MOBILISER ACTIVEMENT LES FEMMES ET LES FILLES

# Recommandations à l'intention des éducateurs et des administrateurs scolaires

L'éducation physique, le sport et l'activité physique en milieu scolaire offrent de précieuses occasions aux filles et aux jeunes femmes d'acquérir un savoir-faire physique et des bases pour une activité physique à vie. Les spécialistes en éducation physique, les généralistes, les administrateurs scolaires et les autres employés des écoles jouent un rôle important dans la création d'un environnement qui favorise activement l'engagement et le leadership à part entière des étudiantes.

Gibbons, Humbert et Temple (2010) se sont penchés sur le processus de motivation qui interpelle les étudiantes et les incite à s'engager dans une activité d'éducation physique ou à la trouver inutile et à s'en désengager. Les résultats révèlent que les expériences d'éducation physique de qualité mettent l'accent sur le développement de l'autonomie (sentiment d'avoir le choix), de la compétence (sentiment d'efficacité) et du rapprochement (sentiment d'attache sociale) des étudiantes.

## AUTONOMIE:

1. Sonder les étudiantes pour connaître leurs préférences en matière d'activité physique et utiliser cette information afin de planifier le programme d'éducation physique.
2. Utiliser les ressources communautaires communes (p. ex., moniteurs, installations extérieures et intérieures).
3. Réserver une part du budget de l'éducation physique à de l'équipement non traditionnel (p. ex., tapis de yoga, marche d'exercice, musique de l'heure, DVD d'instruction).
4. Promouvoir la valeur d'avoir le choix auprès des étudiantes et des administrateurs en établissant et en entretenant un processus de communication.
5. Entretenir en permanence des relations avec les organismes communautaires afin de régler les problèmes de logistique associés à l'utilisation des installations communautaires (p. ex., transport, coût, responsabilité civile).

## COMPÉTENCE:

6. S'assurer que les étudiantes acquièrent un savoir-faire physique, les mouvements de base et des habiletés sportives de base. Vérifier l'envergure et l'enchaînement dans les différents niveaux scolaires et travailler à améliorer la maîtrise.
7. Inclure des activités pour améliorer la forme physique pour la santé.
8. Offrir aux étudiantes des occasions d'enseigner aux autres.
9. Donner l'exemple.

## RAPPROCHEMENT:

10. Inclure des jeux coopératifs et des activités de travail d'équipe. Les amis et les pairs jouent un rôle très important dans la vie des filles et des jeunes femmes.
11. Créer un environnement sûr dans lequel les étudiantes ressentent une sécurité émotionnelle, et se sentent à l'aise et à l'abri des dommages physiques (y compris les blessures évitables et la violence sous toutes ses formes).
12. Examiner les occasions d'activité physique dans la communauté.

## MESURES À PRENDRE À L'EXTÉRIEUR DU GYMNASE ET DE L'ÉCOLE :

13. Offrir une formation professionnelle à tous les employés afin de les sensibiliser davantage et de les aider à mieux comprendre les facteurs psychosociaux qui influencent la participation et le leadership des filles, et les moyens d'éliminer les obstacles à leur engagement à part entière.
14. Adopter des politiques qui reconnaissent les filles et les jeunes femmes comme un groupe prioritaire auquel destiner les programmes, les ressources et la reconnaissance. Recenser et éliminer les iniquités liées au genre en ce qui a trait à l'allocation et à l'utilisation des installations, les programmes de prix et de reconnaissance, ainsi que les budgets de programme et l'affectation de personnel.
15. Recruter et embaucher des spécialistes féminines en activité physique et des partenaires communautaires reconnus pour participer au programme d'éducation physique scolaire, afin de fournir des modèles féminins pour tous.
16. Travailler en collaboration avec tous les membres de la commu - nauté scolaire (étudiants, parents, membres de la communauté, administrateurs scolaires et autres employés) afin de développer et d'intégrer des programmes Enfant actif, S'amuser grâce au sport, Apprendre à s'entraîner et Vie active aux programmes communautaires et ainsi augmenter les occasions de participation régulière pour les filles et les jeunes femmes.

www.womenandsport.ca
info@womenandsport.ca
@womenandsportCA

FEMMES ET SPORT AU CANADA
CANADIAN WOMEN & SPORT
Le sport c'est pour la vie
Canada

Ce texte s'inspire de la publication intitulée Engagement actif des filles et desfemmes : Se pencher sur les facteurs psychosociaux –
Un complément auxdocuments de base du mouvement Au Canada, le sport c'est pour la vie (ACSV),qui vise à améliorer la qualité du sport et de l'activité physique au Canada.
Pour télécharger cette publication, visitez www.womenandsport.ca