de la vie dans nos collectivités.

Sport pur est guidé par la reconnaissance du fait que, pour atteindre cet objectif, le sport que nous pratiquons doit être un sport sain – un sport animé par des valeurs. Les recherches indiquent que la grande majorité des Canadiens et Canadiennes connaissent intuitivement les énormes bénéfices les plus divers que cette sorte de sport peut apporter et telle est le type de sport – le sport sain– qu'ils veulent. Sport pur a pris l'initiative de commander cette recherche afin de fournir des preuves concrètes de ces bénéfices et de nourrir de données et d'exemples cette intuition et cette aspiration.

L'intention de ce rapport est de permettre aux communautés, aux décideurs politiques et aux leaders du monde des affaires d'entrevoir l'énorme potentiel qui repose au sein de notre système de sport dans la communauté et d'agir comme catalyseurs de nouvelles approches qui mettront ce potentiel au travail au profit des Canadiens et Canadiennes.

L'objet de ce rapport

La preuve est maintenant faite que les bénéfices du sport s'étendent bien au-delà des effets positifs de l'activité physique sur la santé, qui sont eux reconnus depuis longtemps. Un ensemble croissant de rapports de recherche indiquent que le sport dans la communauté a comme rôle fondamental d'être un générateur principal de capital social et de ses bénéfices connexes et ce, à travers un large spectre d'objectifs sociétaux dont l'éducation, le développement de l'enfance et de la jeunesse, l'inclusion sociale, la prévention de la criminalité, le développement économique et le développement durable. Plus important encore peut-être, aucun autre domaine de la vie communautaire n'a fait preuve d'une capacité équivalente à celle du sport de relier autant de jeunes gens à des mentors et des modèles positifs d'adultes, de fournir autant de possibilités de développement positif, et de contribuer autant à l'acquisition de compétences déterminantes pour la vie.

Cette démonstration a commencé à modifier la façon dont les décideurs politiques, les organismes de la communauté, le secteur privé et les organismes sportifs eux-mêmes voient le rôle et l'importance du sport dans la communauté. Sur la base de ces perspectives, un nouveau portrait du système de sport dans les collectivités canadiennes est en train d'émerger – celui d'un réservoir important, encore que largement sous-

utilisé, de bénéfices publics qui, grâce à un effort délibéré, pourrait être exploité à meilleur escient pour les Canadiens et Canadiennes.

Les preuves présentées dans ce rapport confirment ce que les Canadiens et Canadiennes savent intuitivement depuis longtemps : le système du sport dans les collectivités canadiennes possède un potentiel unique que nous ne faisons que commencer à explorer. La démonstration confirme aussi la conviction fondamentale des Canadiens et Canadiennes à l'effet que la réalisation de ce potentiel est profondément liée, non seulement à la disponibilité du sport dans la communauté, mais à la qualité de l'expérience sportive elle-même. Quatre-vingt-douze pour cent des Canadiens et Canadiennes croient que le sport dans la communauté peut exercer une influence positive sur la vie des jeunes. Toutefois, moins d'un Canadien sur cinq est d'avis que ce potentiel est pleinement actualisé.

Les unes après les autres, les études ont démontré que la pleine valeur du sport dans la communauté n'est atteinte que lorsque le sport est dirigé d'une certaine manière – lorsqu'il est accueillant, équitable, source de plaisir et qu'il favorise l'excellence authentique. Ce que les Canadiens et Canadiennes perçoivent comme étant un sport sain – le sport qu'ils recherchent – est, en fait, le sport qui procure les plus grands bénéfices à leurs familles et aux collectivités.

Ce rapport est destiné à permettre aux collectivités, aux décideurs politiques et aux leaders du monde des affaires d'entrevoir l'énorme potentiel qui repose au sein de notre système de sport dans la communauté et d'agir comme catalyseurs de nouvelles approches qui mettront ce potentiel au travail au profit des Canadiens et Canadiennes.

Les sections qui suivent décrivent ce que nous entendons par sport dans la communauté, tracent un bref portrait de notre système de sport dans la communauté et résument les résultats de la recherche, tant au Canada qu'au niveau international, concernant l'impact et la valeur du sport dans la communauté relativement à un large éventail d'objectifs sociétaux qui sont importants pour les perspectives d'avenir des Canadiens et Canadiennes au niveau social et économique, à la

qualité de la vie dans nos collectivités et à la capacité du Canada, en tant que nation, à relever de futurs défis.

Qui devrait lire ce rapport?

Ce rapport est destiné principalement aux décideurs des secteurs public, privé et à but non lucratif aux niveaux communautaire, provincial et national. En fait, ceux qui travaillent à améliorer la pérennité sociale, économique et environnementale dans diverses sphères de la vie canadienne, mais qui, peut-être, ne voient pas actuellement le sport comme un moyen possible de faire progresser ces efforts. Ceux-ci comprennent :

- Les commissions scolaires, les administrateurs scolaires, les éducateurs et les parents qui se préoccupent d'améliorer la qualité de l'éducation, de rendre nos écoles plus saines, de réduire les taux de décrochage scolaire, de promouvoir la réussite scolaire et de favoriser le développement des enfants et des jeunes.
- Les élus et les fonctionnaires des gouvernements municipaux et régionaux qui se préoccupent de développer les possibilités d'activités de loisir; de protéger la santé publique, de renforcer le développement communautaire et les efforts de renouveau du milieu local; d'accélérer le développement économique et d'attirer des investissements; d'améliorer l'inclusion sociale et l'intégration des nouveaux arrivants; d'encourager le développement sain des enfants et des jeunes; de prévenir la criminalité juvénile et l'adhésion aux gangs; et de travailler au développement durable.
- Les élus et les fonctionnaires des gouvernements provinciaux et territoriaux qui se préoccupent de : promouvoir la santé, prévenir et contrôler les maladies, s'attaquer à l'obésité et réduire les coûts des soins de santé; renforcer l'éducation, réduire les taux de décrochage scolaire et accroître les niveaux de réussite scolaire; éliminer les barrières à la pleine inclusion sociale et économique des femmes, des peuples autochtones, des nouveaux arrivants et des personnes ayant un handicap; favoriser le développement sain des jeunes; dévelop-

per les compétences des jeunes en vue de l'emploi; prévenir la criminalité juvénile et l'adhésion aux gangs; et qui finalement travaille au développement durable.

- Les élus et les fonctionnaires du gouvernement fédéral qui se préoccupent de : promouvoir la santé publique, s'attaquer à l'obésité et aider les provinces à réduire les coûts des soins de santé; favoriser l'engagement civique, développer le capital social et favoriser l'unité nationale; soutenir les efforts des collectivités pour prévenir la criminalité et réduire l'implication des jeunes dans des gangs; renforcer le développement communautaire autochtone et réduire les taux de suicide des adolescents dans les communautés autochtones; faire la promotion du développement économique régional, attirer les investissements.
- Les leaders du monde des affaires qui cherchent des moyens efficaces pour améliorer la productivité dans leurs milieux de travail, et pour exercer un impact philanthropique, impliquer leurs employés dans la collectivité et apporter une contribution positive d'entreprise aux collectivités où elles œuvrent et au Canada.
- Les organismes de la communauté, leurs employés et leurs bénévoles qui travaillent à rendre leurs collectivités en meilleure santé; fournir aux enfants et aux jeunes un bon départ dans la vie et des possibilités de développement positif; promouvoir une meilleure inclu-

Un nouveau portrait du système du sport dans les communautés canadiennes est en train d'apparaître – celui d'un réservoir important, encore que largement sous-utilisé, de bénéfices publics qui, grâce à un effort délibéré, pourrait être exploité à meilleur escient pour les Canadiens et Canadiennes.

sion sociale et économique des groupes défavorisés; renforcer les économies locales et de leurs voisinages; et à améliorer la durabilité environnementale et la qualité de la vie dans leurs collectivités.

- Les athlètes, les bénévoles, les professionnels et les défenseurs du sport dans la communauté qui cherchent à développer le soutien de la collectivité et du public pour les infrastructures, les programmes et la pratique du sport dans la communauté.

Méthodologie de la recherche

Ce rapport est basé sur une recherche documentaire internationale englobant la recherche primaire publiée dans des revues dont le contenu est soumis à l'examen de pairs, la recherche sur l'opinion publique canadienne commanditée par le Centre canadien pour l'éthique dans le sport, les données de Statistique Canada sur le sport dans les communautés canadiennes et la recherche secondaire sous la forme de revues de documentation scientifique et autres synthèses de recherche entreprises par des gouvernements, des groupes de travail intergouvernementaux et des organismes de recherche non gouvernementaux et sportifs.



2. Le sport dans les communautés canadiennes

Une définition du sport dans la communauté

Le sport dans la communauté est le sport¹ qui est dirigé, organisé, soutenu ou rendu possible par des bénévoles et des institutions de la collectivité. Il va du terrain de jeu au podium, et inclut la simple partie disputée de façon impromptue aux ligues sportives communautaires et scolaires largement soutenues par des bénévoles. Le sport dans la communauté comprend également la compétition de haute performance, qui implique un large éventail de professionnels, mais qui repose sur le soutien de la collectivité en faveur des athlètes et influence le sport qui se déroule dans la collectivité.

Le sport dans la communauté n'est pas une activité individuelle privée; il n'est pas non plus une entreprise à profit. La participation – au jeu, à l'entraînement et l'encadrement, à l'organisation ou à sa défense – est un processus hautement social et implique un degré élevé de

bénévolat. Une participation largement accueillante et ce niveau élevé d'engagement civique constituent les caractéristiques distinctives qui, ensemble, permettent au sport dans la communauté de procurer à la collectivité les bénéfices que l'activité physique individuelle et le sport commercial ne peuvent offrir. Plus particulièrement, ce sont les principaux attributs qui font du sport dans la communauté un générateur de capital social et une plateforme d'inclusion sociale aussi efficaces.

Le sport dans la communauté est présent dans pratiquement chaque communauté au Canada et est soutenu principalement par les collectivités elles-mêmes et compte minimalement sur l'aide gouvernementale.

L'aspect compétitif et la poursuite de l'excellence sont inscrits au cœur de tout sport et le sport dans la communauté n'est pas différent à cet égard. Les athlètes d'élite de haute performance (amateurs et professionnels) font partie intégrale du continuum du sport dans la communauté parce que les collectivités développent, soutiennent et chérissent leurs champions et s'y identifient. Ceux-ci, en retour, nous inspirent par leurs exploits, nous unissent et souvent incarnent nos idéaux les plus élevés. Les collectivités soutiennent le sport d'élite en raison de ce que font ces champions pour nos collectivités.

Même si peu d'athlètes accèdent au royaume du sport de haute performance, le sport sain dans la communauté englobe l'excellence sur la base du fait que l'excellence, l'équité, le plaisir et l'inclusion sont toutes des valeurs qui se renforcent mutuellement et qui contribuent à assurer à des gens de tout âge et de tout niveau d'habileté et de compétence, des possibilités de pratique du sport accessibles, plaisantes et stimulantes.

La pratique du sport dans les communautés canadiennes

Le sport dans la communauté est présent dans pratiquement chaque collectivité au Canada et il est largement soutenu par les collectivités elles-mêmes, puisqu'il compte essentiellement sur des bénévoles et minimalement seulement sur l'aide gouvernementale.

En 2005, plus de la moitié (55 pour cent) des garçons de 15 ans ou moins pratiquaient activement un sport, de même que 44 pour cent des filles. Au cours de la même année, 7,3 millions de Canadiens et Canadiennes âgés de plus de 15 ans (28 pour cent) étaient également actifs dans le sport.² En 2005, 18 pour cent des Canadiens et Canadiennes appartenaient à un club local, une ligue communautaire ou une autre organisation sportive amateur, tandis que 39 pour cent des Canadiens et Canadiennes actifs prenaient part à des compétitions sportives ou à des tournois.³ Globalement toutefois, la pratique du sport chez les adultes est en déclin; elle a diminué brusquement de 45 pour cent à 28 pour cent au cours de la période 1992 – 2005,⁴ tandis que la participation des spectateurs lors d'événements sportifs amateurs a augmenté de 24 pour cent à 35 pour cent (ou 9,2 millions de Canadiens et Canadiennes) au cours de la même période.⁵

L'engagement parental joue un rôle déterminant dans la motivation des enfants à participer activement aux sports. En 2005, le taux de participation parmi les enfants âgés de 5 à 14 ans dont aucun parent n'était engagé dans le sport n'était que de 35 pour cent, comparativement à 57 pour cent lorsque au moins un parent pratiquait activement un sport. Quand au moins un parent apportait son aide à titre d'administrateur sportif, le taux de participation des enfants grimpait à 80 pour cent (il est toutefois possible que les parents s'impliquent comme administrateurs parce que leurs enfants sont eux-mêmes concernés).⁶ En 2005, 72 pour cent des parents canadiens contribuaient financièrement à l'achat d'équipement sportif, aux cotisations, à l'entraînement et à la formation, 55 pour cent véhiculaient leurs enfants aux activités sportives, 36 pour cent participaient aux sports et aux activités physiques directement avec leurs enfants, 21 pour cent surveillaient les récréations et les

activités sportives de leurs enfants à l'école ou y apportaient leur aide, et 37 pour cent participaient activement comme bénévoles aux activités et aux organisations sportives à l'extérieur de l'école.⁷

Comme l'indiquent ces chiffres, en plus de pratiquer directement un sport, les Canadiens et Canadiennes y participent indirectement comme entraîneurs, arbitres, juges, administrateurs, bénévoles et spectateurs. En 2005, le nombre d'entraîneurs amateurs atteignait 1,8 million (7 pour cent des Canadiens et Canadiennes), plus du double des 840 000 observés en 1992 et le nombre d'entraîneurs féminins (882 000) surpassait celui des entraîneurs masculins (874 000) par une faible marge.⁸ La même année, 3 pour cent (800 000) des Canadiens et Canadiennes adultes étaient engagés dans les sports à titre d'arbitres, d'officiels ou de juges, soit une baisse par rapport au sommet de 937 000 en 1998, mais encore significativement plus que les 550 000 rapportés en 1992, et avec une participation en croissance régulière des femmes.⁹ Quelques 2 millions de Canadiens et Canadiennes additionnels consacraient leur temps bénévolement au sport amateur à titre d'administrateurs ou de collaborateurs, en hausse de 18 pour cent par rapport à 1998, avec des taux de bénévolat allant de 12 pour cent des adultes en Saskatchewan et en Alberta à 5 pour cent au Québec.¹⁰ Un nombre à peu près équivalent d'hommes et de femmes participaient comme administrateurs ou collaborateurs en 2005, soit un changement important par rapport à 1992, où les hommes l'emportaient sur les femmes dans une proportion de 2 pour 1.¹¹

Si on se réfère à des définitions plus larges du sport, qui incluent le sport récréatif non compétitif, 5,3 millions de Canadiens et Canadiennes – soit 28 pour cent de tous les bénévoles canadiens et canadiennes – faisaient du bénévolat en 2003 au sein d'organismes sportifs et récréatifs.¹² Les bénévoles du sport recensés ont indiqué que leur principale motivation était d'apporter leur aide à leur communauté; d'aider les autres, de même que l'interaction sociale que procure le bénévolat au sein d'organisations sportives.¹³ En moyenne, chaque bénévole du sport dans la communauté consacre 143 heures par année au sport.¹⁴ Les activités bénévoles les plus communes sont l'organisation et la

92 pour cent des Canadiens et Canadiennes croient que le sport dans la communauté peut avoir une influence positive sur la vie des jeunes. Toutefois, moins d'un Canadien sur cinq est d'avis que ce potentiel est pleinement actualisé.

supervision d'activités et d'événements ainsi que l'enseignement et l'entraînement.¹⁵

La pratique du sport dans la communauté est coordonnée grâce à 33 650 organismes de sport et de loisir, qui constituent 21 pour cent du secteur à but non lucratif du pays et qui mobilisent plus de bénévoles au niveau national que tout autre secteur.¹⁶ Presque les trois quarts (73 pour cent) des organismes de sport et de loisir ne comptent aucun employé rémunéré.¹⁷ La plupart de ces organismes sont locaux (71 pour cent)¹⁸ et nombreux sont ceux qui font partie intégrante depuis longtemps de leur communauté, 63 pour cent étant établis depuis plus de 20 ans et 25 pour cent, depuis plus de 40 ans.¹⁹ Ces organismes ont tendance à être de plus petite taille que les autres types d'organismes bénévoles à but non lucratif; plus de la moitié (55 pour cent) déclarent des revenus annuels de moins de 30 000 \$. En moyenne, ils comptent largement sur des revenus gagnés et ne reçoivent que 12 pour cent de leur financement des gouvernements – soit beaucoup moins que les 49 pour cent caractéristiques de l'ensemble des organismes bénévoles.²⁰

Le sport que nous voulons

Le niveau exceptionnel du bénévolat et du soutien de la collectivité pour le sport est un témoignage de la grande valeur que les Canadiens et Canadiennes accordent au sport.

Les Canadiens et Canadiennes comprennent le pouvoir fondamental du sport dans leurs vies. En particulier, ils font grand cas des bénéfices

que le sport apporte à leurs enfants – 92 pour cent des Canadiens et Canadiennes croient que le sport dans la communauté peut exercer une influence positive sur la vie des jeunes.²¹ En fait, le sport vient au deuxième rang derrière la famille pour ce qui est de l'influence hautement positive sur le développement des valeurs des jeunes Canadiens et Canadiennes.²² De nombreux Canadiens et Canadiennes connaissent aussi les bénéfices pour la santé d'être physiquement actifs grâce au sport. Et tous les Canadiens et Canadiennes, qui ont regardé nos athlètes monter sur le podium olympique, ont éprouvé une poussée de fierté nationale collective devant leurs exploits et les valeurs positives qu'ils représentent.

Dans tout sport, il subsiste toutefois une tension entre le besoin de jouer honnêtement, de poursuivre le jeu et de désirer la victoire. Avec l'essor du sport professionnel comme moyen de divertissement de masse, le sport dans la communauté est de plus en plus influencé par les valeurs du sport commercial. Ce dernier se caractérise par des coûts élevés, des rétributions financières faramineuses pour quelques joueurs étoiles et un accent sur la victoire à tout prix au détriment de l'inclusion, du plaisir et de l'esprit sportif.

La confusion entre le sport comme divertissement commercial (le sport professionnel que nous regardons à la télévision) et le sport dans la communauté (le sport que nous pratiquons) peut, à la longue, saper les principes fondamentaux du bon esprit sportif et, avec eux, les bénéfices que le sport procure aux collectivités. Ceci tient au fait que la pleine valeur du sport dans la communauté ne se réalise que lorsque le sport est dirigé d'une certaine manière – quand chacun a la chance de jouer, quand chaque joueur a la possibilité d'acquérir de nouvelles habiletés et d'améliorer son jeu, quand la victoire n'est pas possible sans esprit sportif et quand la joie inhérente au jeu demeure partie intégrante de l'expérience vécue par les joueurs.

Le sport sain renforce l'importance de l'engagement, de l'effort honnête et du travail acharné à la poursuite de l'excellence. La victoire acquise par d'autres moyens ne constitue pas une mesure de l'excellence sportive. Par le sport, nous connaissons l'euphorie et la joie, la satisfaction

profonde qui accompagne des succès chèrement gagnés et la fierté partagée pour nos athlètes et nos équipes sportives. Ces émotions sont ressenties à tous les jours dans les collectivités quand des individus et des équipes de tous âges se mesurent à eux-mêmes et à leurs adversaires et s'efforcent de réaliser leurs aspirations – et les nôtres – dans la poursuite partagée de l'excellence sportive et l'amour du sport.

Tel est le sport que les Canadiens et Canadiennes veulent. Une majorité des Canadiens et Canadiennes (57 pour cent) croit que le sport dans la communauté renforce actuellement ces valeurs positives dans une large mesure, tandis qu'une proportion additionnelle de 33 pour cent croit que cela est vrai dans une certaine mesure.²³ Les Canadiens et Canadiennes sont préoccupés, toutefois, que le sport dans la communauté est en train de devenir trop centré sur la victoire à tout prix, sans apporter une attention appropriée sur la façon dont la victoire est acquise, ce qui, à son tour, entraîne une érosion des valeurs sociétales positives. Les Canadiens et Canadiennes sont d'avis qu'une action s'impose pour mieux aligner le sport avec ces valeurs.²⁴

Les Canadiens et Canadiennes sont aussi préoccupés que certaines gens soient exclus du système de sport dans la communauté au Canada. Cette situation est attribuable, en partie, à l'inégale distribution des ressources et des installations sportives à l'intérieur des collectivités entre elles et, en partie, à la façon dont le sport s'est développé dans un système hautement formalisé et structuré, avec des frais d'inscription élevés pour les individus et leurs familles. Près des trois quarts (71 pour cent) des Canadiens et Canadiennes sont d'avis que le coût élevé du sport représente un obstacle à la participation pour nombre de gens,²⁵ ce qui met en évidence l'importance d'assurer un accès étendu aux programmes sportifs pour tous les Canadiens et Canadiennes, ainsi que des installations sécuritaires et accessibles, des espaces verts, des rues, des sentiers et des aires de jeu qui rendent le sport informel à faible coût, une option pour tout le monde.

Ces points de vue démontrent un écart croissant entre les bénéfices positifs que, selon les Canadiens et Canadiennes, le sport peut procurer à leurs enfants et à leurs collectivités et ce qu'ils constatent dans

les faits. Les sections qui suivent présentent le large spectre des bénéfices publics qui sont à la portée des Canadiens et Canadiennes si nous agissons délibérément pour combler cet écart en mettant sur pied un système de sport dans la communauté qui soit global, accessible et accueillant et à la hauteur du sport que nous voulons vraiment.



3. Améliorer la santé et le bien-être

Une bonne santé est fondamentale pour la capacité d'une personne de jouir du bien-être et de réaliser son plein potentiel. Elle constitue également un actif économique d'une importance cruciale. Une mauvaise santé nuit à la capacité des gens de travailler et de gagner leur vie pour eux-mêmes et leurs familles. Elle hausse les coûts des soins de santé publics et réduit la productivité économique – deux défis pour le Canada dans le contexte du vieillissement de sa population et de sa main-d'œuvre.

Accroître le nombre de Canadiens et Canadiennes actifs

L'activité physique est importante pour plusieurs aspects de la santé, incluant le maintien de niveaux de poids-santé, la prévention des maladies chroniques, la promotion de la santé mentale et du bien-être ainsi que le vieillissement en bonne santé. À l'inverse, l'absence d'activité

physique constitue le facteur de risque le plus répandu de maladie cardiovasculaire et, après le tabagisme, la cause principale de décès et d'invalidité.²⁶ En dépit de l'importance de l'activité physique, 51 pour cent des Canadiens et Canadiennes sont physiquement inactifs.²⁷

Les gens qui sont actifs sur une base régulière réduisent de façon importante leur risque de maladie cardiovasculaire, de cancer (particulièrement le cancer du sein et le cancer du côlon), le diabète de type 2 et la diminution de la masse osseuse et, plus tard dans la vie, la douleur attribuable à l'ostéoporose.

Le sport offre un moyen agréable et gratifiant d'amener davantage de ces Canadiens et Canadiennes inactifs à pratiquer une activité physique, de modérée à vigoureuse, sur une base régulière. Les Canadiens et Canadiennes d'âge adulte, actifs dans le sport, font en moyenne trois heures par semaine d'activité physique surtout modérée ou vigoureuse et sont, en conséquence, susceptibles d'atteindre les niveaux d'activité recommandés²⁸ qui se sont avérés en mesure de réduire les taux de mortalité dans une proportion allant jusqu'à 30 pour cent.²⁹

Ce fait revêt beaucoup d'importance pour les Canadiens et Canadiennes qui pratiquent le sport, eux qui voient dans l'amélioration de la condition physique et de la santé, le bénéfice le plus important découlant de la pratique du sport.³⁰ En 2004, environ 80 pour cent des gens sondés qui s'adonnent à la pratique du sport considéraient le sport comme très important pour l'amélioration de leur condition physique et de leur santé.³¹ Dans la même enquête, plus de 70 pour cent décrivaient l'état général de leur santé comme excellent ou très bon, comparativement

à moins de 50 pour cent parmi ceux qui n'étaient pas actifs dans le sport.³²

Endiguer la vague d'obésité chez les enfants

L'importance d'accroître les taux de pratique de l'activité physique est mise en évidence par l'augmentation du taux d'obésité au Canada. Le quart des Canadiens et Canadiennes d'âge adulte et près de 10 pour cent des enfants âgés de 7 à 13 ans³³ encourent actuellement un risque d'invalidité, de maladie et de mort prématurée parce qu'ils sont obèses. Entre 2003 et 2006, le nombre d'enfants et de jeunes obèses au Canada a augmenté à nouveau de 35,7 pour cent.³⁴ Les enfants autochtones sont particulièrement affectés; 55 pour cent des enfants et des jeunes vivant dans les réserves ont une surcharge pondérale ou sont obèses et cette proportion est de 41 pour cent chez ceux qui vivent à l'extérieur d'une réserve.³⁵

Le manque d'activité physique est une cause de cette obésité.³⁶ Quarante-vingt-onze pour cent des enfants et des jeunes au Canada ne répondent pas aux normes canadiennes en matière d'activité physique³⁷ pour leur groupe d'âge.³⁸ Les enfants qui font de l'activité physique et du sport dans un cadre organisé sont davantage susceptibles de répondre à ces normes que ceux qui n'en font pas. Toutefois, même parmi les enfants actifs dans le sport, trop peu atteignent les niveaux-cibles d'activité (11 pour cent par opposition à 5 pour cent chez ceux qui ne pratiquent pas de sport). Il faut consacrer plus d'efforts pour aider les enfants et les jeunes à devenir plus actifs et, à cet égard, le sport constitue une avenue importante.

Réduire le fardeau des maladies chroniques

L'activité physique joue aussi un rôle important dans la prévention et la gestion de nombreuses maladies chroniques et non transmissibles³⁹ qui se classent parmi les principales causes de décès et d'invalidité

au Canada et représentent une grande proportion de nos dépenses de soins de santé.

- Les maladies cardiovasculaires sont la principale cause de décès au Canada.⁴⁰ Les gens qui pratiquent une activité physique régulière risquent moins de subir un accident coronarien majeur comme une crise cardiaque⁴¹ et ceux qui souffrent déjà d'une maladie cardiovasculaire peuvent réduire leur risque de conséquences négatives de plus de 60 pour cent en étant physiquement actifs.⁴²
- Le cancer est la deuxième cause de décès la plus commune au Canada.⁴³ On a démontré que l'activité physique réduisait le risque de cancer de 30 à 40 pour cent par rapport aux gens qui sont moins actifs⁴⁴ et procurait des bénéfices particuliers en matière de prévention du cancer du sein et du côlon.⁴⁵
- Le diabète est la huitième cause de décès au Canada.⁴⁶ Autant l'exercice cardiovasculaire que l'exercice de résistance peuvent contribuer à diminuer le risque du diabète de type 2,⁴⁷ la forme la plus commune au Canada, particulièrement chez les gens qui ont une surcharge pondérale et sont, par conséquent, à risque plus élevé.⁴⁸ L'exercice peut aussi aider les gens à contrôler leur diabète en stabilisant leurs niveaux de sucre dans le sang.⁴⁹
- L'ostéoporose est une des principales causes de fractures osseuses chez les personnes âgées et elle affecte 25 pour cent des femmes ménopausées en Amérique du Nord.⁵⁰ L'activité physique (particulièrement l'exercice de résistance), combinée avec le calcium et la vitamine D, joue un rôle important dans le développement de la masse osseuse,⁵¹ le ralentissement du taux de perte osseuse chez les femmes récemment ménopausées et l'amélioration de la densité osseuse chez les femmes plus âgées (75 – 85 ans).⁵²

Améliorer la santé mentale

L'activité physique, effectuée grâce au sport aussi bien que par d'autres moyens, apporte d'importants bénéfices tout autant pour la santé men-

tale : augmentation de l'estime de soi, aide à la gestion du stress et de l'anxiété et soulagement de la dépression.⁵³ Chez les patients souffrant de problèmes psychiatriques, on a démontré que l'exercice physique diminue les symptômes cliniques, particulièrement dans les cas de dépression.⁵⁴

Le sport, en tant qu'activité distincte de l'activité physique individuelle, procure également d'importantes possibilités de relations sociales, d'amitié et de soutien, qui contribuent de façon importante et positive à la santé émotionnelle.

Le manque d'activité physique est une cause d'obésité infantile. 91 pour cent des enfants et des jeunes Canadiens et Canadiennes n'atteignent pas les niveaux recommandés d'activité physique. Les enfants qui pratiquent le sport sont davantage susceptibles d'atteindre ces niveaux que ceux qui n'en font pas.

Cela est important parce que la maladie mentale affecte un Canadien sur cinq et est intimement associée à l'isolement social, à la pauvre qualité de la vie et à la mortalité accrue, ainsi qu'à des coûts économiques et sociaux énormes.⁵⁵ La dépression à elle seule représente plus de 5 milliards annuellement de coûts directs et indirects pour les Canadiens et Canadiennes.⁵⁶ Le coût total de la maladie mentale est estimé à plus de 1 056 \$ per capita.⁵⁷

Promouvoir un vieillissement en bonne santé

Alors que la pratique du sport tend à diminuer avec l'âge, 17 pour cent de tous les Canadiens et Canadiennes de plus de 55 ans pratiquent encore activement un sport,⁵⁸ ce qui met en évidence le pouvoir du sport de favoriser une vie active et en santé tout au long de l'existence chez ceux qui développent une passion pour le sport plus tôt dans la vie.

En plus de contribuer à prévenir l'apparition de la maladie chronique, l'activité physique aide à améliorer la force, l'équilibre et la coordination à mesure que les gens vieillissent, ce qui réduit le risque de chutes et de blessures, améliore le fonctionnement général et la qualité de la vie et permet aux personnes de demeurer autonomes plus longtemps.⁵⁹ De récentes recherches ont démontré que l'exercice améliore les fonctions cérébrales telles que la mémoire et l'apprentissage et réduit le risque de perte cognitive dues à la maladie d'Alzheimer et à des attaques bénignes.⁶⁰ La pratique du sport constitue aussi une importante source de rapports sociaux pour des Canadiens et Canadiennes plus âgés qui risquent davantage de souffrir d'isolement social, une fois retraités du marché du travail.

À l'échelle de la population, des vies en santé plus longues se traduisent par une productivité agrégée accrue pour la main-d'œuvre du Canada. Cet aspect implique des conséquences économiques importantes au moment où notre population continue de vieillir et que plus de Canadiens et de Canadiennes atteignent l'âge traditionnel de la retraite.⁶¹

Réduire les coûts des soins de santé

La capacité du sport d'amener plus de gens à adopter un style de vie physiquement actif comporte d'autres bénéfices économiques. Les coûts directs et indirects de l'absence d'activité physique au Canada sont estimés respectivement à 1,6 milliard de dollars et à 3,7 milliards de dollars annuellement.⁶² Une augmentation des taux d'activité phy-

sique de 10 pour cent seulement épargnerait aux Canadiens et aux Canadiennes plus de 150 millions de dollars annuellement pour les seuls coûts directs des soins de santé.⁶³

Étant donné que les coûts de soutien au sport assumés par les gouvernements sont faibles en comparaison des dépenses de santé associées à l'absence d'activité physique, accroître la pratique du sport pourrait s'avérer une stratégie rentable pour améliorer la santé des Canadiens et des Canadiennes et pour réduire de façon importante les coûts de santé à l'échelle nationale.⁶⁴



4. Développer les enfants et les jeunes vers un parcours de vie positif

En même temps que les bénéfices du sport pour la santé sont importants et largement reconnus, les Canadiens et Canadiennes accordent une très grande valeur à ce que le sport peut faire pour leurs enfants. Près des deux tiers des Canadiens et Canadiennes déclarent que leurs enfants sont, ou ont été, engagés dans le sport.⁶⁵

Il existe un fort consensus partout au pays selon lequel le sport dans la communauté se classe parmi les forces les plus positives dans la vie des jeunes d'aujourd'hui, même davantage que l'école, les amis et les pairs, la religion et la musique/l'industrie du divertissement.⁶⁶ En plus d'accorder au sport dans la communauté le crédit de constituer une force constructive dans la vie des enfants et des jeunes, plus de 80 pour cent des Canadiens et Canadiennes croient que la promotion de valeurs positives chez les jeunes devrait être une priorité du sport

Dans les sports organisés, le principal facteur qui détermine si les jeunes connaîtront une expérience positive ou négative, réside dans la qualité de l'encadrement et du mentorat offerts par les adultes – parents, entraîneurs, officiels et administrateurs.

au Canada,⁶⁷ soulignant ainsi l'importance d'orienter le sport dans la bonne direction.

Les Canadiens et les Canadiennes ne se trompent pas à cet égard. La recherche au niveau international démontre que le sport peut contribuer à donner aux enfants un départ en santé dans la vie, aider ceux qui n'ont pas connu un bon départ à se remettre en piste et doter les jeunes de l'information, des compétences, des ressources personnelles et du soutien social dont ils ont besoin pour franchir avec succès les transitions importantes de l'existence.⁶⁸

Aider les enfants à apprendre et à se développer par le jeu

Le sport peut commencer tôt à apporter une contribution dans la vie des enfants. Le jeu est l'un des principaux moyens grâce auquel les jeunes enfants explorent et apprennent à connaître le monde et développent leurs aptitudes physiques, cognitives et socioémotionnelles.

Les premières années – de zéro à six ans – sont particulièrement importantes pour le développement du cerveau des enfants, avec des fenêtres favorables pour le développement des aptitudes clés qui leur permettront d'apprendre et de fonctionner plus tard dans la vie.⁶⁹ Cependant, une stimulation inadéquate et l'absence d'occasions favorables de développement durant cette période peuvent hypothéquer

ces possibilités et entraîner des conséquences durables pour l'avenir de l'enfant.⁷⁰ Les enfants qui vivent dans des milieux défavorisés sont davantage susceptibles d'être privés de stimulation appropriée et des possibilités de jouer qui leur permettraient de tirer profit de ces fenêtres de développement, bien que des enfants de tous les milieux socioéconomiques puissent être victimes de cette carence.

Le jeu, qu'il soit structuré ou non structuré, aide les enfants à tirer le meilleur parti de ces occasions favorables.⁷¹ Les jeunes enfants ont particulièrement besoin – et profitent d'autant – de ces occasions de jeu non structuré, autodirigé, qui contribuent à leur développement physique, moteur, créatif et social et à l'acquisition de l'autonomie.⁷²

En termes de jeu et d'activités structurées, la recherche qui se fonde sur l'Enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes⁷³ a révélé qu'en 1998-1999, on estimait à 87 pour cent le nombre des enfants canadiens âgés de 4 à 15 ans qui participaient à des activités organisées à l'extérieur de l'école. Parmi les enfants âgés de 4 à 9 ans, ceux qui participaient à des activités, particulièrement les sports, avaient tendance à éprouver moins de difficultés en lecture ou en mathématiques que ceux ne participaient que rarement ou jamais.

Alors que le sport compétitif est beaucoup trop complexe pour de très jeunes enfants, des jeux adaptés à l'âge ainsi que l'activité physique conçue pour aider les jeunes enfants à acquérir la mobilité, la coordination, la connaissance du monde et d'eux-mêmes, la confiance en soi et les premières habiletés sociales, peuvent appuyer leur développement positif et compléter la stimulation des parents et des personnes qui s'en occupent.⁷⁴ La participation des parents ou des personnes qui s'occupent des enfants à l'activité physique peut aussi les aider à apprendre de nouveaux moyens de stimuler l'enfant et de renforcer le lien qui les unit.

Développer la capacité physique et les habiletés motrices

La période de la petite à la moyenne enfance est celle où les enfants acquièrent la force, la coordination et les habiletés motrices nécessaires pour se mouvoir efficacement et avec confiance dans des circonstances physiquement exigeantes.⁷⁵ Quand ces habiletés motrices ne sont pas acquises, les enfants sont davantage susceptibles de souffrir d'un conditionnement cardiorespiratoire réduit, d'être moins motivés à participer à des activités physiques organisées et à prendre part à des activités de loisir saines.⁷⁶

Le sport et l'activité physique peuvent aider les enfants à développer cette base générale d'habiletés motrices et une compréhension des concepts généraux concernant la façon dont leur corps se meut.⁷⁷ Des activités sportives adaptées à l'âge et des jeux impliquant une activité physique et mettant l'accent sur les habiletés et l'expression plutôt que sur la compétition et les stratégies d'équipe, sont idéals à cet égard pour des enfants de moins de 12 ans.⁷⁸ Les activités efficaces au niveau préscolaire et primaire comprennent des activités qui aident les enfants à développer leurs habiletés de base comme courir, sauter, frapper du pied et lancer.⁷⁹ Elles doivent accorder une attention particulière à s'adapter à la capacité émergente des enfants à voir les choses du point de vue des autres, à développer leurs aptitudes de base à la coopération,⁸⁰ à explorer leurs aptitudes et leurs talents et à développer un sens de la réussite.⁸¹

À ce stade, un enseignement et un entraînement efficaces consistent à encourager et louer l'effort plutôt que la victoire, et à promouvoir l'apprentissage en fournissant encouragement et orientation vers des habiletés spécifiques.⁸² À mesure que les enfants vieillissent, les stratégies d'équipe et la compétition peuvent être introduites et utilisées pour accroître le développement d'habiletés motrices et d'habitudes spécialisées et pour améliorer la créativité, l'attention, l'équilibre, la coordination, l'agilité, la force, l'endurance et le savoir.⁸³

Les jeunes athlètes ont, par rapport aux non-athlètes, plus tendance à manger sainement et être moins pesants et ils sont moins portés à faire usage de tabac et de drogues, à s'adonner à des activités sexuelles ou à s'ennuyer ou être sans espoir.

Maintenir les enfants et les jeunes actifs et en santé

Le sport procure aux enfants et aux jeunes des bénéfices plus larges en matière de santé. Alors que les liens entre l'activité physique et la prévention de la maladie chronique ne sont pas aussi étroits qu'ils le sont pour les adultes (vraisemblablement parce que les enfants sont généralement en meilleure forme et plus actifs que les adultes et, en conséquence, sont moins exposés à de nombreuses maladies chroniques), les enfants et les jeunes qui ne sont pas suffisamment actifs physiquement ont tendance à être plus exposés à souffrir d'obésité, de diabète de type 2, de maladie cardiovasculaire, d'invalidité et d'habiletés motrices insuffisantes.⁸⁴ La pratique régulière de l'activité physique durant l'enfance et l'adolescence peut toutefois :

- aider à développer et maintenir une ossature, des muscles et des articulations en santé;⁸⁵
- aider à contrôler le poids, développer une musculature sans gras et réduire le tissu adipeux;⁸⁶
- prévenir ou retarder le développement d'une tension artérielle élevée et aider à réduire la pression sanguine chez les adolescents souffrant d'hypertension;⁸⁷
- diminuer le risque de maladie cardiovasculaire;⁸⁸ et

- réduire les sentiments d'anxiété et de dépression.⁸⁹

Utiliser le sport pour réduire chez les jeunes les comportements constituant un risque pour la santé

Des expériences positives de développement par le sport qui rehausse la perception de soi et l'estime de soi de l'adolescent semblent exercer un impact positif sur les comportements constituant un risque pour la santé chez les jeunes.

En général, il semble clairement démontré que, même si les athlètes sont davantage susceptibles d'encourir le risque de se blesser accidentellement que les non-athlètes,⁹⁰ les jeunes qui participent à des programmes de sport compétitif sont davantage portés à manger sainement et à être moins pesants et être moins portés à faire usage de tabac et de drogues, à s'adonner à des activités sexuelles ou à s'ennuyer ou à être sans espoir.^{91,92} Les adolescents athlètes, masculins et féminins, sont moins susceptibles que les non-athlètes de faire usage de drogues, incluant la marijuana, le crack, la cocaïne, l'héroïne et les hallucinogènes. Ceux qui pratiquent le sport, autant les hommes que les femmes, déclarent une incidence légèrement supérieure de consommation occasionnelle excessive d'alcool que ceux qui n'en pratiquent pas, mais néanmoins une consommation d'alcool moindre dans l'ensemble.⁹³

Les sports organisés sont aussi associés à moins de comportements antisociaux, comme porter une arme ou envisager ou tenter de se suicider.⁹⁴ La pratique du sport est généralement associée à moins d'actes de violence,⁹⁵ mais la pratique de sports de contact hautement compétitifs (par exemple, le hockey sur glace, le football et le rugby) peut, dans certains cas, provoquer un excès d'anxiété, d'agressivité et de comportements violents.

Il est important de noter, toutefois, que ces résultats proviennent surtout des adultes, particulièrement de parents et d'entraîneurs, qui

mettent trop l'accent sur la victoire et laissent voir, directement ou indirectement, qu'un comportement agressif est un moyen acceptable de remporter la victoire.⁹⁶ Ce fait souligne, encore une fois, l'importance de s'assurer que le sport, et ceux qui sont engagés dans le sport chez les jeunes, renforcent les valeurs positives plutôt que les valeurs négatives sur la patinoire et l'aire de jeu. Cette responsabilité incombe aux adultes, puisque leurs attitudes et leurs actions détermineront ultimement les valeurs et le comportement qui vont s'exprimer sur la surface de jeu.

Le sport peut aussi être utilisé comme un outil pour bâtir la confiance et, de cette façon, réduire potentiellement les comportements sexuels à haut risque.⁹⁷ Les niveaux de confiance des jeunes gens sont étroitement associés à leur tendance à se comporter de façon plus responsable sur le plan sexuel. Les adolescentes qui pratiquent un sport sont moins susceptibles que leurs pairs non athlètes à s'adonner à des activités sexuelles et/ou à tomber enceintes.⁹⁸ Une recherche plus poussée s'impose, toutefois, pour déterminer si, en fait, il s'agit ou non d'un lien de cause à effet.

Les programmes de sport peuvent aussi servir de plateforme pour renseigner les jeunes gens sur le VIH/SIDA et autres risques pour la santé, les munir d'information, de savoir-faire et de modèles véritables capables de les aider à se protéger eux-mêmes en adoptant des comportements correspondant à un style de vie sain. Des athlètes de haut niveau et des entraîneurs locaux qui incarnent des valeurs et des comportements positifs peuvent jouer un rôle important à cet égard et exercer une forte influence sur les enfants et les jeunes qu'ils rejoignent. Les recherches ont démontré de façon constante que l'interaction régulière avec un adulte bienveillant non apparenté peut contribuer à protéger les jeunes contre des facteurs de risque qui, autrement, pourraient influencer négativement leur santé ou leur avenir.⁹⁹

Des programmes de sport efficaces pour la santé responsabilisent et soutiennent les jeunes en développant leurs talents, en les amenant à dialoguer sur des questions de santé, en les faisant participer aux décisions concernant les programmes auxquels ils prennent part, en leur

proposant des rôles et des responsabilités de leader et en les encourageant à apporter une contribution à leurs collectivités par d'autres moyens. Ensemble, ces approches peuvent aider les jeunes à devenir plus résilients et à mieux gérer les risques et les stress dans leurs vies.¹⁰⁰

Plus de 80 pour cent des Canadiens et Canadiennes croient que la promotion de valeurs positives chez les jeunes devrait être une priorité du sport au Canada, soulignant ainsi l'importance d'orienter le sport dans la bonne direction.

Reconnaître les bénéfices particuliers du sport pour les filles

L'association traditionnelle du sport avec la masculinité et la prédominance persistante de certains aspects du sport par les hommes, à l'exclusion des femmes, vient renforcer l'idée que le sport non seulement reflète l'inégalité fondée sur le sexe dans l'ensemble de la société, mais qu'il y contribue. Bien qu'il existe des preuves que cette assertion soit vraie à certains égards, il y a aussi des preuves démontrant qu'une expérience positive du sport peut contribuer à l'inclusion complète des filles et des femmes :¹⁰¹

- en améliorant leur santé et leur bien-être;
- en favorisant leur estime de soi et leur responsabilisation;
- en facilitant leur inclusion et leur intégration dans la société;
- en modifiant les normes fondées sur le sexe; et

- en fournissant aux femmes des possibilités d'exercer un leadership et de s'accomplir.

La recherche sur les impacts positifs des expériences sportives chez les jeunes ont démontré que les effets sur les adolescents et les adolescentes ne sont pas identiques et que les filles retirent des bénéfices particuliers de la pratique du sport, en plus de ceux qu'elles partagent avec les garçons. En ce qui a trait aux bénéfices pour la santé physique, les gains en masse osseuse résultant de la pratique du sport sont particulièrement importants chez les filles; comme elles sont davantage sujettes à souffrir d'ostéoporose plus tard dans la vie, la masse osseuse qu'elles acquièrent pendant l'adolescence joue un rôle protecteur important contre cette maladie.¹⁰²

Concernant la santé mentale, les adolescentes sont davantage susceptibles de souffrir d'anxiété et de problèmes de dépression que les garçons. À 15 ans, les filles ont deux fois plus de chances d'avoir vécu un épisode de dépression grave.¹⁰³ Les filles sont aussi davantage sujettes, et ce, dans une proportion importante, à envisager le suicide.¹⁰⁴ La recherche suggère que l'activité régulière peut aider à réduire l'anxiété et la dépression, exercer un effet positif sur le bien-être psychologique des filles et que les bénéfices à court terme peuvent se faire sentir même plus fortement chez les filles que chez les garçons.^{105,106}

Pour ce qui est de la réussite scolaire, les filles qui pratiquent le sport ont plus de chances de manifester des valeurs en faveur de l'éducation, bien qu'il ne soit pas encore démontré clairement qu'il s'agit là d'une relation de cause à effet. Des études réalisées aux États-Unis signalent que :¹⁰⁷

- les filles qui font du sport sont plus susceptibles de réussir leurs études que celles qui n'en font pas;
- les athlètes féminines qui fréquentent l'école secondaire manifestent un intérêt accru à obtenir leur diplôme d'études autant secondaires que collégiales; et

- les athlètes féminines appartenant à une minorité ethnique obtiennent de meilleurs résultats scolaires et font preuve d'une plus grande participation aux activités extrascolaires que les non-athlètes et, dans certains cas, les risques qu'elles abandonnent l'école sont considérablement moins élevés.

La pratique du sport peut aussi contribuer à ébranler des stéréotypes sexuels traditionnels concernant les aptitudes scolaires, étant donné que des études ont démontré que la pratique du sport chez les filles est associée à une performance améliorée en sciences et en mathématiques.¹⁰⁸

Des études tendent aussi à démontrer que la pratique du sport peut contribuer à des sentiments plus généralisés de responsabilisation chez les filles et les femmes.¹⁰⁹ Dans plusieurs situations, les adolescentes peuvent être tentées de voir leurs corps comme des objets sexuels et des ressources de reproduction pour les hommes, plutôt que comme des sources de force pour elles-mêmes.¹¹⁰ Des expériences positives de sport peuvent contribuer à contrebalancer ces influences en permettant aux filles de développer un sens plus aigu de propriété de leurs corps¹¹¹ et un sens plus vigoureux d'identité et d'autodirection.¹¹² Des études américaines montrent que les adolescentes qui pratiquent un sport ont tendance à devenir sexuellement actives plus tard dans la vie, à avoir moins de partenaires et, une fois sexuellement actives, à faire davantage usage de la contraception que les filles non sportives.¹¹³ Cette constatation est peut-être attribuable au fait que la pratique du sport augmente l'estime de soi chez les filles¹¹⁴ ou que le statut d'athlète véhicule avec soi une forte identité publique.¹¹⁵ Quelles que soient les raisons, l'augmentation du nombre de filles qui font du sport ou de l'activité physique semble ouvrir des voies par lesquelles elles peuvent acquérir de nouvelles appartenances à la communauté et participer plus équitablement à la vie de la collectivité.¹¹⁶

Les recherches ont démontré que les jeunes qui pratiquent le sport sont moins susceptibles que ceux qui n'en pratiquent pas d'adopter des comportements délinquants et ils ont des taux plus faibles d'arrestations criminelles et de comportement antisocial. Cette relation a tendance à être plus forte parmi les jeunes de milieux défavorisés et les athlètes évoluant dans le sport mineur.

Favoriser un développement positif des jeunes

Le sport peut aussi contribuer positivement au processus de formation identitaire de l'adolescent, une étape critique de la transition de l'adolescence à l'âge adulte. La formation identitaire est achevée quand les jeunes arrivent à une perception stable de qui ils sont.¹¹⁷ Les activités de loisir qui impliquent défi, effort et concentration ont un effet bénéfique pour ce processus, en ce qu'elles sont promotrices de l'exploration de soi, de l'estime de soi, de la perception de soi et du sentiment d'être en contrôle.¹¹⁸

Les jeunes gens qui pratiquent le sport ont un pointage significativement plus élevé en matière de perception de soi que ceux qui ne font pas d'activité physique dans un club sportif; les filles en retirent d'ailleurs davantage de profit que les garçons à cet égard.¹¹⁹ Une analyse par tranches d'âge démontre que la perception de soi est remarquablement stable chez les jeunes qui sont physiquement actifs pendant toute l'adolescence et que leur perception de soi physique représente une

part hautement significative de leur perception de soi générale, particulièrement au début de l'adolescence.¹²⁰ L'amitié aussi joue un rôle important dans la formation identitaire des jeunes. Le sport facilite ce processus quand il offre aux jeunes gens des occasions de développer de solides relations sociales avec des pairs.

Une recherche qui a suivi à la trace des jeunes de 12 à 15 ans sur une période de quatre ans, à l'aide des données fournies par l'Enquête longitudinale nationale canadienne sur les enfants et les jeunes, a démontré l'existence d'une association entre la participation régulière à des activités sportives et une estime de soi plus élevée ainsi qu'une meilleure santé.¹²¹ Les jeunes qui n'avaient que rarement ou jamais participé à des sports organisés avaient plus tendance à avoir une estime de soi plus faible et à éprouver des difficultés avec les amis. Ils étaient aussi davantage portés à fumer. Les faibles niveaux d'estime de soi étaient quatre fois plus élevés parmi ce groupe que chez ceux qui avaient toujours participé à des activités sportives. En outre, les jeunes qui avaient déjà pratiqué des sports, mais qui avaient cessé en 1998-1999, avaient trois fois plus de chances d'indiquer des niveaux plus faibles d'estime de soi que ceux qui n'avaient jamais cessé de s'adonner à la pratique du sport. Finalement, les jeunes qui participaient régulièrement depuis des années à ces activités sportives organisées étaient davantage susceptibles d'indiquer qu'ils estimaient important d'exprimer leur opinion et qu'en regardant vers l'avant sur un horizon de cinq ans, ils avaient de meilleures perspectives d'avenir.

Les adolescentes qui pratiquent le sport sont moins susceptibles que leurs paires non athlètes à s'adonner à des activités sexuelles et/ou à tomber enceintes.

L'enquête 2003 d'Ipsos-Reid sur les Canadiens âgés de 12 à 21 ans a fait écho à ces résultats. Les répondants indiquaient que la pratique des sports :¹²²

- avait amélioré leur santé (99 pour cent);
- les avait aidés à se faire des amis (87 pour cent);
- avait amélioré leur perception d'eux-mêmes (85 pour cent);
- les avait aidés à réussir à l'école (58 pour cent); et
- les avait aidés à devenir plus actifs au sein de leur famille (54 pour cent).

Ces bénéfices ne sont pas automatiques, toutefois. Des expériences de sport et d'activité physique négatives peuvent aussi nuire à l'estime de soi. Dans certains cas, particulièrement chez les filles, la pratique du sport peut aussi être associée à une image corporelle déformée, à des efforts irréalistes pour perdre du poids et à un style de vie malsain.¹²³ De bons programmes de sport, toutefois, font attention à ces risques et les minimisent.

Améliorer les résultats scolaires

Le sport et l'activité physique jouent aussi un rôle important dans la vie scolaire en aidant les jeunes à améliorer leurs niveaux de réussite scolaire, leur comportement, leur assiduité, leur santé et leurs habiletés sociales.¹²⁴

Contrairement à l'opinion selon laquelle le temps passé à faire de l'activité physique compromet la performance scolaire, les recherches ont démontré que, dans certaines conditions, c'est le contraire qui se produit et ce, même si les raisons de cette relation ne sont pas encore complètement éclaircies.^{125,126} Nous savons effectivement que l'exercice physique provoque à court terme, chez les enfants et les jeunes, un état de relaxation marqué par une amélioration de la con-

centration, un accroissement de la créativité et de la mémoire, une meilleure capacité de résoudre des problèmes et de remplir sa tâche ainsi qu'une amélioration de l'humeur.¹²⁷ Dans un contexte scolaire, de tels effets entraînent un meilleur environnement d'apprentissage et une disponibilité accrue des enfants à apprendre.¹²⁸

À long terme, l'activité physique régulière est aussi associée à une augmentation de la confiance en soi et de l'image de soi, au soulagement de la frustration, à la réduction de l'agressivité et à la diminution de l'anxiété et de la dépression.¹²⁹ Cette constatation est en accord avec la recherche qui démontre que la participation à des activités physiques à l'école peut entraîner des perceptions de soi, sociales et scolaires beaucoup plus saines, des humeurs positives et des expériences agréables.¹³⁰ Au Royaume-Uni, les écoles qui ont implanté des périodes d'activités plus structurées, intentionnelles et des occasions de pratiquer des habiletés reliées au programme d'éducation physique, ont connu des niveaux plus faibles de délinquance et des comportements améliorés résultant directement de ces changements.¹³¹ Une recherche longitudinale additionnelle réalisée au Royaume-Uni confirme que le sport peut contribuer à l'identification à l'école et aux valeurs scolaires et à l'engagement envers celles-ci, ce qui influe positivement sur le rendement scolaire.¹³²

Enseigner des valeurs positives et des compétences pour la vie

Le sport est aussi largement considéré comme un moyen puissant d'enseigner aux enfants et aux jeunes des habiletés sociales et des compétences pour la vie et de leur inculquer des attitudes et des valeurs positives. Selon le Conference Board du Canada, le sport offre aux jeunes gens un moyen d'obtenir et d'améliorer des compétences qui sont transférables à des parties importantes de la vie d'adulte.¹³³ Le savoir, les compétences pour la vie, la santé et les aptitudes physiques développées généralement au moyen d'expériences sportives positives profitent aux jeunes en améliorant leurs chances de trouver un emploi,

en élevant le niveau de leur revenu et en les rendant plus optimistes et prêts à s'engager comme bénévoles dans la communauté.¹³⁴

Bien que le caractère concluant de la recherche existante fasse encore l'objet de débats,¹³⁵ les données accumulées suggèrent qu'à mesure que les enfants prennent de la maturité et acquièrent la capacité de comprendre ce que ressentent les autres et d'assumer la responsabilité de leurs propres actions, le sport a le pouvoir de promouvoir un large spectre de compétences pour la vie et de valeurs qui se développent à partir de ces capacités,^{136,137} dont :

- l'esprit d'équipe;¹³⁸
- la communication;¹³⁹
- la prise de décision;¹⁴⁰
- la résolution de problème;¹⁴¹
- l'estime de soi;¹⁴²
- le sens de la communauté;¹⁴³
- la responsabilité personnelle;¹⁴⁴
- l'empathie;¹⁴⁵
- la résilience;^{146,147} et
- le développement sociomoral.^{148,149}

Même si ces compétences et qualités sont généralement bénéfiques, elles sont particulièrement utiles aux jeunes qui entrent sur le marché du travail. En examinant le chevauchement entre les compétences pour la vie développées au moyen du sport et les compétences importantes pour les employeurs de différents pays, l'Organisation internationale du travail a constaté que des programmes de sport bien conçus aid- aient les jeunes à acquérir de nombreuses compétences générales pour l'emploi, ainsi que des aptitudes à connotation éthique auxquelles

les employeurs accordent une valeur particulière comme le bénévolat, la prédisposition au travail d'équipe et à la consolidation d'équipe, la tolérance et l'acceptation des règles.¹⁵⁰ L'examen a aussi permis de découvrir que les jeunes travailleurs entrant sur le marché du travail avec des habiletés spécifiques au sport étaient probablement bien dotés en termes de créativité, de consolidation d'équipe et de comportement pacifique et tolérant face à la diversité culturelle – des qualités qui sont de plus en plus valorisées de nos jours dans les différents milieux de travail.¹⁵¹

Selon l'Enquête nationale sur le don, le bénévolat et la participation de Statistique Canada (1997, 2000), le sport prédispose également les jeunes à un engagement civique plus grand. Les adultes qui ont indiqué avoir participé à des sports organisés quand ils étaient jeunes avaient probablement fait aussi du travail bénévole et participé à la gouvernance étudiante dans une proportion beaucoup plus grande que ceux qui n'avaient pas participé à des sports organisés.¹⁵²

Bien que la mesure selon laquelle le sport peut spécifiquement faire progresser le développement moral et la formation du caractère fasse encore l'objet de débat entre les chercheurs,¹⁵³ la plupart d'entre eux conviennent que le sport offre des bénéfices potentiels aux jeunes quand ils y participent.¹⁵⁴ La plupart conviennent aussi que, même si les aptitudes à la pratique du sport ne confèrent pas en soi quelque bénéfice moral et que les expériences sportives varient largement, les interactions sociales associées à la pratique du sport comportent effectivement le pouvoir d'influer sur le développement moral.¹⁵⁵

L'atteinte de ce résultat dépend, cependant, du fait que le jeune pratique le sport dans un cadre qui favorise les expériences positives, minimise les expériences négatives¹⁵⁶ et enseigne la loyauté et l'esprit sportif de façon systématique et constante.¹⁵⁷ Le sport qui forme le caractère – c'est à dire qui développe les attitudes, les jugements et les comportements sociaux et moraux positifs – a moins à voir avec la prestation sportive elle-même qu'avec la philosophie de l'organisme sportif, la qualité de l'encadrement et de l'entraînement, la nature de

l'implication des parents et les expériences et les ressources individuelles des participants.¹⁵⁸

Le sport et l'éducation physique peuvent contribuer à améliorer la fréquentation scolaire des jeunes, leur comportement et leurs résultats scolaires.

Les recherches laissent entrevoir que les conditions suivantes rendent le sport plus propice au développement positif du caractère :

- le comportement, les attitudes et les décisions des adultes responsables, particulièrement les entraîneurs, font savoir aux jeunes quand des problèmes et leur solution ont une dimension morale;¹⁵⁹
- les jeunes participants se sentent personnellement responsabilisés¹⁶⁰ et font partie intégrante du processus de prise de décision;^{161,162}
- l'objectif principal du programme est d'aider les enfants et les jeunes à développer des habiletés sociales et des compétences pour la vie – et non de gagner;^{163,164}
- les relations entre les personnes créent un environnement social positif;¹⁶⁵
- les activités sont adaptées aux besoins des participants individuels;¹⁶⁶ et
- le programme prend en considération d'autres aspects de la vie des enfants et des jeunes qui y participent.¹⁶⁷

Prévenir la criminalité juvénile et l'implication dans des gangs

La recherche sur la participation des jeunes à des gangs criminalisés a révélé que l'absence d'un modèle d'adulte positif constitue, à lui seul, le plus grand facteur de risque d'adhésion à une gang¹⁶⁸ et un facteur clé de différenciation entre ceux qui font partie d'une gang et ceux qui n'en font pas partie,¹⁶⁹ soulignant, par le fait même, l'importance critique de modèles positifs d'adultes dans la vie des jeunes et la valeur potentielle des programmes de sport qui peuvent les fournir.

Dans toutes les collectivités, les jeunes peuvent être placés dans des circonstances qui augmentent leurs chances de sombrer dans la délinquance, les gangs et le crime. À cet égard, les facteurs suivants se sont avérés jouer un rôle :¹⁷⁰

- peu d'estime de soi et de confiance en soi;
- manque de camaraderie, de soutien et d'interaction sociale avec la famille et les pairs;
- faibles résultats scolaires ou absentéisme; et
- absence d'orientation de la part d'un adulte bienveillant.

Faisant partie intégrale de la culture de la jeunesse, le sport peut contribuer à affronter certains problèmes à l'aide d'une variété d'approches différentes :¹⁷¹

- cibler des « points chauds » locaux grâce à des activités attrayantes et positives pour les jeunes;
- développer la résilience chez les jeunes de façon à ce qu'ils puissent mieux résister aux pressions qu'ils subissent de prendre part à des activités nuisibles ou antisociales;

- fournir des occasions de participation et de création de liens sociaux;
- accroître l'estime de soi chez les jeunes ainsi que les habiletés organisationnelles et sociales;
- fournir des modèles positifs grâce aux entraîneurs et aux dirigeants des programmes, qui donnent l'exemple et énoncent des attentes claires quant au comportement des jeunes; et
- faire diminuer la perception et la crainte de la criminalité et de comportements antisociaux dans la collectivité.

Les recherches ont démontré que les jeunes qui pratiquent le sport sont moins susceptibles que ceux qui n'en pratiquent pas d'adopter des comportements délinquants¹⁷² et ils ont des taux plus faibles d'arrestations criminelles et de comportement antisocial.¹⁷³ Cette relation a tendance à être plus forte parmi les jeunes de milieux défavorisés¹⁷⁴ et les athlètes évoluant dans le sport mineur.¹⁷⁵

Pour fonctionner, cependant, les programmes de sport doivent être holistiques, fondés sur des valeurs et responsabilisants.¹⁷⁶ Les programmes qui sont purement récréatifs ou qui ne mettent l'accent que sur les habiletés sportives sont peu susceptibles d'être très efficaces. Les programmes de sport destinés à prévenir la criminalité juvénile fonctionnent mieux quand ils sont offerts dans le cadre d'un éventail plus large d'activités, en partenariat avec des agences locales de renouveau et des groupes locaux, avec une philosophie générale qui met l'accent sur les valeurs positives.¹⁷⁷

Les recherches au niveau international ont montré que les activités après l'école, dont le sport, associées à d'autres mesures d'incitation à la réussite scolaire, peuvent encourager les adolescents de milieux défavorisés à terminer leurs études secondaires, réduire les arrestations de jeunes dans une proportion allant jusqu'à 71 pour cent et accroître la fréquentation scolaire au niveau postsecondaire de 26 pour cent.¹⁷⁸ Le programme Youth Inclusion de Londres, en Angleterre, qui offre à des jeunes à risque vivant dans des milieux hautement criminalisés des

possibilités d'activités sportives et récréatives et d'apprentissage de compétences (alphabétisation, contrôle de la colère, comment faire face aux gangs et à la drogue) a eu pour résultat la réduction des expulsions d'école de 27 pour cent, des arrestations de jeunes de 65 pour cent et de l'ensemble de la criminalité dans le voisinage de 27 pour cent.¹⁷⁹

La recherche sur la participation des jeunes à des gangs criminalisées a révélé que l'absence d'un modèle d'adulte positif constitue, à lui seul, le plus grand facteur de risque de l'adhésion à une gang.

Les programmes de sport peuvent aussi constituer pour les jeunes une solution de rechange positive à l'appartenance aux gangs criminalisées. Les gangs sont attrayantes parce qu'elles comblent un vide créé dans les vies des jeunes par les problématiques soulignées précédemment. L'adhésion à une gang procure affiliation, confiance en soi, camaraderie, excitation et un rôle apprécié renforcé par le groupe.^{180,181} En faisant participer les jeunes à un sport dès le bas âge, ce vide peut être comblé avant même qu'ils ne s'engagent dans la délinquance ou les activités criminelles, en les aidant à s'engager sur une trajectoire de vie positive et en diminuant le risque de délinquance future qui, si elle n'est pas stoppée, se poursuivra bien souvent pendant toute la vie.¹⁸²

Fournir des modèles d'adultes positifs

Les modèles d'adultes constituent l'un des bénéfiques clés que le sport offre aux jeunes gens et jouent un rôle essentiel lorsqu'il s'agit de déterminer si les programmes de sport exercent une influence morale positive ou négative.

Ce que font les adultes compte encore plus que ce qu'ils disent pour ce qui est d'influer sur les attitudes, les habitudes et le comportement des enfants et des jeunes qu'ils côtoient sur une base quotidienne. Les jeunes forment leur caractère et acquièrent des notions d'esprit sportif et des principes d'éthique quand les buts, les attitudes et le comportement de l'entraîneur ou de l'enseignant – et par conséquent le programme – sont basés sur l'éthique.¹⁸³

Une relation émotionnelle positive constante avec un adulte bienveillant constitue également un facteur général de protection important qui aide à développer la résilience chez les enfants et les jeunes et leur permet de mieux gérer les difficultés dans leur vie.¹⁸⁴ Dans les sports organisés, le principal facteur qui détermine si les jeunes connaîtront une expérience positive ou négative, réside dans la qualité de l'encadrement et du mentorat offerts par les adultes – parents, entraîneurs, officiels et administrateurs.¹⁸⁵ La plupart des programmes qui connaissent du succès peuvent mettre en évidence le rôle d'influence de modèles d'enseignants et d'entraîneurs sportifs ainsi que d'athlètes talentueux et enthousiastes qui, par leurs actions tout autant que par leurs paroles, inspirent et orientent les enfants et les jeunes auprès desquels ils travaillent.

Cependant, le sport médiocre – le sport qui fait défaut de placer la santé, le développement et le bien-être des jeunes gens au cœur de l'expérience sportive – peut exposer les enfants et les jeunes à des expériences négatives, les décourager de participer et même entraver leur développement positif. Les valeurs et les pratiques auxquels font appel les parents, les entraîneurs et les bénévoles peuvent être puissamment habilitantes et enrichissantes pour les jeunes gens ou ils peuvent les dégoûter du sport à tout jamais, les privant ainsi d'occasions, d'expériences et de bénéfices enrichissants dont ils auraient pu profiter autrement.

Au Canada, les taux de pratique du sport atteignent un sommet entre 10 et 13 ans et déclinent par la suite de façon constante avec l'âge.¹⁸⁶ Selon l'enquête du gouvernement du Canada sur la jeunesse effectuée en 2003, les principales raisons invoquées par les jeunes pour ne pas pra-

tiquer un sport étaient le manque de temps (34 pour cent) et le manque d'intérêt (30 pour cent).¹⁸⁷

Si le manque d'intérêt peut être attribuable à un large éventail de facteurs, une enquête Decima de 2002 sur les Canadiens a souligné un ensemble de problèmes qui peuvent être à blâmer partiellement. Les répondants ont identifié les points suivants comme étant les problèmes les plus sérieux auxquels faisait face la communauté sportive de nos jours : l'accent mis sur la victoire/compétition (16 pour cent), la présence de la violence (10 pour cent), l'excès d'engagement des parents (10 pour cent), le manque de participation des parents (7 pour cent) et la faiblesse de l'entraînement/du leadership (6 pour cent).¹⁸⁸ Le harcèlement (38 pour cent), l'intolérance/le racisme (29 pour cent), le manque d'esprit sportif (21 pour cent) et les blessures (18 pour cent) ont également été identifiés comme des problèmes très sérieux.¹⁸⁹ Les parents qui estimaient que l'expérience sportive n'avait pas répondu à leurs attentes pour leur enfant, ont invoqué les raisons suivantes : manque d'intérêt/participation (25 pour cent), faiblesse de l'entraînement/supervision (14 pour cent), trop d'accent mis sur la victoire (12 pour cent) et influence/pressions des parents (8 pour cent).¹⁹⁰

En 2004, en réaction à des taux similaires d'abandon du sport chez les jeunes Américains, la firme de recherche Harris Interactive a effectué une enquête auprès de 1 228 répondants âgés de 8 à 18 ans sur leur participation à des sports organisés. L'enquête a révélé que la plupart des jeunes avaient déjà participé à des sports organisés à l'extérieur

Le sport offre aux jeunes un moyen d'acquérir et d'améliorer un éventail de compétences pour la vie qui peuvent améliorer leurs chances de trouver un emploi, élever le niveau de leur revenu et les rendre plus optimistes et prêts à s'engager comme bénévoles dans la communauté.

de l'école, mais presque 39 pour cent n'y participaient plus au moment de l'enquête. Bien qu'ils estimaient généralement positif le rôle joué par le sport organisé dans leurs vies, les répondants ont aussi signalé des expériences négatives telles que :

- avoir vu des parents hurler après les arbitres ou argumenter avec eux (31 pour cent);
- n'avoir pu jouer autant qu'ils l'auraient voulu (30 pour cent);
- avoir vu des parents hurler après les entraîneurs ou argumenter avec eux (28 pour cent);
- avoir entendu les entraîneurs ou les parents utiliser un langage grossier (27 pour cent);
- avoir eu des entraîneurs qui mettaient trop l'accent sur la victoire (23 pour cent);
- avoir eu des coéquipiers qui les insultaient (21 pour cent);
- avoir eu trop de séances d'entraînement (18 pour cent);
- avoir fait l'objet de pressions pour jouer quand ils étaient blessés (14 pour cent);
- avoir eu des entraîneurs qui les insultaient (11 pour cent);
- avoir eu à effectuer trop de déplacements pour les parties (9 pour cent); et
- avoir été frappé physiquement par un adulte (2 pour cent).

On croit que ces pressions ont contribué à diminuer les taux de participation aux sports, à mesure que les enfants vieillissaient. L'enquête a révélé que les jeunes cessaient de participer au sport organisé vers l'âge de 13 ou de 14 ans. En moyenne, ceux qui étaient âgés de 8 à 12 ans ont déclaré qu'ils cesseraient de participer à 13 ans, et ceux âgés de 13 à 18 ans ont dit qu'ils avaient cessé de participer à 14 ans.

Les raisons principales invoquées pour mettre fin à leur participation au sport organisé étaient les suivantes : ils avaient cessé d'y prendre plaisir (43 pour cent), ils n'avaient plus assez de temps (31 pour cent), ils ne croyaient pas être suffisamment bons pour jouer (27 pour cent).¹⁹¹ Ces résultats mettent en évidence le besoin d'une recherche comparable sur les expériences sportives des jeunes au Canada, si nous voulons encourager la poursuite de leur participation au sport et nous assurer qu'ils retirent le maximum de profit et de plaisir de leur expérience.

Il est instructif de noter que 63 pour cent des enfants et des jeunes sondés par Harris Interactive ont déclaré qu'ils préféreraient jouer pour une équipe de sport organisé qui perd la plupart de ses matchs, mais qui leur permet de jouer la plupart du temps, que de faire partie d'une équipe championne où ils ne jouent pas souvent.

Ces résultats soulignent l'importance de maximiser la participation et le plaisir, plutôt que la victoire, comme étant une stratégie essentielle au maintien de la participation des jeunes au sport.

La bonne nouvelle, c'est que la majorité des parents sondés au Canada (70 pour cent) estiment que leurs attentes pour ce qui a trait à ce que le sport devrait procurer à leurs enfants ont été satisfaites (56 pour cent) ou dépassées (14 pour cent).¹⁹² Toutefois, davantage pourrait être fait pour s'assurer à la fois que le sport procure les plus grands bénéfices possibles à nos enfants et à nos jeunes et que nous réussissons vraiment à favoriser la participation et le plaisir pour toute la vie.



5. Bâtir des communautés plus fortes et plus accueillantes

Bien que nous ressentions les bénéfices du sport presque immédiatement en tant qu'individus, le sport peut aussi jouer un rôle majeur de renforcement des collectivités en amenant les gens à se rassembler, en développant le capital social et en favorisant une meilleure inclusion des groupes marginalisés ou exclus. Ce point de vue est largement partagé par les Canadiens et les Canadiennes; 72 pour cent d'entre eux croient que le sport est un facteur contributeur clé à la qualité de la vie dans leurs collectivités.¹⁹³

Interrogés sur les façons spécifiques grâce auxquelles le sport contribue à leur qualité de vie, plus de 85 pour cent des Canadiens et Canadiennes sondés par le Conference Board du Canada indiquent la capacité du sport à :¹⁹⁴

- fournir un lieu où les gens peuvent se rencontrer et interagir;
- encourager les gens de divers horizons à travailler et à jouer ensemble;
- procurer à la collectivité des occasions de bénévolat;
- enseigner aux gens la responsabilité et le respect des autres et de la propriété d'autrui;
- amener des gens de tous les âges à participer activement à la vie de leurs collectivités;
- proposer aux gens un but à atteindre;
- fournir aux familles des occasions de mieux se connaître les unes les autres; et
- aider à prévenir la criminalité juvénile.

Développer le capital social

Ces exemples illustrent avec éloquence le pouvoir du sport de réunir personnes et collectivités, de créer un sens de la communauté, d'encourager la citoyenneté active et favoriser la confiance, la réciprocité et un sens de la sécurité parmi les membres de la collectivité. Réunis, ces éléments constituent le capital social de toute collectivité. Le capital social est important parce que les endroits où le capital social est plus développé sont généralement plus sécuritaires, mieux gouvernés et plus prospères que ceux où il l'est moins et les gens où le capital social est plus riche sont susceptibles d'être plus heureux, d'avoir une meilleure santé, de vivre davantage en sécurité et dans un milieu où il y a plus de travail que ceux où il l'est moins.¹⁹⁵ La recherche suggère que le capital social peut même expliquer, à l'intérieur d'un groupe ou entre des groupes, des différences en matière de taux de mortalité et de maladie qui ne peuvent être attribuées à d'autres causes connues.¹⁹⁶

Le sport peut aussi contribuer à renforcer les collectivités en développant le capital social et en favorisant une plus grande inclusion des groupes marginalisés ou exclus.

Les organismes communautaires sont l'un des principaux moyens par lesquels le capital social s'établit et se maintient.¹⁹⁷ Les 33 650 organismes de sport et de loisir au Canada jouent un rôle central à cet égard en favorisant trois types de capital social :¹⁹⁸

- Le capital social qui réunit – en amenant les gens à se rassembler et en renforçant les liens sociaux à l'intérieur des familles et du voisinage sur lesquels nous comptons tous pour une aide et un soutien informels et continus;
- Le capital social qui jette des ponts – en mettant en rapport des gens au-delà des barrières géographiques, économiques, ethnoculturelles ou autres, en suscitant plus de confiance, de solidarité et de cohésion sociale entre des groupes disparates de citoyens; et
- Le capital social qui crée des liens – en utilisant le sport pour attirer et mettre en rapport des personnes difficiles à atteindre et des populations défavorisées, en les reliant à des organismes, des services et des institutions de la collectivité qui peuvent leur venir en aide directement ou influencer sur les politiques de nature à améliorer leur sort.

Des recherches réalisées au Royaume-Uni et dans l'Union européenne sur la relation entre la participation aux activités sportives et le capital social a révélé que les deux sont fortement liés :¹⁹⁹

- Les nations ayant des proportions plus élevées de gens pratiquant le sport enregistrent aussi des niveaux plus élevés de confiance sociale et de bien-être, bien que la corrélation avec la confiance dans les institutions soit plus faible;

- Les personnes actives au sein d'organismes sportifs, tant comme membres que comme participants, sont plus susceptibles de voter, de communiquer avec un élu et de signer une pétition que ceux qui ne le sont pas et que le citoyen moyen;
- Les personnes qui participent à des activités sportives et à des clubs sportifs font preuve généralement de niveaux plus élevés de confiance dans la société, de confiance dans les institutions et de satisfaction dans la vie; et
- Les membres d'organismes sportifs sont plus aptes à être d'avis que l'immigration enrichit la vie culturelle d'une nation.

Le sport est également utile pour créer des liens entre les nouveaux arrivants et les services de soutien de la collectivité.

La capacité du sport à bâtir le capital social en fait un outil important pour les efforts de renouveau civique, mais aussi pour le soutien de la vie communautaire dans des milieux qui traversent des changements profonds et rapides. Une recherche australienne examinant le rôle du sport dans le maintien de la santé, du bien-être et de la vie communautaire dans de petites collectivités rurales, a révélé que les membres de la communauté considéraient le sport et les loisirs comme essentiels à la viabilité sociale et économique et à la pérennité de leurs municipalités.²⁰⁰ Les répondants voyaient les activités sportives comme une façon de maintenir ensemble leur communauté – en lui fournissant un sens de l'unité, en agissant comme un agent de nivellement social, en favorisant la confiance et en contribuant à la cohésion sociale. Le sport était également perçu comme un moyen d'accroître la fierté et la loyauté à l'égard de la collectivité.²⁰¹ L'étude a également révélé que, dans certaines municipalités rurales en déclin, les clubs sportifs constituaient la dernière infrastructure sociale qui leur restait, même si ces organismes faisaient face à une population vieillissante et en déclin.²⁰²

Le capital social constitue également un aspect important de l'édification de collectivités plus accueillantes. Les gens qui sont marginalisés ou exclus souffrent souvent de problèmes multiples. Ceux-ci naissent d'un manque de capital humain (par exemple, la confiance, l'estime de soi, l'instruction, les compétences à l'emploi) et de capital social, qui permet aux gens d'avoir accès aux personnes, aux ressources et à l'aide institutionnelle dont elles ont besoin pour relever des défis et concrétiser les possibilités qui s'offrent dans leurs vies.²⁰³ Parce que le sport peut aider des personnes autant à améliorer leur capacité qu'à s'inscrire dans des réseaux sociaux plus larges, il constitue de ce fait un moyen important de combler ces fossés au niveau individuel et sociétal. Cela comporte des implications importantes pour de nombreux groupes dans la société canadienne qui, actuellement, ne participent pas pleinement à la vie sociale, économique et culturelle du Canada.

Aider les nouveaux arrivants à s'intégrer plus rapidement au sein de la société canadienne

Les nouveaux arrivants au Canada – les preuves sont claires – éprouvent plus de difficulté à s'intégrer à leurs nouvelles collectivités et au marché du travail canadien que leurs prédécesseurs d'il y a 20 ans.²⁰⁴

Alors qu'il se fait peu de recherche au Canada sur le recours au sport pour améliorer l'intégration des nouveaux arrivants, un examen systématique du rôle du sport dans l'inclusion des réfugiés et des demandeurs d'asile au Royaume-Uni a fait appel à des études de cas pour déterminer les impacts positifs sur les participants. Ces impacts incluaient :²⁰⁵

- l'élimination des barrières entre les demandeurs d'asile/réfugiés et la population locale préexistante;
- l'amélioration des relations entre les demandeurs d'asile et les réfugiés de diverses origines ethniques; et
- des possibilités offertes aux demandeurs d'asile et aux réfugiés de développer leur estime de soi et leur confiance en soi.

Les participants ont largement attribué ces bénéfices à la capacité du sport de rassembler des gens provenant de différents horizons culturels.²⁰⁶

Le Royaume-Uni offre aussi des exemples d'utilisation du sport pour mettre en communication des nouveaux arrivants avec d'importants services et ressources de soutien. Le projet Sport Link, à Charnwook, Royaume-Uni, utilise les programmes de sport et d'exercice pour mettre en contact des femmes nouvellement arrivées avec des praticiens de médecine générale, des centres de santé et des centres locaux de loisir qui offrent des programmes de sport/d'exercice. Le sport permet aussi l'accès aux installations sportives universitaires dans un objectif d'encourager les aspirations des jeunes participants en matière d'instruction.²⁰⁷ Le Kingsway Court Health and Well-being Centre associe l'offre d'occasions de pratiquer des activités physiques et sportives à d'autres services pour les réfugiés et les demandeurs d'asile. Ceux-ci incluent l'information et la consultation en matière de santé pour les hommes et les femmes, le développement communautaire, les classes d'anglais langue seconde et le soin des enfants.²⁰⁸

Sur la base des données fournies par la recherche au niveau international, le Ontario Council of Agencies Serving Immigrants a identifié le sport et les loisirs comme un outil important d'intégration des jeunes immigrants et élaboré un modèle accueillant pour les loisirs à l'intention des jeunes immigrants et réfugiés dans le but de servir de base à des partenariats entre des organismes de sport et de loisir et des agences de services aux immigrants.²⁰⁹

Favoriser une inclusion plus grande des personnes ayant un handicap

Les gens aux prises avec des handicaps font face à plusieurs formes d'exclusion sociale, économique et politique. Celles-ci peuvent être intentionnelles ou non intentionnelles. Même en l'absence de stéréotypes négatifs et d'attitudes discriminatoires, les personnes qui ne souffrent pas d'un handicap peuvent être portées à sous-estimer

les capacités des personnes ayant un handicap et à se sentir dans l'incertitude sur la façon de les satisfaire et de les inclure dans des activités de tous les jours.

Le sport aide à faire tomber ces barrières en modifiant la façon dont la collectivité perçoit les personnes ayant un handicap, en concentrant l'attention sur leurs capacités et en faisant passer leur handicap de l'avant-plan perceptuel à l'arrière-plan.²¹⁰ Les personnes sans handicap rencontrent des personnes ayant un handicap dans un contexte positif, ce qui remet en question leurs présomptions sur ce que les personnes avec un handicap peuvent faire ou ne pas faire. Ceci les amènent à adopter un point de vue plus équilibré.²¹¹

Le sport transforme l'athlète avec un handicap d'une façon aussi profonde. En raison de leur exclusion, des personnes ayant un handicap peuvent avoir moins de possibilités d'acquérir des habiletés sociales importantes et de développer pleinement leur potentiel physique et mental. Grâce au sport, ces personnes peuvent :

- avoir accès à des occasions d'interaction sociale positive avec des pairs avec ou sans handicap, se faire des amis et développer des réseaux sociaux essentiels à leur santé et à leur bien-être;^{212,213}
- apprendre des habiletés d'interaction sociale essentielles telles que le travail en équipe, la coopération, l'importance des règles, la détermination d'objectifs, l'autodiscipline et la communication;^{214,215}
- devenir physiquement plus fortes grâce à l'amélioration de l'endurance, de la coordination, de la souplesse, de la posture, du tonus musculaire, de l'équilibre, de la force et du mouvement;^{216,217,218}
- améliorer leur développement socioémotionnel et leur capacité de s'aider soi-même,²¹⁹ en acquérant un plus grand contrôle émotionnel, la conscience sociale, la confiance en soi, l'estime de soi, le concept de soi, la motivation et l'autonomie;²²⁰ et
- devenir aptes à se défendre elles-mêmes et à défendre les autres.²²¹

Plusieurs de ces compétences peuvent se transférer dans le monde de l'emploi et contribuer ainsi à développer davantage l'autosuffisance.

Renouveler la culture autochtone

Au Canada, il existe des disparités importantes entre les possibilités sociales, économiques et culturelles à la disposition des peuples autochtones et des Canadiens et Canadiennes dans leur ensemble. Cela se reflète dans les taux plus élevés de maladie, de mortalité prématurée, de décrochage scolaire, de chômage, de pauvreté et d'incarcération chez la population autochtone du Canada.²²²

Les autochtones eux-mêmes et les gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux ont identifié le sport comme un moyen important de contribuer à réduire ces disparités, particulièrement celles qui affectent les jeunes autochtones, soit le segment de la population canadienne qui croît le plus rapidement.²²³

Le sport et les jeux centrés sur les habiletés traditionnelles et les principes fondés sur la culture ont toujours joué un rôle important dans la culture autochtone nord-américaine.²²⁴ Cela se vérifie de nos jours par la popularité et le succès des manifestations sportives et culturelles comme les Jeux d'hiver de l'Arctique et les Jeux autochtones de l'Amérique du Nord. Ces manifestations, auxquelles participent des milliers de jeunes autochtones canadiens, visent à améliorer la qualité de la vie des populations autochtones au moyen d'activités sportives et culturelles de leur choix, qui encourage la participation sur un pied d'égalité à la vie sociale et culturelles des communautés tout en respectant le caractère distinctif de la culture autochtone.²²⁵

Les preuves s'accumulent à l'effet que la continuité culturelle est essentielle à la restauration de la santé sociale, économique et spirituelle des communautés autochtones.²²⁶ À titre de caractéristique culturelle importante, le sport a un rôle à jouer dans ce processus. Un examen des résultats de recherches entreprises par l'Australian Sports Commission, confirme que le sport procure des bénéfices particuliers en ce qui concerne les communautés autochtones.²²⁷ Les carnivals sportifs orga-

nisés par les communautés indigènes locales ont été décrits comme des pivots pour la cohésion sociale et traditionnelle, principalement parce qu'ils sont organisés et gérés par les communautés autochtones elles-mêmes.²²⁸ La participation bénévole aux manifestations et aux activités sportives contribuent à la cohésion sociale à mesure que les personnes s'engagent comme entraîneurs, arbitres, administrateurs, gestionnaires et préposés à l'entretien de l'équipement et des installations. Les bénévoles acquièrent des compétences à l'emploi et le sentiment d'un but à atteindre, alors que les participants tout autant que les bénévoles profitent d'une estime de soi améliorée du fait de leur engagement.²²⁹

Le sport aide les personnes ayant un handicap à développer leur confiance en soi et leur estime de soi, de développer leurs aptitudes sociales et leurs réseaux sociaux et de devenir plus motivés et autonomes.

Le sport peut contribuer à faire face au problème de l'abus de substances. Les carnivals sportifs aident à enrayer à court terme l'inhalation d'essence, la consommation d'alcool et l'usage du cannabis en intégrant la non-consommation comme condition de participation,²³⁰ tandis que, de façon plus générale, les programmes de sport et de loisir se sont montrés efficaces pour prévenir l'inhalation d'essence, particulièrement chez les usagers occasionnels.²³¹ L'AFL Kickstart Program dans l'ouest de l'Australie a constaté que les joueurs de football étaient moins susceptibles de commettre des abus de substances que les non-joueurs pendant la saison de football.²³² La réduction de consommation d'alcool par les joueurs, à son tour, a entraîné une réduction de la consommation au sein des familles ainsi que des taux plus faibles de violence familiale. Les membres des communautés ont aussi estimé

que le football et les activités connexes avaient contribué à bâtir l'esprit communautaire.²³³

Le sport est aussi utilisé avec succès pour s'attaquer aux taux élevés de suicide chez les adolescents de certaines communautés autochtones. À Yarragah, une communauté autochtone australienne, les programmes de sport et de loisir après l'école offerts en continuité avec une série de mesures de soutien, ont réussi à réduire le taux de suicide à zéro, les crimes contre la propriété de 16 pour cent et les crimes contre les personnes de 72 pour cent au cours de la période 1993 – 1996.²³⁴

Le sport apporte des bénéfices particuliers aux communautés autochtones en termes de développement de la fierté culturelle, de la cohésion sociale, de l'estime de soi et des compétences transférables parmi les participants et les bénévoles.

Le sport s'est avéré un moyen efficace d'améliorer la fréquentation scolaire et la rétention des élèves, grâce à des initiatives telles que la politique « Pas d'école, pas de piscine » et l'ajout à la journée scolaire de programmes populaires comme les leçons d'équitation.²³⁵

Les programmes sportifs autochtones ont démontré les caractéristiques suivantes :²³⁶

Qualité – Bon leadership, entraîneurs et leaders de programme qualifiés et expérimentés, programmation basée sur les besoins, interaction continue avec les participants jusqu'à la fin du programme et environnements non menaçants, souples, variés, non nécessairement compétitifs et incluant des modèles non traditionnels de prestation.

Ressources – Ressources humaines (payées et bénévoles) et financières adéquates et soutenues pour faire fonctionner les programmes, payer le personnel et obtenir et entretenir les installations et l'équipement.

Communauté – Soutien, sens de la propriété et contrôle de la part de la communauté; participation locale à la planification et à la prestation; et une approche holistique avec des liens et/ou des partenariats avec d'autres programmes et agences.

Possibilités – Création de possibilités locales d'emploi et de bénévolat dans les domaines de la participation, du développement, de l'entraînement et du leadership associés au sport.

Accessibilité – Accès facile aux programmes grâce à une utilisation appropriée des installations, garantissant que les installations sont ouvertes aux périodes appropriées et minimisant les obstacles financiers, culturels, de transport et d'information.



Jeux du Canada / F. Scott Grant

6. Contribuer à l'économie canadienne

Le sport joue un rôle significatif dans l'économie, tout comme dans la vie sociale, des communautés en créant des emplois, en stimulant le tourisme dans les petites collectivités comme dans les grandes, en contribuant au renouveau économique du milieu local et en améliorant les compétences et la productivité dans le marché du travail.

Le Conference Board du Canada rapporte que :²³⁷

- les ménages canadiens ont dépensé 15,8 milliards de dollars pour le sport en 2004, soit 2,18 pour cent des dépenses totales des ménages;
- cette somme se traduit par un montant de 1 963 \$ en dépenses pour le sport par ménage canadien;
- le secteur du sport au Canada emploie 262 324 Canadiens et Canadiennes, ce qui représente 2 pour cent de tous les emplois au Canada; et

- le sport contribue à 1,2 pour cent de notre PIB national, soit une augmentation importante par rapport à 1996, alors que les dépenses pour le sport ne représentaient que 0,9 pour cent du PIB.

Accroître le tourisme au moyen des voyages et des événements sportifs

Un des moyens pour le sport de contribuer à la croissance de l'économie passe par le tourisme relié au sport. Les événements spéciaux, y compris les événements sportifs, sont devenus l'un des types de tourisme dont la croissance est la plus rapide et sont de plus en plus considérés par les professionnels du marketing du tourisme comme faisant partie intégrante du développement du tourisme.²³⁸ Les collectivités locales voient les événements spéciaux comme une façon d'améliorer les infrastructures locales en vue de générer des revenus aussi bien que les possibilités de loisirs agréables pour leurs résidents. La recherche sur l'impact économique des événements spéciaux démontrent que ces derniers profitent aux collectivités :²³⁹

- en augmentant le nombre de visiteurs touristes;
- en injectant des dépenses nouvelles provenant de l'extérieur de la collectivité;
- en augmentant l'emploi;
- en améliorant leur image;
- en rehaussant le développement touristique;
- en jouant un rôle de catalyseur pour le développement local;
- en prolongeant la saison touristique et en réduisant les fluctuations saisonnières;
- en stimulant la fierté collective; et
- en produisant des bénéfices sociaux et culturels accrus.

D'année en année, le Canada est l'hôte de plus de 250 000 événements sportifs.²⁴⁰ Alors qu'une portion significative du tourisme sportif est associée aux événements sportifs professionnels pour spectateurs, des jeux majeurs multisports amateurs tels que les Jeux olympiques, les Jeux paralympiques, les Jeux panaméricains et les Jeux de la francophonie, attirent aussi des milliers d'athlètes, membres de délégation, officiels, représentants des médias et spectateurs internationaux, qui dépensent localement en hébergement, repas, billets d'entrée aux événements, transport, cadeaux et souvenirs.

Le Canada accueille plus de 250 000 événements sportifs par année; celles-ci vont des manifestations professionnelles aux jeux multisports amateurs et aux tournois locaux, et toutes ces manifestations génèrent des bénéfices économiques sous forme de dépenses des visiteurs.

Ces événements produisent des bénéfices économiques immédiats, mais laissent aussi un héritage permanent sous forme d'infrastructures sportives de haute qualité et de visibilité au niveau international, qui amènent en permanence des niveaux plus élevés de tourisme sportif. Les Jeux olympiques d'hiver de Calgary en 1988 ont attiré vers Calgary plus de 150 000 personnes. Quarante pour cent d'entre elles visitaient Calgary pour la première fois, dont 27 pour cent qui n'avaient jamais entendu parler de Calgary auparavant. En plus des bénéfices économiques immédiats générés par ces visiteurs, les volumes de tourisme international à Calgary ont augmenté de façon importante depuis les Jeux.

Selon le Comité permanent de la Chambre des communes sur l'étude du sport au Canada, le sport a représenté une somme estimée de 4 milliards de dollars en dépenses de tourisme en 1997, en attirant des

Les équipements sportifs d'une collectivité aident les villes à attirer et à retenir des travailleurs dont le savoir est hautement recherché ainsi que les entreprises qui cherchent à les employer.

touristes de toutes les régions du Canada et en augmentant notre visibilité et notre réputation dans le monde.²⁴¹ En 2006, les enquêtes sur les voyages ont démontré que 4,17 millions ou 30,1 pour cent de tous les voyages-personnes comportant au moins une nuitée en provenance des États-Unis vers le Canada, incluaient la participation à une activité sportive ou de plein air.²⁴² Ces activités se classaient au sommet des activités pour ce segment du tourisme, avec le magasinage et les visites touristiques. La même année, 1,15 million ou 27 pour cent de tous les voyages internationaux vers le Canada (excluant ceux en provenance des États-Unis) incluaient la participation à une activité sportive ou de plein air.²⁴³

Une analyse réalisée par la province de Saskatchewan indique qu'environ 80 000 visiteurs, participants ou spectateurs (internationaux et nationaux), ont pris part à des manifestations sportives régionales, nationales et internationales tenues dans cette province au cours de la période 2000 – 2006. Les dépenses effectuées par ces visiteurs ont été évaluées à plus de 55,9 millions de dollars.²⁴⁴

Les voyages effectués par les Canadiens et les Canadiennes à l'intérieur du Canada représentent environ les deux tiers de toute l'activité touristique au Canada.²⁴⁵ Le sport joue un grand rôle dans cette portion du marché du tourisme. L'Enquête sur les voyages des Canadiens de 1996 a révélé que l'activité sportive représentait 26 pour cent de tous

les voyages-personnes entrepris par des Canadiens et des Canadiennes cette année-là. Près de 8,6 millions de voyages-personnes incluaient la présence à un événement sportif pour spectateurs, tandis que 35,8 millions de voyages incluaient la participation à une activité sportive ou de plein air.²⁴⁶

Les grands événements sportifs nationaux comme les Jeux du Canada, qui ont lieu à tous les deux ans, ou les championnats sportifs nationaux sont aussi une composante importante du tourisme sportif au Canada et procurent d'importants bénéfices économiques aux communautés hôtesse. Par exemple, les Jeux d'été du Canada de 2005, qui ont eu lieu à Regina, en Saskatchewan, ont attiré des dépenses de visiteurs estimées à 9 285 000 \$ qui, combinées aux dépenses d'exploitation de l'événement et aux investissements, ont généré 101 millions de dollars d'activité économique, un nombre d'emplois estimé à 955 et une contribution nouvelle de 42 millions de dollars au PIB, dont 32,3 millions de dollars dans la seule ville de Regina.²⁴⁷

La très grande majorité des événements sportifs au Canada sont régionales ou locales. Bien que la recherche sur les impacts économiques de ces types de manifestations ne fasse que commencer à apparaître, les études existantes révèlent que celles-ci génèrent des bénéfices économiques mesurables grâce aux dépenses effectuées sur place pour l'hébergement, les repas et les boissons, les achats et les souvenirs, bien que sur une échelle plus modeste que les grands événements.^{248,249}

Contribuer au développement et au renouveau de l'économie locale

Les infrastructures et les activités sportives dans une communauté influent sur l'attraction exercée par une collectivité auprès de nouveaux résidents aussi bien que des touristes. Dans son ouvrage retentissant intitulé, *The Rise of the Creative Class*,²⁵⁰ l'économiste urbain Richard Florida documente le rôle important que jouent les aménagements de sport et de loisir « just-in time » dans une communauté (tels que parcs,

terrains de jeu, pistes cyclables ou de randonnée pédestre et installations sportives publiques) pour rendre les communautés attrayantes auprès d'une main-d'œuvre instruite hautement mobile. L'ouvrage de Florida montre que la concurrence globale s'intensifie entre les régions urbaines pour attirer et retenir cette main-d'œuvre hautement spécialisée, qui constitue la clé du développement d'une économie locale basée sur le savoir et générant des emplois de haute qualité et la croissance économique.

Les entreprises à la recherche de nouveaux endroits où investir sont de plus en plus sensibles à la qualité de la vie comme étant un facteur important d'attraction et de rétention des employés hautement spécialisés dont elles ont besoin. En investissant dans les espaces verts à vocation sportive et de loisir, des installations et services qui plaisent aux travailleurs, les collectivités ne peuvent qu'accroître leur pouvoir d'attraction pour les entreprises qui cherchent à embaucher ces travailleurs.

Le sport peut aussi jouer un rôle différent, et néanmoins complémentaire, en améliorant le sort de collectivités moins favorisées qui connaissent des taux élevés de chômage et de pauvreté. Un examen de l'utilisation du sport dans le renouveau des milieux locaux au Royaume-Uni révèle que le sport peut procurer directement des possibilités d'affaires et d'emploi au niveau local et, par le truchement de projets locaux de sport et d'emploi, constituer la voie vers l'acquisition de la motivation et des compétences nécessaires pour avoir accès à ces possibilités d'emploi et à d'autres.²⁵¹ Ces compétences comprennent la confiance, l'estime de soi, des habiletés transférables et les qualifications de base. Toutefois, comme les gens qui vivent dans des milieux défavorisés sont probablement moins actifs dans le sport ou ont moins accès à une formation reliée au sport, ils ne sont souvent qualifiés que pour des postes dans le sport à faibles salaires et ne nécessitant pas de compétences particulières. Afin d'exploiter vraiment le potentiel du sport comme outil de renouveau du milieu local, les personnes concernées par le sport et les efforts de renouveau reliés à l'emploi devraient ;²⁵²

- élaborer un plan local de sport et d'emploi;
- soutenir la création de possibilités de nouveaux emplois dans le secteur du sport au niveau local;
- adopter une politique de recrutement local afin de combler les postes et fournir aux résidents locaux des occasions d'acquérir la formation et les qualifications nécessaires en matière de compétences dans le domaine du sport;
- fournir aux résidents locaux des occasions d'accroître leur employabilité et des compétences transférables grâce à la participation au sport et au bénévolat; et
- évaluer l'impact des projets de sport et d'emploi.

Rehausser les compétences et la productivité en milieu de travail

La pratique du sport – et plus largement de l'activité physique à différents niveaux – a des conséquences importantes tout autant pour la productivité économique. Les employeurs se tournent de plus en plus vers le sport et l'activité physique comme des moyens d'améliorer la productivité dans leurs milieux de travail. Une étude de 1981 examinant l'impact d'un programme de conditionnement physique en milieu de travail sur l'absentéisme dans une firme d'assurances de Toronto a révélé que le programme avait réduit les coûts d'embauche et de formation de

Les employeurs accordent beaucoup d'importance aux compétences transférables acquises par les participants et les bénévoles du domaine du sport parce que ces compétences améliorent la performance au travail.

273 000 \$ et les coûts de journées de maladie de 80 000 \$, pour une économie totale de 267 \$ par employé. L'étude concluait que l'entreprise pourrait épargner jusqu'à 1 pour cent de ses coûts de main-d'œuvre annuellement, sur la base d'un taux de participation au programme de 20 pour cent.²⁵³

Une revue des études sur l'absentéisme au travail de 1992 a confirmé ces résultats, en révélant que, dans 35 des 39 études, des améliorations importantes étaient associées aux programmes de conditionnement physique et de pratique des sports. En moyenne, les études révélaient une réduction d'absentéisme correspondant à 1,6 journée par employé, ce qui se traduisait par des économies de main-d'œuvre de 1,1 pour cent par année.²⁵⁴ Le Sondage national en milieu de travail au Canada, dans la même année, a confirmé que les employeurs qui offraient des programmes de vie active classaient l'amélioration de la productivité parmi les 4 premiers bénéfiques, en raison de la réduction de l'absentéisme, des accidents et du roulement au sein du personnel.²⁵⁵

Les politiques qu'adoptent les entreprises pour encourager les employés à faire de l'activité physique incluent les horaires de travail souples et des mesures incitant les employés à rejoindre les rangs de clubs sportifs/récréatifs ou à faire de l'exercice individuellement, les équipes sportives récréatives commanditées par l'entreprise et des installations en milieu de travail pour accommoder les employés actifs telles que douches ou supports à bicyclette.

Les employeurs accordent aussi beaucoup de valeur aux compétences transférables acquises par ceux qui pratiquent le sport ou y font du bénévolat. Selon l'enquête effectuée par le Conference Board du Canada, la grande majorité des participants actifs, des bénévoles et des spectateurs classent le sport comme un moyen important d'acquérir des compétences qu'ils peuvent appliquer ailleurs que dans le sport, dans leurs vies personnelles et aussi dans un large éventail d'emplois et de milieux de travail.²⁵⁶ Les bénévoles du sport ont identifié des compétences acquises encore plus fortes que ne l'ont fait ceux qui pratiquent un sport, parmi les huit catégories de compétences qu'ils étaient appelés à classer. Ils ont particulièrement accordé de la valeur aux compétences

d'entraîneur et de mentor, d'intégrité personnelle, de responsabilité à l'égard des autres, d'utilisation équitable ainsi que de leadership et des habiletés de travail en équipe.²⁵⁷ Les employeurs apprécient ces compétences parce qu'elles améliorent la performance en milieu de travail.



7. Promouvoir le développement durable

À mesure que l'intérêt pour les bénéfices économiques du sport augmente, on assiste également – autant à l'intérieur de la communauté sportive que sur une base plus large – à une prise de conscience croissante du pouvoir du sport d'être bénéfique pour l'environnement et de promouvoir une durabilité plus grande. Le sport est en mesure d'inculquer le respect de l'environnement – et le désir de le protéger – et de fournir une plateforme de mobilisation sociale en faveur de l'environnement, notamment en s'assurant que le sport à tous les niveaux apporte une contribution nette, plutôt que de constituer une nuisance, à la durabilité de l'environnement.

Encourager la sensibilisation à l'environnement et sa gestion

Étant donné que tant de sports se déroulent à l'extérieur, le sport a été traditionnellement associé étroitement à l'appréciation de la beauté de

la nature, ainsi qu'aux défis qu'elle suscite. Il découle de cette association, une prise de conscience que le sport sain exige un écosystème sain – air propre, eau non polluée et terre vierge. Les efforts importants pour améliorer la qualité de l'air à Beijing, en Chine, en vue de la tenue des Jeux olympiques d'été 2008 ne constitue qu'un exemple de cette nécessaire et étroite relation entre le sport et la gestion de l'environnement.

De nombreux investissements dans le sport dans la communauté sont des investissements dans des espaces verts et leurs utilisateurs deviennent souvent les défenseurs de leur protection, de leur entretien et de leur expansion.

De nombreux investissements dans le sport pour la communauté sont, en fait, des investissements dans des espaces verts additionnels, qui améliorent l'environnement et la qualité de la vie dans les collectivités canadiennes. Les parcs, les terrains de jeu, les aires de jeu, les pistes, les plages et autres installations extérieures procurent aux Canadiens et Canadiennes un accès à la nature, une qualité d'air améliorée et l'espace pour s'adonner à des activités physiques de plein air dans des environnements propres et agréables. Les membres de clubs sportifs et les autres usagers de ces espaces à des fins récréatives, à leur tour, se font souvent les défenseurs de leur protection, de leur entretien adéquat et même de leur expansion, tout comme ceux qui s'adonnent à des sports dans des régions sauvages se font souvent les avocats de leur protection et de l'utilisation durable des environnements plus éloignés.

Fournir une plateforme de mobilisation sociale

Cette relation entre le sport et l'environnement a été formellement reconnue et fait l'objet d'une promotion active par un large éventail d'organismes internationaux sportifs et environnementaux tels que le Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE), le Comité international olympique (CIO), le Forum mondial pour l'environnement et le sport, la Fédération internationale de football association (FIFA) et la Global Sports Alliance.

En 1994, le PNUE et le CIO ont signé une entente historique déclarant que la protection de l'environnement et le développement durable seraient le troisième pilier du mouvement olympique, avec le sport et la culture. Cette déclaration se traduit par un encouragement croissant à l'égard des villes qui aspirent à devenir le site de futurs jeux olympiques à faire la preuve de la durabilité de leurs plans et projets olympiques, en lançant de vastes innovations dans les domaines du développement et de l'exploitation d'installations sportives, de la gestion d'événements et du transport qui soient durables. VANOC, le comité organisateur responsable de la préparation des Jeux olympiques et paralympiques de Vancouver en 2010, a adhéré à cette philosophie; il vise à faire de Vancouver 2010 les premiers Jeux olympiques et paralympiques neutres en carbone (zéro net d'émissions de dioxyde de carbone) et trace des plans pour une ambitieuse campagne de sensibilisation et d'éducation du public en faveur de la protection et de la durabilité de l'environnement.²⁵⁸

La très grande visibilité des événements sportifs internationaux, comme les Jeux olympiques et paralympiques ou la Coupe du monde de la FIFA, offre une puissante plateforme pour la promotion de la protection de l'environnement en raison des assistances extraordinaires qu'attirent ces événements et de leur rayonnement global. Les athlètes de haut niveau, à leur tour, possèdent le même pouvoir d'atteindre un vaste public et de communiquer des messages en faveur de la durabilité de l'environnement. Plus important encore, leur influence en tant que modèles à suivre est susceptible de garantir que leurs messages

auront un impact sur le comportement – particulièrement sur celui des jeunes.

Des initiatives comme le projet international Ecoflag, qui enrôle les gens pratiquant un sport à promouvoir la durabilité de l'environnement dans leurs communautés respectives (dans ce cas, en affichant le drapeau écologique Ecoflag à l'occasion de leurs événements), tablent sur la tendance naturelle des gens de sport à prendre soin des endroits et des habitats qui leur procurent, à eux et à leurs familles, tant de plaisir. Ce désir se reflète dans la participation des groupes de sportifs à la planification locale des espaces verts, ainsi qu'à l'établissement et la protection de « ceintures vertes » autour des villes, afin de fournir l'assurance que les générations futures de résidents des villes et des banlieues pourront profiter des avantages récréatifs, esthétiques et de santé qu'offrent ces espaces naturels ouverts.

Rendre les installations sportives plus durables

Les modèles sportifs – entraîneurs locaux, athlètes et dirigeants sportifs – exercent le même pouvoir, à une échelle plus locale, de communiquer l'importance de la durabilité environnementale et de pratiquer un sport environnementalement responsable. Cela s'étend à ceux qui planifient, construisent et entretiennent les installations sportives dans les collectivités.

Construit en 1990, l'aréna de hockey de Selkirk, au Manitoba, est un complexe sportif de dimensions professionnelles qui utilise un système de pompe de chaleur géothermique pour le chauffage et la réfrigération. Ce système réduit considérablement les coûts élevés d'énergie normalement associés au maintien d'un aréna de cette dimension et élimine les risques des produits de refroidissement chimiques. L'aréna de Selkirk a servi de modèle pour d'autres installations locales et a suscité des améliorations ultérieures de conception qui sont maintenant mises au point dans d'autres collectivités.²⁵⁹

Une enquête nationale sur les aré纳斯 entreprise en 2005 a révélé qu'au cours de la prochaine décennie, la plupart des aré纳斯 au Canada devront être rénovés en profondeur ou remplacés.²⁶⁰ Au même moment, de nouvelles technologies intégrées de chauffage, de ventilation, de climatisation et de réfrigération offrent des possibilités d'économies d'énergie pouvant atteindre 60 pour cent.²⁶¹ Ces deux faits, combinés, mettent en évidence le potentiel de progrès significatifs destinés à rendre les infrastructures sportives canadiennes plus durables.

Des normes plus vertes pour les installations sportives et récréatives, combinées aux efforts pour améliorer la durabilité des installations existantes, sont la garantie que la communauté sportive fait sa part pour rendre nos collectivités plus durables et pour laisser en héritage un environnement positif aux générations futures.



8. Conclusion

La démonstration diversifiée et incontestable des bénéfices du sport invite les communautés et les décideurs à reconnaître la valeur du sport en tant qu'actif public substantiel, qui mérite notre attention et des efforts délibérés pour amplifier les effets positifs du sport d'un côté à l'autre du spectre complet des possibilités décrites dans ce rapport.

Le sport est un moyen puissant de promotion de la santé, mais un moyen encore plus puissant de développement du capital social et peut-être le système le plus efficace dont nous disposons, à l'extérieur de la famille, pour proposer aux jeunes des modèles d'adultes positifs et des mentors, en même temps que des occasions de développement positif.

La production de ces bénéfices, toutefois, n'est pas la fonction du sport à lui seul. Les communautés locales, là où le sport prend place et où les bénéfices sont les plus tangibles, ont un rôle de premier plan à jouer en mettant sur pied un système de sport pour la communauté complet et accueillant et en s'assurant que le sport que les Canadiens et Canadiennes obtiennent est, en fait, le sport qu'ils veulent. Cela est essentiel pour réaliser l'éventail complet des bénéfices que le sport peut

procurer. Des possibilités réparties équitablement de pratiquer le sport peuvent contribuer à rétrécir le fossé entre les groupes défavorisés et les groupes favorisés; en même temps, des expériences sportives de haute qualité stimulent la participation et favorisent le développement positif des participants et des collectivités.

Grâce à un développement délibéré et stratégique d'un sport pour la communauté, accessible et de haute qualité, les municipalités – de concert avec leurs nombreux partenaires et intervenants communautaires – peuvent utiliser l'influence du sport pour faire progresser un large échantillon de leurs objectifs sociaux et économiques et apporter une contribution mesurable à l'amélioration de la qualité de la vie dans leurs collectivités. Les commissions scolaires, les clubs de service, les groupements de gens d'affaires, les organismes de services communautaires, les fondations, les services de police, les travailleurs de la santé, les conseils de bande et, évidemment, les organismes de sport eux-mêmes ont tous un rôle à jouer dans ce processus.

Tous les ordres de gouvernement ont un rôle à jouer pour s'assurer que les infrastructures nécessaires pour permettre aux communautés de tirer profit du sport soient accessibles à toutes les collectivités, particulièrement celles dont les ressources sont limitées. Même si la communauté sportive offre des bénéfices à tout le monde, elle offre les plus grands bénéfices aux personnes, aux groupes et aux collectivités qui font face à l'isolement ou l'exclusion, à des difficultés économiques et, dans certains cas, au déclin. Nombre de politiques et de programmes gouvernementaux destinés à aider les Canadiens et Canadiennes et les collectivités à faire face à ces difficultés peuvent aussi bénéficier de l'intégration stratégique du sport comme d'un instrument à faible coût et potentiellement hautement efficace pour faire progresser leurs objectifs. Les effets, à facettes multiples, du sport pour la communauté ainsi que ses divers bénéficiaires invitent les gouvernements à aller au-delà des approches traditionnelles qui impliquent isolément les ministères et les services, pour adopter des approches transgouvernementales plus horizontales qui engagent l'ensemble des ministères et services intéressés à exploiter le pouvoir du sport.

Les bénéfices du sport dans la communauté invitent les collectivités et les décideurs à reconnaître sa valeur en tant qu'actif public d'importance et à accorder une attention et des efforts délibérés à s'assurer que ces bénéfices sont pleinement réalisés pour toutes nos collectivités.

En dépit de l'importance cruciale de toutes ces contributions, la qualité et l'impact ultime du sport pour la communauté incombent finalement aux individus – athlètes, parents, entraîneurs, administrateurs et bénévoles – dont les idées, les attitudes et les comportements déterminent si le sport que nous avons est, en fait, le sport que les Canadiens et les Canadiennes veulent.

Quand des athlètes d'élite sont en compétition, ils captent notre attention et portent avec eux nos cœurs et nos espoirs. Ils sont nos champions, mais aussi les bénéficiaires de notre appui et de nos ressources; ils sont de facto des ambassadeurs de nos collectivités et de notre pays et des modèles hautement visibles et influents pour nos jeunes. Comme tels, ils ont un choix particulièrement important à faire en ce qui a trait à leur comportement et aux messages qu'ils communiquent publiquement à propos du sport. En renforçant le pouvoir positif du sport pur par leurs paroles et leurs actions, à l'intérieur comme à l'extérieur de l'aire de jeu, ils peuvent inspirer, se faire les défenseurs et donner en retour. Ils peuvent ainsi, combler le fossé entre le sport que nous voulons et le sport que nous avons et accroître davantage le pouvoir du sport d'améliorer nos vies, de renforcer nos collectivités et de rendre le Canada meilleur.

Tous les Canadiens et Canadiennes et toutes les collectivités, d'une manière ou d'une autre, sont parties prenantes de ce même choix. Chaque partie que nous disputons, chaque match que nous organisons,

chaque course que nous faisons, grande ou petite, peut contribuer à bâtir un Canada plus fort pour l'avenir. En effectuant délibérément les bons choix, ensemble nous pouvons contribuer à faire en sorte que le sport que nous avons soit le sport que nous voulons – le sport pur – et, de ce fait, que le sport compte pour le Canada.

Notes

1 Pour les fins de ce rapport, le sport comprend toute activité physique basée sur des règles impliquant deux personnes ou plus qui s'affrontent dans une compétition pour déterminer un vainqueur et où le résultat est inconnu à l'avance. Comme l'activité physique est une composante essentielle de tout sport compris dans cette définition, le présent rapport traite des bénéfices de l'activité physique, en plus de ceux du sport en soi.

Ces données sont basées sur les réponses à l'Enquête générale sociale de Statistique Canada, dans laquelle la pratique d'un sport est définie comme une participation régulière au moins une fois par semaine durant une saison sportive ou une période de l'année, et le sport est défini comme une activité impliquant deux ou plusieurs participants qui s'affrontent dans un but de compétition.

2 Ifedi, Fidelis *La participation sportive au Canada, 2005*, Ottawa : Statistiques Canada, 2008, no au catalogue : 81-595-MIF2008060-Numéro 060, Document en ligne : <http://www.statcan.ca/bsolc/francais/bsolc?catno=81-595-MIF2008060>

3 *Ibid*, p. 11.

4 *Ibid*, p. 26.

5 *Ibid*, p. 1.

6 *Ibid*, p. 31.

7 Christine Cameron, Rebecca Wolfe, et Cora Craig, *Activité physique et sport : encourager les enfants à être actifs*, Toronto: Institut Canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, 2005 p. 89.

8 Ifedi (2008), p. 44.

9 *Ibid*, p. 47.

10 *Ibidem*

11 *Ibidem*

12 Statistiques Canada, *Force vitale de la collectivité : faits saillants de l'Enquête nationale auprès des organismes à but non lucratif et bénévoles*, Ottawa: Statistiques Canada, 2005, p. 32.

13 Dorsch, Kim; Reimer, Harold; Sluth, Valerie; Paskevich, David, et Chelladurai, Packianathan, *La motivation des bénévoles dans le domaine des sports : ce qui stimule*, Année internationale des volontaires, Programme de recherche, Toronto : Centre canadien de philanthropie, 2002. Document en ligne : http://nonprofitscan.imaginecanada.ca/files/fr/aiv/dorsch_fs_french.pdf

14 A. Doherty, *A Profile of Community Sport Volunteers*, Toronto: Parks and Recreation Ontario and Sport Alliance of Ontario, (2005), p. 3.

15 *Ibid*, p. 4.

16 Statistiques Canada (2005), *Ibid*, p 10 et p.14.

17 Imagine Canada, *Les organismes du domaine des sports et loisirs au Canada*, Toronto: Imagine Canada, 2006, 2p. Document en ligne : http://www.imaginecanada.ca/files/fr/nsnvo/8_sports_loisirs_fiche_d_info.pdf

18 *Ibid*, p. 16.

19 *Ibid*, p. 18.

20 *Ibid*, p. 11 et p. 25.

21 Decima, *Sondage sur les jeunes et le sport au Canada en 2002*, Ottawa : Centre canadien pour l'éthique dans le sport, 2002, p. 3.

22 *Ibidem*

23 The Strategic Counsel, *Pour y croire : Sondage auprès des Canadiens et Canadiennes sur les valeurs Sport pur. Un rapport au Secrétariat Sport pur*, Ottawa : Sport pur, 2005), p.9.

24 *Ibid*, p. 4..

25 *Ibid*, p. 21.

26 Jan Borms et Pekka Oja, « Summary and Future Perspectives » dans *Health Enhancing Physical Activity*, eds. Pekke Oja and Jan Borms, Oxford, Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd., 2004, p. 447.

27 Cameron, Wolf et Craig (2005), p. 7.

28 Michael Bloom; Michael Grant; et Douglas Watt, *Renforcer le Canada: Les avantages socioéconomiques de la participation sportive au Canada*, Ottawa : Conference Board of Canada, 2005, p. 22. Document en ligne :<http://sso.conferenceboard.ca/e-Library/LayoutAbstract.asp?DID=1341>

29 Y.K. Kesaniemi E. Danforth Jr, M.D. Jensen, P.G. Kopelman, P. Lefèbvre and B.A. Reeder, « Dose-response Issues Concerning Physical Activity and Health: An Evidence-based Symposium », *Medicine and Science in Sports and Exercise* 33, 6(Suppl.) juin 2001, S351-358.

30 Bloom et al (2005), p. 12.

31 *Ibidem*

32 *Ibid*,p. 16.

33 Kim Raine, *Le surpoids et l'obésité au Canada : Une perspective de la santé de la population*, Ottawa: Institut canadien d'information sur la santé, 2004, p. 9. Document en ligne : http://www.cihi.ca/cihiweb/dispPage.jsp?cw_page=GR_1130_F

34 Jeunes en forme du Canada, *Le temps ne fait pas toujours bien les choses : L'avenir du Canada en péril. Bulletin canadien de l'activité physique chez les jeunes - 2007*, Toronto: Jeunes en forme du Canada, 2007, p.13. Document en ligne : http://www.activehealthykids.ca/Ophea/ActiveHealthyKids_v2/upload/Full-French-Report-Card-2007.pdf

35 *Ibidem*

36 Jayadeep Patra, Svetlana Popova, Jürgen Rehm, Susan Bondy, Robynne Flint et Norman Giesbrecht, *Economic Cost of Chronic Disease in Canada*, (document préparé pour le Ontario Chronic Disease Prevention Alliance and the Ontario Public Health Association, mars 2007, p. 16. Document en ligne (en anglais): <http://www.cdpc.ca/media.php?mid=260>.

37 Voir *Guide d'activité physique canadien pour les enfants et le Guide d'activité physique canadien pour les jeunes*. <http://www.phac-aspc.gc.ca/pau-uap/condition-physique/downloads.html>

38 Jeunes en forme du Canada, p.6.

39 Darren Warburton, Crystal Whitney Nicol, et Shannon Bredin, «Health benefits of physical activity: the evidence » *CMAJ* 174, 6 (mars 2006), p.801-809.

40 Agence de santé publique du Canada , *Mortalité due aux maladies chroniques majeures s - Deux sexes combinés, tous les âges, 2001, Canada*, Agence de santé publique du Canada, Surveillance des maladies chroniques majeures en direct. http://dsol-smed.phac-aspc.gc.ca/dsol-smed/mcd-smcm/d_dis_f.html

41 OMS, Aide-mémoire # 317 - *Maladies cardiovasculaires*. OMS, février 2007. Document en ligne : <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs317/fr/index.html>

42 Warburton et al (2006), 802 et U.S. Surgeon General, *Physical Activity and Health: A Report of the Surgeon General*, Atlanta: U.S. Department of Health and Human Services, 1996, p.87. Document en ligne (en anglais) : <http://www.cdc.gov/nccdphp/sgr/sgr.htm>.

43 Patra et al (2007), p. 13.

44 A Samad, R Taylor, T Marshall, et M Chapman, « A meta-analysis of the association of physical activity with reduced risk of colorectal cancer » *Colorectal Disease*, no 7, (2004), p.204-213.

45 Warburton et al (2006), p. 803.

46 Agence de santé publique du Canada, *Surveillance des maladies chroniques majeures en direct*

47 Warburton et al (2006), p. 802.

48 *Ibidem*

49 *Ibid*, p. 803.

50 Étude canadienne multicentrique sur l'ostéoporose, « Objet de l'étude », *Étude canadienne multicentrique sur l'ostéoporose* . <http://www.camos.org/fr/index.php>

51 *Ibidem*

52 Warburton et al (2006), p. 804.

53 Janet Ruiz, *A Literature Review of the Evidence Base for Culture, the Arts and Sport Policy*, Edinburgh : Research and Economic Unit, Scottish Executive Education Department, 2004, p.127. Document en ligne en anglais : <http://www.scottishexecutive.gov.uk/Publications/2004/08/19784/41507>.

54 Résumé en anglais de : B Knechtle, « Influence of physical activity on mental well-being and psychiatric disorders », *Schweiz Rundsch Med Prax* no 93, p.35, (août 2004), p.1403-1411. Résumé en ligne : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15468581>.

55 Santé Canada, *Rapport sur les maladies mentales au Canada* , Ottawa : Santé Canada, 2002, p. 7. Document en ligne : <http://www.phac-aspc.gc.ca/publicat/miic-mmac/index.html>.

56 Patra et al (2007), p. 15.

57 *Ibid*, p. 14.

58 Ifedi (2008), p. 9.

59 Agency for Healthcare Research and Quality and the U.S. Centers for Disease Control, « Physical Activity and Older Americans: Benefits and Strategies », Agency for Healthcare Research and Quality et le U.S. Centers for Disease Control, <http://www.ahrq.gov/ppip/activity.htm>.

60 Mary Carmichael, « Stronger, Faster, Smarter », *Newsweek*, (26 mars 2007), 30-35. Document en ligne en anglais : <http://www.msnbc.msn.com/id/17662246/site/newsweek/Carmichael> (2007).

61 Bloom et al (2005), p. 22.

62 Résumé de: Peter T. Katzmarzyk, Norman Gledhill, et Roy J. Shephard, «The Economic Costs Associated with Physical Inactivity and Obesity in Canada: An Update » *Canadian Journal of Applied Physiology* vol. 29, no 2 (Avril 2004), p. 90-115. Document en ligne en anglais : <http://www.skhs.queensu.ca/epi/ABSTRACTS/abst81.htm>.

63 Peter T. Katzmarzyk, Norman Gledhill, Roy J. Shephard, « *The economic burden of physical inactivity in Canada* » *CMAJ* 2000; vol.163, no 11, p.1435.

64 Bloom *et al* (2005), p. 22.

65 The Strategic Counsel (2005), p. 31.

66 Decima (2002), p. 3.

67 *Ibidem*

68 Sport for Development and Peace International Working Group, *Harnessing the Development and Peace Potential of Sport: Advice to Governments*, Toronto: Sport for Development and Peace International Working Group Secretariat, (Publication de l'ébauche prévue en août 2008).

69 Max S. Cynader et Barrie J. Frost, « Mechanisms of Brain Development: Neuronal Sculpting by the Physical and Social Environment » dans *Developmental Health and the Wealth of Nations*, eds. Daniel P. Keating et Clyde Hertzman, New York: The Guilford Press, 1999, p.153-184.

70 *Ibid* et UNICEF, « Faits et chiffres sur les enfants » UNICEF, document en ligne : <http://www.unicef.org/french/earlychildhood/9475.html>

71 KR Ginsburg, American Academy of Pediatrics Committee on Communications et American Academy of Pediatrics Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health, « The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds » *Pediatrics*. (janvier 2007) ;vol. 119 (1) p.182-91.

72 Jane Hewes, « Let the Children Play: Nature's Answer to Early Learning », (document préparé pour le Conseil canadien sur l'apprentissage), Conseil canadien sur l'apprentissage, Novembre 2008. Document en ligne en version anglaise , <http://www.ccl-cca.ca/CCL/AboutCCL/KnowledgeCentres/EarlyChildhoodLearning/OurProducts/LessonsinLearningECL.htm>.

73 L. Hunter, S. Grenier, et S. Brink, « Enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes : participation aux activités », *Le Quotidien*, Statistiques Canada, 30 mai 2001. Document en ligne : <http://www.statcan.ca/Daily/Francais/010530/q010530a.htm>

74 Sport for Development and Peace International Working Group (ébauche août 2008).

75 M. Whitehead, « Physical literacy and its importance to every individual », (présentation à la National Disability Association, Dublin, Ireland, Février 2007). Document en ligne en version anglaise : <http://www.physical-literacy.org.uk/dublin2007.php>.

76 G.J. Welk, J.C. Eisenmann, et J. Dolman, « Health-related physical activity in children and adolescents: A bio-behavioural perspective » dans *The handbook of physical education*, eds. D. Kirk, D. Macdonald and M. O'Sullivan, London : Sage Publications Ltd., 2006, p. 665-684.

77 Robert M. Malina, Claude Bouchard, et Oded Bar-Or, *Growth, maturation and physical activity*, Champaign, Illinois : Human Kinetics Publishers, 2005.

78 Jay Coakley et Peter Donnelly, « Sports and Children: Are organized programmes worth the effort? » chapitre 5 dans *Sports in Society: Issues and Controversies*, McGraw Hill : Toronto, 2004, p. 129. Document en ligne en anglais : www.mcgrawhill.ca/college/coakley.

79 Daniel F. Perkins, « Parents: Making Youth Sports a Positive Experience », Pennsylvania State University, College of Agricultural Sciences Cooperative Extension, 2000. Document en ligne en anglais : <http://pubs.cas.psu.edu/freepubs/pdfs/ui350.pdf>.

80 Coakley and Donnelly (2004).

81 Perkins (2000).

82 *Ibidem*

83 David L. Gallahue et Frances C. Donnelly, *Developmental physical education for all children*, Champaign, IL: Human Kinetics, 2003.

- 84 S.J.H. Biddle, T. Gorely, et D.J. Stensel, « Health-enhancing physical activity and sedentary behaviour in children and adolescents », *Journal of Sport Sciences*, vol. 22, no8 (août 2004), p. 679-701.
- 85 US Secretary of Health and Human Services and US Secretary of Education, *Promoting Better Health for Young People Through Physical Activity and Sports, A Report to the President*, Washington, D.C. : 2000, p.7.
- 86 *Ibidem*
- 87 *Ibidem*
- 88 Biddle *et al* (2004).
- 89 US Secretary (2000), p. 7.
- 90 PW Baumert Jr, JM Henderson, NJ Thompson, « Health risk behaviours of adolescent participants in organized sports ». *J Adolesc Health*,; vol. 22, no 6 (juin 1998), p.460-465.
- 91 Denise Jones-Palm et Jürgen Palm, « Physical Activity and Its Impact on Health Behaviour Among Youth », Organisation mondiale de la santé, document technique commandé à la CIEPSS en 2005. Document en ligne en version anglaise : <http://www.icsspe.org/index.php?m=13&n=81&o=72>.
- 92 PW Baumert Jr, JM Henderson, NJ Thompson, « Health risk behaviours of adolescent participants in organized sports ». *J Adolesc Health*,; vol. 22, no 6 (juin 1998), p.460-465.
- 93 Jones-Palm and Palm (2005), p. 1.
- 94 *Ibidem*
- 95 *Ibidem*
- 96 *Ibidem*
- 97 Eli Jakobsen, « Kicking AIDS Out! – Using sport as a tool in the fight against HIV/AIDS », Sport and Development International Platform. Document en ligne en version anglaise : <http://www.sportanddev.org/data/document/document/29.pdf>.
- 98 Don Sabo, KE Miller, MP Farrell, MJ Melnick, et GM Barnes, « High school athletic participation, sexual behaviour and adolescent pregnancy: a regional study », *J Adolesc Health*, vol. 25, no 3, (septembre 1999), p. 207-216.
- 99 Robert Henley, « Helping Children Overcome Disaster Trauma Through Post-Emergency Psychosocial Sports Programs », Swiss Academy for Development, Document de travail. Sport and Development International Platform. Document en ligne en version anglaise : , <http://www.sportanddev.org/data/document/document/209.pdf>.
- 100 *Ibid*, p. 14.
- 101 June Larkin, Sabrina Razack, et Fiona Moola, « Gender, Sport and Development » dans *Literature Reviews on Sport for Development and Peace*, International Platform on Sport and Development, p. 89-123. Document en ligne en version anglaise : <http://iwg.sportanddev.org/en/publications-key-documents/index.htm>.
- 102 Richard Bailey, Ian Wellard et Harriet Dismore, « Girls' Participation in Physical Activities and Sports: Benefits, Patterns, Influences and Ways Forward. » Organisation mondiale de la santé, document technique commandé à la CIEPSS en 2005. Document en ligne en version anglaise : <http://www.icsspe.org/index.php?m=13&n=81&o=72>.
- 103 Bailey *et al* (2005), citent :

S. Nolen-Hoeksema et J. Girgus, «The Emergence of Gender Differences in Depression During Adolescence. » *Psychological Bulletin*, vol. 115, no 3, 1994, p.424-443.

J. Cyranowskim, E. Frank, E. Young et M. Shear, « Adolescent Onset of the Gender Difference in Lifetime Rates of major Depression: a theoretical model », *Archives of General Psychology*, vol.57, no 1, 2000, p. 21-27.

104 Bailey *et al* (2005) citent : Centers for Disease Control and Prevention, « Surveillance Summaries » *Morbidity and Morality Weekly Report*», 51, 2002, SS-4.

105 Bailey *et al* (2005), p. 1.

106 Bailey *et al* (2005) citent : E. Friedman and B. Berger, « Influence of Sex, Masculinity and Femininity on the Effectiveness of Three Stress Reduction Techniques », *Journal of Applied Sport Psychology*, vol. 3, 1991, p. 61-86.

107 Bailey *et al* (2005) citent :

Don Sabo, M. Melnick, et B. Vanfossen, *The Women's Sports Foundation Report: minorities in sports*, East Meadow, US : Women's Sports Foundation, 1989.

H. Marsh et S. Kleitman, « School Athletic Participation: mostly gain with little pain » *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 2003, p. 205-228.

N. Fejgin, « Participation in High School Competitive Sports: a subversion of school mission or contribution to academic goals? », *Sociology of Sport Journal*, 11, 1994, p. 211-230.

108 Bailey *et al* (2005) citent :

S. Hanson et R. Kraus, « Women, Sports and Science: do female athletes have an advantage? » *Sociology of Education* 71, 1998, p. 93-110.

S. Hanson et R. Kraus, « Women in Male Domains: sport and science », *Sociology of Sport Journal* 16, 1999, p.91-110.

109 Bailey *et al* (2005) citent : R.J. Shephard, « Curricular Physical Activity and Academic Performance » *Pediatric Exercise Science*, 9, 1997, p.113-126.

110 Bailey *et al* (2005) citent : M. Brady and A.B. Kahn, *Letting Girls Play: the Mathare Youth Sports Association's Football Program for Girls*, New York : Population Council, 2002.

111 Bailey *et al* (2005) citent : S. Thompson, *Going All the Way: teenage girls' tales of sex, romance, and pregnancy*, New York : Hill and Wang, 1995.

112 Bailey *et al* (2005) citent : M. Talbot, « Being Herself through Sport » dans ed. J. Long, *Leisure, Health and Well Being*, Eastbourne, UK : Leisure Studies Association, 1989.

113 Bailey *et al* (2005) citent :

Don Sabo, K. Miller, M. Farrell, G. Barnes, et M. Melnick, *The Women's Sports Foundation Report: sport and teen pregnancy*, East Meadow, US : Women's Sports Foundation, 1998.

Sabo *et al* (1999) High School Athletic Participation.

114 Bailey *et al* (2005) citent : K. Calfas and W. Taylor, « Effects of Physical Activity on Psychological Variables in Adolescents », *Pediatric Exercise Science*, 6, 1994, p. 406-423.

115 Bailey *et al* (2005) citent : M. Brady, « Laying the Foundation for Girls' Healthy Futures: can sports play a role? », *Studies in Family Planning*, vol. 29, no 1, 1998, p.79-82.

116 Bailey *et al* (2005), p. 2.

117 L'Institut canadien de la recherche sur la condition physique, « La formation de l'identité à l'adolescence », Le Dossier de la recherche, . No. 97-09, L'Institut canadien de la recherche sur la

condition physique. Document en ligne : http://www.cflri.ca/fra/dossier_recherche/index.php.

118 *Ibidem*

119 Wolf-Dietrich Brettschneider, « Psychological Outcomes and Social Benefits of Sport Involvement and Physical Activity Implications for Physical Education » dans *Proceedings – World Summit on Physical Education* Berlin November 3-5, 1999, ed. Gudrun Doll-Tepper et Deena Scoretz, Berlin : International Council of Sport Science and Physical Education, 2001, p. 79.

120 *Ibidem*

121 *Ibidem*

122 Sport Canada, « Le gouvernement reprend contact avec les jeunes », Sport Canada, 2003), http://www.canadianheritage.gc.ca/progs/sc/info-fact/youth_f.cfm.

123 Caroline Beauvais, « Literature Review on Learning through Recreation»” 12 (CPRN Discussion Paper No. F| 15), *Les Réseaux canadiens de recherche en politiques publiques*, 2001. Document en ligne en version anglaise : http://www.cprn.org/download.cfm?doc=382&file=4029_en.pdf&format=pdf&l=en.

124 BHF (British Heart Foundation) National Centre, « Physical Activity, Sport and Education », BHF, Document en ligne en version anglaise : www.bhfactive.org.uk.

125 Richard Bailey, « Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. » *The Journal of School Health*, 76, 2006. p. 397-401.

126 J.F. Sallis, T. L. McKenzie, B. Kolody, M. Lewis, S. Marshall, et P. Rosengard, « Effects of health-related physical education on academic achievement: Project SPARK » *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 70, 1999, p. 127-134.

127 L'Institut canadien de la recherche sur la condition physique, «Plaidoyer pour l'éducation physique quotidienne de qualité », Le Dossier de la recherche, . No. 93-02, L'Institut canadien de la recherche sur la condition physique, 1993. Document en ligne : http://www.cflri.ca/eng/research_file/index.php.

128 *Ibidem*.

129 *Ibidem*.

130 Mark Totten, *The Cost of Excluding Ontario's Youth From Play: A Call to Action*, Toronto: Play Works Partnership, 2005. Document en ligne en version anglaise : : www.playworkspartnership.ca.

131 BHF National Centre (2007).

132 Sport England, « The Value of Sport – Why We Need to Improve the Evidence Base for Sport », Sport England, Document en ligne en version anglaise : http://www.sportengland.org/print/index/get_resources/research_categories/vosm_education.htm.

133 Conference Board of Canada, *Renforcer le Canada: Les avantages socioéconomiques de la participation sportive au Canada*, Ottawa : Conference Board of Canada, 2005, p.24. Document en ligne : <http://www.conferenceboard.ca/documents.asp?rnext=1340> . <http://sso.conferenceboard.ca/e-Library/LayoutAbstract.asp?DID=1341>

134 *Ibid*, p. 14.

135 Plusieurs rapports d'importance et de revues de littérature ont examiné si le sport pouvait en effet être un outil efficace pour améliorer la vie, les attitudes, et les valeurs des jeunes. :

U.K. Department of Culture, Media and Sport (DCMS), *Policy Action Team 10: Report to the Social Exclusion Unit - Arts and Sport*, London, HMSO, 1999.

Fred Coalter, M. Allison, et J. Taylor, *The Role of Sport in Regenerating Deprived Urban areas*, Edinburgh : Scottish Executive Central Research Unit, 2000.

R. Steer, *A Background to Youth Disaffection: A Review of Literature and Evaluation Findings from Work with Young People*, London: Community Development Foundation, 2000.

J. Long, M. Welch, P. Bramham, J. Butterfield, K. Hylton, et E. Lloyd, Count Me In: *The Dimensions of Social Inclusion through Culture, Media & Sport*, Leeds, UK: Leeds Metropolitan University, 2002.

Richard Bailey, « Evaluating the Relationship between Physical Education, Sport and Social Inclusion », 2003). Document en ligne en version anglaise : <http://education.cant.ac.uk/Centre-for-Educational-Research/profiles/Richard-Bailey.htm>.

136 Beauvais (2001), p. 11.

137 Rachel A. Holroyd et Kathleen M. Armour, « *Re-engaging disaffected youth through physical activity programs* » (document présenté à la British Educational Research Association Annual Conference), Heriot-Watt University, Edinburgh, 11-13 septembre 2003. Document en ligne en version anglaise : <http://www.leeds.ac.uk/educol/documents/00003304.htm>.

138 Holroyd et Armour (2003) citent: S. Priest et M.A. Gass, *Effective Leadership in Adventure Programming*, Champaign, IL: *Human Kinetics*, 1997.

139 *Ibidem*.

140 Holroyd et Armour (2003) citent: B.J. Robertson, « Leisure Education as a Rehabilitative Tool for Youth in Incarceration Settings » *Journal of Leisurability*, 27(2), 2000, p. 27-34.

141 Holroyd et Armour (2003) citent: G. Moore, « In Our Hands: the future is in the hands of those who give our young people hope and reason to live » *The British Journal of Teaching Physical Education*, vol.33, no 2, 2002, p. 26-27.

142 Holroyd et Armour (2003) citent: G Nichols, « A Consideration of Why Active Participation in Sport and Leisure Might Reduce Criminal Behaviour », *Sport, Education and Society*, vol.2, no 2, 1997,p. 181-190.

143 Holroyd et Armour (2003) citent : C.D. Ennis, « Creating a culturally relevant curriculum for disengaged girls », *Sport, Education and Society*, vol. 4, no 1, 1999, p. 31-49.

144 Holroyd et Armour (2003) citent : D. Hellison, *Teaching Responsibility Through Physical Activity*, Champaign, IL: Human Kinetics, 1995.

145 Holroyd et Armour (2003) citent : D.L.L. Shields and B.J.L. Bredemeier, *Character Development and Physical Activity*, Champaign, IL: Human Kinetics, 1995.

146 Holroyd et Armour (2003) citent : G.S. Goodman, *Alternatives in Education: Critical Pedagogy for Disaffected Youth*, New York : Peter Lang, 1999.

147 Holroyd et Armour (2003) citent : L.P. Hurley and L.L. Lustbader, « Project Support: Engaging Children and Families in the Educational Process » *Adolescence*, vol. 32, no 127, 1997, p. 523-531.

148 Holroyd et Armour (2003) citent : S.C. Miller, B.J.L. Bredemeier, et D.L.L. Shields, « Sociomoral Education Through Physical Education With At-Risk Children », *Quest*, 49, 1997, p. 114-129.

149 Holroyd et Armour (2003) citent: Hellison (1995).

150 Giovanni di Cola, « Identifying jobs, core and soft skills employability » dans *Beyond the Scoreboard: Youth Employment Opportunities and Skills Development in the Sports Sector*, ed.G. di Cola, Geneva: International Labour Organization, 2006, p. 185.

151 *Ibid*, p. 186.

152 Mark Totten, *The Cost of Excluding Ontario's Youth from Play. A Call to Action!* Toronto: Play Works Partnership, 2005. Document en ligne en version anglaise : www.playworkpartnership.ca.

153 Martha E. Ewing et Vern D. Seefeldt, « Youth Sport in America: An Overview » *President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, Series 2, no.11, (septembre 1997), p. 1-12.
Document en ligne en version anglaise : http://eric.ed.gov:80/ERICWebPortal/custom/portlets/recordDetails/detailmini.jsp?_nfpb=true&_ERICExtSearch_SearchValue_0=ED413324&ERICExtSearch_SearchType_0=no&accno=ED413324.

154 Holroyd et Armour (2003) citent :

Fred Coalter, *Sport and Anti-Social Behaviour – A Literature Review: Summary*, Edinburgh: Scottish Sports Council, 1988.

J. Long et I. Sanderson, « The Social Benefits of Sport: Where's the Proof? » dans *Sport in the City: The Role of Sport in Economic and Social Regeneration*, ed. C. Gratton and I.P. Henry, London : Routledge, 2001, p. 187-203.

L. Morris, J. Sallybanks, K. Willis, et T. Makkai, « Trends and Issues in Crime and Criminal Justice » *Australian Institute of Criminology* (2003). Code 14/05/03 du : <http://www.aic.gov.au/publications/tandi/tandi249.html>.

155 Ewing et Seefeldt (1997) citent : Shields and Bredemeier (1995).

156 Ewing et Seefeldt (1997).

157 R. Hedstrom et D. Gould, *Research in Youth Sports: Critical Issues Status*, East Lansing, MI: Institute for the Study of Youth Sports, Michigan State University, 2004, p. 5.

158 A. J. Petitpas, A. E. Cornelius, J. L. van Raalte et T. Jones, « A framework for planning youth sport programs that foster psychosocial development » *Sport Psychologist*, Vol. 19, No. 1, 2005, p. 63.

159 Beauvais (2001) cite : Shields et Bredemeier (1995), p. 189.

160 Holroyd et Armour (2003) citent : J. Coakley, « Using Sports to Control Deviance and Violence among Youths », dans *Paradoxes of Youth and Sport*, eds. M. Gatz, M.A. Messner and S.J. Ball-Rokeach, Albany : State University of New York Press, 2002, p. 13-30.

161 J. Coakley, *Sport in Society. Issues and Controversies*, septième édition, New York: McGraw Hill, 2001), p. 118.

162 Beauvais (2001) cite : D. Shogan, « Moral Development of Young People Through Sport: Is it an Attainable Goal? », dans *Philosophy of Sport and Physical Activity: Issues and Concepts*, ed. P.J. Galasso, Toronto : Canadian Scholars' Press, 1988, p. 320.

163 Beauvais (2001) cite : A.T. Easley, « Programmed, Non-clinical Skill Development Benefits of Leisure Activities », dans B.L. Driver, P.J. Brown, and G.L. Peterson, *Benefits of Leisure*, State College, PA: Venture Publishing, Inc, 1991, p. 145-160.

164 Holroyd et Armour (2003) citent: S. J. Danish, « Teaching Life Skills through Sport » dans *Paradoxes of Youth and Sport*, eds. M. Gatz, M.A. Messner and S.J. Ball-Rokeach, Albany : State University of New York Press, 2002, p.49-59.

165 Holroyd et Armour (2003) citent: Shields & Bredemeier (1995).

166 Holroyd et Armour (2003) citent : J.P. Andrews et G.J. Andrews, « Life in a Secure Unit: the rehabilitation of young people through the use of sport », *Social Science and Medicine* 56, 2003, p.531-550.

167 Holroyd et Armour (2003) citent: Margaret Cameron et Colin MacDougall, « Crime Prevention Through Sport and Physical Activity » *Trends & Issues in Crime and Criminal Justice*, no.165, 2000. Australian Institute of Criminology. Document en ligne en version anglaise <http://www.aic.gov.au/publications/tandi/tandi165.html>.

168 Ewing et Seefeldt (1997) citent: J.W. Johnstone, « Recruitment to a youth gang », *Youth and Society* 14, 1983, p. 281-300.

169 Ewing et Seefeldt (1997) citent : A.Y. Wang, « Pride and prejudice in high school gang members », *Adolescence*, vol. 29, no 114, 1994, p. 279-291.

170 Ewing et Seefeldt (1997).

171 *Ibidem*.

172 Ewing et Seefeldt (1997) citent :

P. Donnelly, « Athletes and juvenile delinquents: A comparative analysis based on a review of the literature », *Adolescence*, 16, 1981, p. 415-431.

D.N. Hastad, J.O. Segrave, R. Pangrazi, et G. Peterson, « Youth sports participation and deviant behaviour », *Sociology of Sports Journal*, 1, 1984, p. 366-373.

M.J. Melnick, B.E. Vanfossen, et D.F. Sabo, « Developmental effects of athletic participation among high school girls », *Sociology of Sports Journal*, 5, 1988, p. 22-36.

J.O. Segrave, « Sports and juvenile delinquency », dans *Exerc Sport Sci Rev*.11, 1983, p.181-209.

J.O. Segrave et D. Hastad, « Delinquent behaviour and interscholastic participation », *Journal of Sports Behaviour*, 5, 1982, p.96-111.

173 Totten (2005).

174 Totten (2005) cite:

H.G. Buhrman et R. Bratton, « Athletic participation and status of Alberta high school girls », *International Review of Sports Psychology*, 12, 1978, p. 57-67.

W.E. Schafer, « Participation in interscholastic athletics and delinquency: A preliminary study », *Social Problems*, 17, 1969, p.40-47.

J.O. Segrave et D.B. Chu, « Athletics and juvenile delinquency », *Review of Sports and Leisure*, 3, 1978, p. 1-24.

175 Ewing et Seefeldt (2001) citent : Segrave and Hastad (1982).

176 D. Hellison, N. Cutforth, J. Kallusky, T. Martinek, M. Parker, & J. Stiehl, Youth development and physical activity: *Linking Universities and communities*, Champaign, IL: Human Kinetics, 2000.

177 T. J. Martinek, *Enhancing Positive Youth Development through Sport*. Document présenté au Hellenic Academy of Physical Education Forum, Greece, sans date. Document en ligne en version anglaise : www.hape.gr/18/forum/Martinek.pdf.

178 Totten (2005) cite: International Centre for the Prevention of Crime, *100 programs to inspire action across the world*, Montreal, ICPC : 1999.

179 Totten (2005) cite : M. Burrows, *Evaluation of the Youth Inclusion Programme: End of phase one report*, London: Youth Justice Board, 2003. Document en ligne en version anglaise : www.youth-justice-board.gov.uk.

180 Ewing et Seefeldt (1997) citent : C.M. Clark, « Deviant adolescent subcultures: Assessment strategies and clinical interventions », *Adolescence*, 27(106), 1992, p. 283-293.

181 Ewing et Seefeldt (1997) citent : J.D. Vigil, « Group processes and street identity: Adolescent Chicano gang members », *Ethos*, vol. 16, no 4, 1988, p. 421-445.

182 Ewing et Seefeldt (1997) citent : J. H. Laub, « The precursors of criminal offending across the life course », *Federal Probation*, vol. 58, no 3, 1994, p. 51-57.

183 M. Ewing, L. Gano-Overway, C. Branta, et V. Seefeldt, « The Role of Sports in Youth Development », dans *Paradoxes of Youth and Sport*, eds. M. Gatz, M.A. Messner and S.J. Ball-Rokeach, Albany: State University of New York Press, 2002, p.31-47.

- 184 Holroyd et Armour (2003) citent: Andrews and Andrews (2003).
- 185 Peter Donnelly et Bruce Kidd, « Répondre aux attentes : La jeunesse, le caractère et la communauté dans le sport au Canada », dans *Le sport que nous voulons*, Ottawa : Centre canadien pour l'éthique dans le sport, 2003, p.34.
- 186 Hunter *et al* (2001).
- 187 Sport Canada, « Le gouvernement reprend contact avec les jeunes », Sport Canada, 2003.
http://www.canadianheritage.gc.ca/progs/sc/info-fact/youth_f.cfm.
- 188 *Ibid*, p. 35.
- 189 *Ibidem*
- 190 Donnelly et Kidd (2003), p. 34-35.
- 191 Harris Interactive, « Youth and Sports », *Trends and Tudes*, vol.3, no 9, Septembre 2004, p. 3.
- 192 The Strategic Counsel (2005), p. 31.
- 193 The Strategic Counsel (2005), p. 8.
- 194 Bloom *et al* (2005), p. 33.
- 195 L. Delaney et E. Keaney, *Sport and Social Capital in the United Kingdom: Statistical Evidence from National and International Survey Data*, London : Economic and Social Research Institute (ESRI) Dublin and Institute for Public Policy Research (ippr), 2005, p. 3. Document en ligne en version anglaise : **http://www.ippr.org/uploadedFiles/research/projects/Arts_and_Culture/sport%20and%20social%20capital.pdf**.
- 196 M. Townsend, J. Moore et M. Mahoney, « Playing their part: The role of physical activity and sport in sustaining the health and well being of small rural communities », *Rural and Remote Health* vol.109, No. 2, 2002, p.2. Document en ligne en version anglaise : **http://www.rrh.org.au/publishedarticles/article_print_109.pdf**.
- 197 *Ibid*, p. 2.
- 198 Mahfoud Amara, Dawn Aquilina, Elesa Argent, Moran Betzer-Tayar, Fred Coalter, Mick Green, Ian Henry et John Taylor, *The Roles of Sport and Education in the Social Inclusion of Asylum Seekers and Refugees : An Evaluation of Policy and Practice in the UK*, Loughborough, UK: Institute of Sport and Leisure Policy Loughborough University, 2005, p.80.
- 199 L. Delaney et E. Keaney, *Sport and Social Capital in the United Kingdom: Statistical Evidence from National and International Survey Data, Dublin*: Economic and Social Research Institute and Institute for Public Policy Research, 2005, p. 32. Document en ligne en version anglaise : **http://www.ippr.org/uploadedFiles/research/projects/Arts_and_Culture/sport%20and%20social%20capital.pdf**.
- 200 Townsend *et al* (2002), p. 4.
- 201 *Ibidem*
- 202 *Ibid*, p. 3.
- 203 Mahfoud Amara, Dawn Aquilina, Elesa Argent, Moran Betzer-Tayar, Fred Coalter, Mick Green, Ian Henry et John Taylor, *The Roles of Sport and Education in the Social Inclusion of Asylum Seekers and Refugees : An Evaluation of Policy and Practice in the UK*, Loughborough, UK: Institute of Sport and Leisure Policy Loughborough University, 2005, p.78.
- 204 Conseil canadien de développement social, *Populations Vulnerable to Poverty: Urban Poverty in Canada*, 2000, Ottawa : Conseil canadien de développement social, 2007, p. 24.
- 205 Amara *et al* (2005), p. 79.

206 *Ibid*, p. 62.

207 *Ibid*, p. 81.

208 *Ibidem*.

209 Ontario Council of Agencies Serving Immigrants, *OCASI Research on Accueillante Recreation Model for Immigrant and Refugee Youth – Provisional Model for the Ministry of Tourism and Recreation*, Toronto: OCASI, 2005. Document en ligne en version anglaise : http://www.ocasi.org/downloads/OCASI_YOUTH_PROJECT_2004-2006_Provisional_Model.doc.

210 K. DePauw et S. Gavron, *Disability and Sport*, Illinois : Human Kinetics, 1995.

211 Penny Parnes et Goli Hashemi, « Sport as a means to foster inclusion, health and well-being of people with disabilities », dans *Literature Reviews on Sport for Development and Peace*, Toronto : Sport for Development and Peace International Working Group Secretariat, 2007, p. 148. Document en ligne en version anglaise : <http://iwg.sportanddev.org/en/publications-key-documents/index.htm>.

212 President's Council on Physical Fitness and Sports, « Physical Activity & Fitness for Persons with Disabilities », President's Council on Physical Fitness and Sports, *PCPFS Research Digests*, Document en ligne en version anglaise : http://www.fitness.gov/digest_mar1999.htm.

213 Hodge S, Yahiko K, Murata N, et Von Vange M., Social Inclusion or Social Isolation: How Can Teachers Promote Social Inclusion of Students with Disabilities?, *Teaching Elementary Physical Education* May 2003, vol.14, No 3, p. 31.

214 E. Roy, « Aiming for Accueillante Sport: the Legal and Practical Implications of the United Nation's Disability Convention for Sport, Recreation and Leisure for People with Disabilities », *Entertainment and Sports Law Journal*, 5, 2007, p. 1.

215 J.Ikelberg et al., « Fun Accueillante! Sport as a Means of Rehabilitation, Interaction, and Inclusion of Children and Young People with Disabilities », Munich, Germany: Handicap International, 1998, p. 6.

216 K. DePauw, « Horseback riding for individuals with disabilities: Programs, philosophy, and research », (1986) 3, *Adapted Physical Activity Quarterly*, p. 217-226.

217 L'Institut canadien de la recherche sur la condition physique, « Activité physique et handicap », le Dossier de la recherche, Réf. No 98-12, L'Institut canadien de la recherche sur la condition physique.

218 President's Council on Physical Fitness and Sports, « Physical Activity & Fitness for Persons with Disabilities ».

219 Parnes et Hashemi (2007), p. 137.

220 K. DePauw, « Horseback riding for individuals with disabilities: Programs, philosophy, and research »" *Adapted Physical Activity Quarterly* no. 3, 1986, p. 217-226.

221 Kentaro Futuchi, « My Hope for an Accueillante Society » dans *Sport in the United Nations Convention on the Rights of Persons with Disabilities*, Boston : International Disability in Sport Working Group, 2007, p.10-12.

222 Patrimoine canadien, *Politique de Sport Canada sur la participation des Autochtones au Sport*, Ottawa : Patrimoine Canadien, 2005. Document en ligne : http://www.pch.gc.ca/progs/sc/pol/aboriginal/index_f.cfm.

223 *Ibid*, p. 4.

224 *Ibid*, p. 3.

225 J. Forsyth et K. Wamsley, « Native to native...we'll recapture our spirits: the world indigenous nations games and North American indigenous games as cultural resistance », *International Journal of the History of Sport*, vol.23, no 2, (mars 2006), p. 294-314.

226 Patrimoine Canadien (2005), p. 5.

227 M. Beneforti et J. Cunningham, *Investigating indicators for measuring the health and social impact of sport and recreation programs in Indigenous communities*, Darwin: Australian Sports Commission and Cooperative Research Centre for Aboriginal and Tropical Health, 2002.

228 *Ibid*, p. 12.

229 *Ibidem*.

230 *Ibid*, p. 10.

231 *Ibidem*.

232 *Ibid*, p. 11.

233 *Ibid*, p. 12.

234 R. Nail, « Youth suicide in Yarrabah », *The Australian Magazine*, 20 avril 2002.

235 Beneforti et Cunningham (2002), p. 11.

236 *Ibid*, p. 13-14.

237 Bloom et al (2005), p. 36-40.

238 A. Cela, C. Kowalski, et S. Lankford, « Spectators' Characteristics and Economic Impact of Local Sports Events : A Case Study of Cedar Valley Moonlight Classic Soccer Tournament », *World Leisure* no.3, 2006, p. 45.

239 *Ibid*, p. 45-46.

240 Sous-comité sur l'étude du Sport au Canada du Comité permanent sur le patrimoine canadien, *Le sport au Canada : C'est l'affaire de tous et de toutes*, Ottawa : Chambre des communes, 1998. Document en ligne : <http://cmte.parl.gc.ca/cmte/CommitteePublication.aspx?COM=108&Lang=1&Sourceld=36212>.

241 *Ibidem*.

242 Commission canadienne du tourisme, *Bilan annuel 2006 : Faits et chiffres, Tourisme bref*, Commission canadienne du tourisme http://www.corporate.canada.travel/docs/research_and_statistics/stats_and_figures/tourism_year-in-review_2006_web_fr.pdf.

243 *Ibidem*.

244 Sask Sport Inc. et Tourism Saskatchewan, « Estimated Visitor Expenditures of Regional, National & International Amateur Sport Events Hosted in Saskatchewan 2000-2006 - Executive Summary », 4. Sask Sport Inc., www.sasksport.sk.ca.

245 Statistiques Canada, *Compte satellite du tourisme Canada 2002*, Catalogue no. 13-604-MIE2007058, no. 58 (Ottawa : Statistiques Canada, 2002), p.5. Document en ligne : <http://www.statcan.ca/bsolc/francais/bsolc?catno=13-604-M2007058>.

246 Standing Sous-comité sur l'étude du Sport au Canada du Comité permanent sur le patrimoine canadien (1998).

247 Alliance canadienne du tourisme sportif, *L'évaluation de l'impact économique des Jeux d'été du Canada 2005*, Ottawa : Alliance canadienne du tourisme sportif, 2006. Document en ligne : http://www.canadiansporttourism.com/frn_news_article.cfm?NewsID=39.

248 Cela *et al* (2006), p. 45-53.

249 R. Wilson, « The economic impact of local sport events : significant, limited or otherwise? A case study of four swimming events » *Managing Leisure*, vol.11 no 1, (janvier 2006), p. 57-70.

250 Richard Florida, *The Rise of the Creative Class*, New York : Basic Books, 2002.

251 Renewal.net, *Renewal.net Overview: Sport and Employment*, 2. Renewal.net, <http://www.renewal.net/>.

252 *Ibidem*.

253 L'Institut canadien de la recherche sur la condition physique, « L'activité physique et la productivité », le Dossier de la recherche, Réf. no 95-06, Toronto: L'Institut canadien de la recherche sur la condition physique, 1995.

254 *Ibidem*.

255 *Ibidem*.

256 Bloom *et al* (2005), p. 25.

257 *Ibidem*.

258 VANOC, *UNEP Partners with Vancouver 2010 on Environmental Initiatives*. Communiqué de presse, 29 octobre 2007.

259 Global Forum for Sports and Environment, *Selkirk Hockey Arena*. Global Forum for Sports and Environment, http://www.g-forse.com/archive/news347_e.html.

260 Conseil canadien des installations récréatives. Recensement national des arénas mai 2005-décembre 2005 - Rapport sommaire, Ottawa : Conseil canadien des installations récréatives, 2005. Document en ligne : <http://www.crfc.ca/pdf/CRFC%20Final%20Report%20Exec%20Summary%20FR.pdf>.

261 *Ibidem*.

LE SPORT DANS LA COMMUNAUTÉ AU CANADA

Il existe 33 650 organismes de sport et de loisir au Canada. Le Canada accueille plus de 250 000 évènements sportifs par année.



5,3 millions de Canadiens et Canadiennes – soit 28 pour cent de tous les bénévoles canadiens – font du bénévolat au sein d'organismes sportifs et récréatifs.



55 pour cent des garçons de 15 ans ou moins pratiquent activement un sport, de même que 44 pour cent des filles. De plus, 28 pour cent de la population âgée de 15 ans et plus pratique activement un sport.



1,8 million de Canadiens et Canadiennes agissent comme entraîneurs en sport amateur tandis que 800 000 y participent à titre d'arbitres ou d'officiels. Deux millions d'entre eux occupent des fonctions d'administrateurs ou de collaborateurs.



72 pour cent des Canadiens et Canadiennes croient que le sport contribue de façon importante à la qualité de la vie dans leurs communautés.



Les Canadiens et Canadiennes placent le sport au deuxième rang derrière la famille pour ce qui est de l'influence hautement positive sur la vie des jeunes.



Plus de 80 pour cent des Canadiens et Canadiennes croient que la promotion de valeurs positives chez les jeunes devrait être la priorité du sport au Canada.



92 pour cent des Canadiens et Canadiennes croient que le sport dans la communauté peut exercer une influence positive sur la vie des jeunes.



Seulement 20 pour cent des Canadiens et Canadiennes croient que le sport est une contribution positive au développement intégral des jeunes.