

Déclaration de consensus canadien sur la littératie physique



Janvier
2016

Dans les dernières années, divers intervenants ont pris des initiatives visant à promouvoir et à développer la littératie physique. L'enthousiasme que suscite ce concept a aussi mené à l'apparition de diverses définitions, mais également à l'utilisation parfois erronée de l'expression que l'on utilise à tort pour signifier « activité physique », « éducation physique », « habiletés motrices de base » ou encore « développement des habiletés motrices ». Lors d'une vaste consultation, les leaders canadiens dans le domaine ont évoqué le besoin de rédiger une définition commune de la littératie physique pour assurer plus de clarté pour le développement de politiques, de pratiques, et pour la recherche.

Le but de cette Déclaration est de :

- **promouvoir** la valeur de la littératie physique et préserver l'intégrité du concept;
- **recommander** l'usage d'une définition commune de la littératie physique telle que définie par *l'International Physical Literacy Association*;
- **faciliter** le positionnement au sein même de tous les secteurs représentés de la communauté de la littératie physique et entre ces secteurs;
- **améliorer** la cohérence et la clarté des communications en lien avec la littératie physique;
- **soutenir** le développement cohérent et coordonné d'outils et de ressources sur la littératie physique créés par les divers intervenants du secteur.

Définition de la littératie physique

La littératie physique se définit par la motivation, la confiance, la compétence physique, le savoir et la compréhension qu'une personne possède et qui lui permettent de valoriser et de prendre en charge son engagement envers l'activité physique pour toute sa vie.

Traduit de *l'International Physical Literacy Association*, Mai 2014

Les composantes de la littératie physique

La définition de la littératie physique comprend quatre composantes interdépendantes essentielles dont l'importance relative varie au cours de la vie :

Motivation et confiance (Affective)

La motivation et la confiance réfèrent à l'enthousiasme, à l'émotion positive et à la confiance en soi suscités à l'idée d'intégrer l'activité physique à son mode de vie.

Compétence physique (Physique)

La compétence physique réfère à la capacité d'une personne à développer des habiletés motrices, et à expérimenter différentes intensités et durées de mouvements. Optimiser ses compétences physiques permet de participer à un large éventail de situations et d'activités physiques.

Savoir et compréhension (Cognitive)

Le savoir et la compréhension sous-entendent la capacité d'identifier et d'exprimer les qualités essentielles qui influencent le mouvement, la compréhension des bénéfices santé du mode de vie actif et la conscience des éléments qui permettent la pratique sécuritaire de l'activité physique, et ce, dans un éventail de situations et d'environnements physiques.

Engagement dans l'activité physique pour la vie (Comportementale)

L'engagement d'une personne dans des activités physiques pour la vie s'exprime par sa responsabilisation à l'égard du savoir-faire physique en choisissant librement d'être actif de façon régulière. Cela implique la priorisation et le maintien de cet engagement en intégrant à son mode de vie la pratique d'une variété d'activités significatives et de défis personnels.

Principes fondamentaux

Dans la présente Déclaration, la définition de la littératie physique s'appuie sur cinq principes fondamentaux.

La littératie physique :

- est un concept inclusif accessible à tous;
- représente un parcours unique pour chaque individu;
- devrait être développé et apprécié au moyen de diverses expériences dans différents environnements et contextes;
- devrait être valorisé et encouragé tout au long de la vie;
- contribue au développement de la personne dans son ensemble.



Auteurs de cette Déclaration

La Déclaration de consensus canadien sur la littératie physique résulte d'une collaboration entre ParticipACTION, la Société le sport c'est pour la vie, le Groupe de recherche sur les saines habitudes de vie et l'obésité de l'Institut de recherche du Centre hospitalier pour enfants de l'Est de l'Ontario, Éducation physique et santé Canada, l'Association canadienne des parcs et loisirs et l'Ontario Society of Physical Activity Promoters in Public Health. Des représentants de l'International Physical Literacy Association ont également contribué à cet ouvrage à titre de conseillers. Par ailleurs, des représentants de plusieurs organismes ont participé à la réflexion soutenant le choix du terme « littératie physique » lors d'une rencontre dans le cadre du Sommet national du Sport pour la vie, en janvier 2016, à Gatineau.



Le processus de rédaction de cette Déclaration de consensus a été rendu possible, en partie, grâce au projet Vive l'activité physique RBC et au financement de RBC et de l'Agence de la santé publique du Canada.