



Rapport Août 2005



# Renforcer le Canada

## Les avantages socioéconomiques de la participation sportive au Canada

ÉDUCATION ET APPRENTISSAGE



Renforcer le Canada

Les avantages socioéconomiques de la participation sportive au Canada

par *Michael Bloom, Michael Grant et Douglas Watt*

## Le Conference Board du Canada

### Ce que nous sommes :

- un organisme canadien, sans but lucratif, qui gère ses activités avec l'efficacité d'une entreprise commerciale;
- un organisme objectif et non partisan, qui ne défend pas d'intérêts particuliers;
- un organisme qui s'autofinance en vendant ses services aux secteurs public et privé;
- des experts de l'organisation de conférences, mais aussi des spécialistes reconnus pour la qualité de nos recherches, de nos publications et de nos méthodes de diffusion;
- un pôle d'attraction qui facilite le réseautage parmi les gens d'affaires et nos autres clients du secteur public et d'ailleurs, et qui soutient le perfectionnement des compétences en leadership et le renforcement des capacités organisationnelles;
- des spécialistes des analyses et prévisions économiques ainsi que du rendement organisationnel et de la politique gouvernementale;
- un organisme entièrement privé, mais souvent engagé pour offrir ses services aux différents ordres de gouvernement;
- un organisme affilié, bien qu'indépendant, au Conference Board, Inc., à New York, qui dessert près de 2 000 entreprises réparties dans 60 pays et possède des bureaux à Bruxelles et à Hong Kong.

©2005 Le Conference Board du Canada\*  
Imprimé au Canada • Tous droits réservés  
ISSN 0827-1070 • ISBN 0-88763-697-7  
Entente n° 40063028 • Also available in English  
\*Constitué sous la raison sociale d'AERIC Inc.



Nos prévisions et travaux de recherche reposent souvent sur de nombreuses hypothèses et différentes sources de données. Ils présentent donc des risques et des incertitudes inhérents à ce genre de travail et ne doivent pas être perçus comme des sources de conseils spécifiques en matière de placements, de comptabilité, de droit ou de fiscalité.

## Préface

L'amélioration de la participation sportive compte parmi les quatre buts stratégiques de la Politique canadienne du sport, que les ministres fédéral, provinciaux et territoriaux responsables du sport, de la condition physique et des loisirs ont adoptée en 2002. On dispose d'encore peu de données empiriques sur les avantages de la participation sportive dans les secteurs de la santé, de l'éducation, de la cohésion sociale et de l'économie. Aussi les responsables des politiques n'ont-ils pas l'information nécessaire pour prendre des décisions éclairées et intégrer la participation sportive aux autres priorités d'intérêt public.

Le présent rapport vise à parfaire les connaissances relatives aux avantages socioéconomiques de la participation sportive afin que les Canadiens et les gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux saisissent mieux son importance pour l'économie et la société.

Ce rapport examine les répercussions et les avantages de la participation sportive pour les personnes et les collectivités, ainsi que pour l'économie et la société canadiennes. Ses conclusions sont que la participation sportive favorise sensiblement la santé, le développement des compétences, la cohésion sociale et le rendement économique. On y explore aussi les liens entre une participation sportive accrue et les priorités d'intérêt public et recommande une approche globale de l'élaboration des politiques du sport, afin d'établir un lien explicite entre la participation sportive et une stratégie plus vaste visant à promouvoir l'activité physique et autre favorables à la santé. Finalement, on circonscrit des avenues de recherche pour mieux étudier l'incidence du sport et ses bienfaits et aider les décideurs et les citoyens canadiens à faire des choix éclairés.

# Table des matières

<b>Résumé</b> .....	i
Principaux catalyseurs de la participation .....	ii
Avantages .....	ii
Conclusions .....	iv
Considérations pour l'avenir .....	iv
<b>Chapitre 1</b> — Introduction .....	1
<b>Chapitre 2</b> — Aperçu des taux de participation sportive au Canada .....	5
Les sports les plus populaires .....	6
Durée des activités .....	7
Fréquence des activités .....	7
Quatre tendances de la participation .....	7
<b>Chapitre 3</b> — Principaux catalyseurs et déterminants de la participation .....	10
Âge .....	10
Sexe .....	11
Composition du ménage .....	11
Niveau d'instruction .....	12
Revenu .....	13
<b>Chapitre 4</b> — Principaux avantages de la participation sportive .....	14
Amélioration de la forme physique et de la santé .....	14
Plaisir, loisirs et détente .....	16
Sentiment de réalisation .....	16
Davantage d'activités partagées avec la famille et les proches .....	16
Développement des aptitudes sociales, des compétences analytiques et des connaissances de base .....	16
Occasions d'avoir des relations sociales et de se faire de nouveaux amis .....	17
Préparation à la compétition sportive .....	17
<b>Chapitre 5</b> — Effets sur la santé .....	18
Effet de l'activité physique découlant du sport .....	20
Dépense d'énergie dans 55 sports .....	21
Résultats .....	22
Répercussions économiques des efforts visant à améliorer la santé .....	24
<b>Chapitre 6</b> — Effets sur les compétences .....	27
Répercussions sur le plan des compétences .....	29
Compétences, attitudes et comportements développés par le sport .....	30
<b>Chapitre 7</b> — Répercussions sociales .....	34
Rôle des bénévoles .....	36
Sport, famille et cohésion communautaire .....	37
Sport, relations interpersonnelles et sécurité communautaire .....	37
<b>Chapitre 8</b> — Répercussions économiques .....	40
Dépenses des ménages pour le sport .....	40
Industrie du sport .....	42
Analyse des dépenses des ménages canadiens pour le sport .....	42
<b>Chapitre 9</b> — Conclusions .....	46
<b>Chapitre 10</b> — Considérations pour l'avenir .....	48
<b>Annexe</b> — Méthode de recherche .....	50
Justification de notre choix .....	50
Sources d'erreur .....	50
Base d'échantillonnage .....	51
Enregistrement des appels .....	51

# Remerciements

Le Conference Board du Canada tient à remercier les membres du Groupe consultatif sur l'incidence du sport pour leurs précieux conseils prodigués durant la conduite de la présente étude : Mary-Anne Findlayson, Charles Gilbert, Stephen Grundy, le professeur Jean Harvey, Scott Logan, la professeure Joanne Pelletier, Judy Sutcliffe, Guy Thibault et Rick Traer.

Nous souhaitons aussi exprimer notre reconnaissance à l'égard de deux spécialistes réputés sur la scène internationale, qui ont partagé avec nous leur expertise en formulant leurs commentaires sur l'ébauche du présent rapport : le professeur Bruce Abernethy, président-directeur de l'Institute of Human Performance, à l'Université de Hong-Kong, et le professeur Fred Coalter, président de la politique du sport, au département des Études sur le sport, à l'Université de Stirling, en Écosse. Leurs idées et conseils nous ont beaucoup aidés. Les auteurs du présent rapport assument l'entière responsabilité de toute erreur ou omission qui pourrait subsister dans le texte.

Nous remercions également les représentants de Sport Canada pour leurs conseils et leur aide à la réalisation de ce projet, particulièrement Dr Joanne Kay, Steve Findlay et Dennis Blinn.

Le présent rapport intègre aussi la recherche de nos collègues du Conference Board, Natalie Gagnon, Greg Hoover, Dr Mahmood Iqbal et Dr Kurtis Kitagawa. Gilles Rhéaume, vice-président, Division des politiques publiques, des entreprises et de la société, a agi à titre de conseiller stratégique. Christine Gilmour, Anna Ielo et Cindy MacBride ont apporté un soutien administratif. Le National Household Survey on Participation in Sport a été réalisé par la société R.A. Malatest & Associates Itée pour le compte du Conference Board du Canada.

La présente étude a été financée par Sport Canada. Toutefois, Le Conference Board du Canada assume l'entière responsabilité de sa méthode d'enquête et de son contenu.

# Renforcer le Canada

## Les avantages socioéconomiques de la participation sportive au Canada

**R**enforcer le Canada examine les répercussions et les avantages de la participation sportive pour les personnes et les collectivités, ainsi que pour l'économie et la société canadienne<sup>1</sup>. On y étudie l'influence qu'exerce la participation sportive sur les résultats économiques, la santé, le développement des habiletés et la cohésion sociale. On s'intéresse également à la corrélation entre une participation sportive accrue et d'autres priorités d'intérêt public.

---

**Le sport touche à de nombreux aspects de la vie des Canadiens; pourtant, bon nombre d'entre eux n'ont pas conscience de la profonde influence qu'il a sur eux.**

---

Le présent rapport se fonde sur l'analyse de données issues du National Household Survey on Participation in Sport du Conference Board du Canada et sur une recension de la littérature internationale effectuée par Le Conference Board. (Voir l'encadré intitulé Méthode de recherche, à la page ii.)

Le sport est défini comme une activité nécessitant un certain degré d'effort physique et d'aptitude, donnant typiquement lieu à compétition et assujetti à des règles, ou comme une activité physique pratiquée dans le but d'améliorer sa prestation sportive personnelle (par exemple, s'entraîner en vue d'améliorer son temps ou sa distance). Cette définition exclut les compétitions sportives faisant appel à des véhicules motorisés de même que les activités physiques ne donnant pas lieu à compétition et n'ayant pas pour but d'améliorer la prestation sportive personnelle.

La présente étude examine trois types de participation sportive :

- Participants actifs — personnes pratiquant un sport à des fins de compétition avec d'autres, selon un ensemble de règles, ou pour améliorer leur prestation sportive;
- Bénévoles — personnes qui font don de leur temps et de leur expertise sportive;
- Spectateurs — personnes qui assistent à des matchs ou à des rencontres sportives.

Le sport touche à de nombreux aspects de la vie des Canadiens; pourtant, bon nombre d'entre eux n'ont pas conscience de la profonde influence qu'il a sur eux :

- Il change l'être humain — notamment son état de santé et son bien-être, son réseau social et son sentiment d'appartenance, et ses compétences;
- Il modifie les collectivités — y compris la cohésion sociale et le capital social qui les caractérisent;
- Il a un effet sur l'économie — en créant des emplois et en donnant du travail à des milliers de Canadiens;
- Il aide à façonner notre identité nationale et culturelle.

C'est peut-être ce manque de prise de conscience qui explique pourquoi nous observons une baisse de la participation sportive à l'échelle nationale. Environ 55 p. 100 des adultes prennent part tous les ans à une activité sportive, à titre de participants actifs, de bénévoles ou de spectateurs. Pourtant, entre 1992 et 2004, la proportion d'adultes qui pratiquaient activement un sport est passée de 45 à 31 p. 100. Durant la même période, les Canadiens ne sont pas arrivés à trouver autre chose qui convienne pour remplacer le sport et les garder en forme. Ces dernières années, plus de personnes sont devenues obèses ou ont présenté un excès pondéral, nuisible pour la santé.

Afin de contribuer à renverser ces tendances, les gouvernements au Canada ont publié en 2002 la toute première Politique canadienne du sport, avec quatre objectifs sous-jacents visant à accroître la participation, l'excellence, les ressources et l'interaction. La concrétisation de cette vision passera par l'injection de ressources publiques.

## PRINCIPAUX CATALYSEURS DE LA PARTICIPATION

Les Canadiens s'adonnent à de nombreux sports, mais en préfèrent quelques-uns en particulier. Sur un total de près de 100 sports pratiqués, la participation la plus forte se concentre autour d'une douzaine de sports, notamment le hockey sur glace, le golf, le soccer, le base-ball, le basket-ball, le volley-ball, le ski, la natation et le cyclisme.

Les principaux catalyseurs de la participation sportive comprennent l'âge, le sexe, la composition du ménage, le niveau d'instruction et le revenu. La participation active est intimement liée à l'âge, et diminue nettement à mesure qu'on vieillit. Les hommes sont beaucoup plus portés que les femmes à pratiquer activement un sport. Cet écart existe depuis longtemps et ne semble pas se réduire. La présence d'enfants dans un ménage influence grandement les *tendances* de la participation sportive de l'adulte, notamment le bénévolat, deux fois plus fréquente dans ce type de ménage. Les personnes dont le revenu est élevé sont beaucoup plus portées à participer à une activité

### Méthode de recherche

La méthode de recherche comprend une recension des écrits et le National Household Survey on Participation in Sport. Les données tirées du sondage, de nature qualitative et quantitative, ont été analysées.

- La recension des écrits est une revue des études nationales et internationales réparties entre quatre axes d'analyse des répercussions : la santé, les compétences, la cohésion sociale et l'économie.
- Le National Household Survey on Participation in Sport est un sondage national effectué auprès de 2 408 ménages canadiens, dont la méthode fait appel à un échantillon aléatoire stratifié. L'incidence maximale de la participation sportive, à 54,9 p. 100, comporte une marge d'erreur de 2 p. 100, 19 fois sur 20.
- On a tiré l'échantillon initial du sondage de répertoires commerciaux en utilisant la méthode de composition aléatoire (CA). On a adapté la base d'échantillonnage de façon à assurer une représentation régionale adéquate dans l'ensemble du Canada.
- Toutes les données sur les taux de participation portent sur la période d'un an se terminant en décembre 2004.
- On a extrapolé les réponses obtenues des personnes sondées à toute la population adulte du Canada, en utilisant des techniques statistiques largement acceptées.

sportive que les personnes qui gagnent moins. De la même façon, plus le niveau d'instruction d'une personne est élevé, plus celle-ci est susceptible de pratiquer un sport.

## AVANTAGES

En 2004, les adultes ont tiré plus d'avantages de la participation sportive sur le plan personnel et des ménages qu'en 1998. Les personnes sondées ont recensé sept principaux types d'avantages : forme physique et amélioration de la santé, plaisir, loisirs et détente, sentiment de réalisation, activité familiale, développement des compétences, nouveaux amis et connaissances, et préparation à la compétition.

---

**La dépense d'énergie moyenne des participants actifs correspond aux cibles visées de dépense d'énergie hebdomadaire pour une bonne santé.**

---

## AVANTAGES POUR LA SANTÉ

La participation sportive et une *excellente santé* vont de pair dans l'esprit des Canadiens. Les participants actifs attachent une très grande importance au sport comme source de détente, de plaisir et de loisirs, de forme physique, d'amélioration de la qualité de vie grâce à une meilleure santé et de soulagement du stress.

La santé peut grandement bénéficier de l'activité sportive (ou d'autres formes d'activités physiques), dans la mesure où l'on arrive à bien combiner la fréquence, la durée et l'intensité de l'activité. Notre sondage auprès des ménages a révélé que les adultes canadiens actifs pratiquent en moyenne 1,91 sport, à raison de 2,8 fois par semaine, pour une durée d'environ une heure chaque fois. Cela équivaut à quelque trois heures d'activité physique par semaine, surtout à une intensité moyenne ou élevée. Chez les femmes et les hommes adultes, la dépense médiane d'énergie est de 586 kcal et de 1 190 kcal respectivement. Nos calculs montrent que la dépense d'énergie moyenne des participants actifs correspond aux cibles visées de dépense d'énergie hebdomadaire pour une bonne santé. Cependant, les participants actifs n'ont pas atteint le minimum recommandé de cinq jours par semaine pour une activité d'intensité modérée et de quatre jours par semaine pour une activité d'intensité élevée. Pour y arriver, il est possible qu'ils aient à combiner un régime sportif avec d'autres formes de conditionnement et d'activité physiques.



En améliorant la santé par le sport et d'autres formes d'activités physiques, on arriverait à réduire sensiblement les coûts des soins de santé. Des estimations récentes des dépenses en soins de santé associées à l'inactivité physique les situent entre 2,1 et 5,3 milliards de dollars annuellement, ce qui représente jusqu'à 4,8 p. 100 des coûts totaux des soins de santé. On peut donc supposer qu'en augmentant la participation sportive, on réduirait largement les coûts de santé à l'échelle nationale. Cela devrait avoir une incidence sur les politiques et les programmes gouvernementaux. Si le gouvernement en arrivait à voir dans le sport (et les autres formes d'activité physique) un moyen efficace de réduire les coûts des soins de santé, il pourrait en faire l'axe central de ses politiques et de ses investissements nouveaux. Il aurait alors deux défis à relever : il lui faudrait accroître le nombre de participants actifs et stimuler ces derniers pour qu'ils participent à un régime de conditionnement physique *plus large* dont le sport ferait partie.

#### AVANTAGES SUR LE PLAN DES COMPÉTENCES

Selon les répondants au sondage, la pratique du sport permet de développer un large éventail de compétences et d'attitudes, dont l'esprit d'équipe, le sens du leadership, la capacité de résoudre les problèmes, de prendre des décisions et de communiquer, et le sens de l'organisation et de l'administration. Le sport forge aussi le caractère et développe certaines qualités personnelles comme le courage et la capacité de s'engager envers un objectif, et renforce les valeurs comme le respect des autres, l'auto-discipline, le franc-jeu et l'honnêteté. Les jeunes trouvent que le sport les aide à canaliser leur énergie, leur compétitivité et leur agressivité dans des activités socialement bénéfiques.

---

**Près de 90 p. 100 des participants actifs estiment que le sport a un effet positif sur le développement de leurs compétences.**

---

Plus de 50 p. 100 des participants actifs croient que le sport joue un rôle très important dans le développement de leurs compétences personnelles. Près de 90 p. 100 estiment qu'il a un effet positif. La vaste majorité des participants actifs, des bénévoles et des spectateurs voient dans le sport un important moyen de développer des compétences applicables *en dehors* du sport. Ces compétences aident aussi les gens à jouer un rôle plus positif dans leur collectivité et dans leur vie familiale.

#### AVANTAGES AU PLAN DE LA COHÉSION SOCIALE

Le sport renforce la cohésion sociale. Les participants au sport sont appelés à beaucoup échanger avec d'autres, ce qui améliore leur capacité d'entretenir des relations interpersonnelles, jette les bases de relations de confiance et développe l'esprit d'équipe, autant de facteurs qui favorisent la cohésion sociale. À son tour, celle-ci est essentielle à l'édification du capital social. Le sport agit en favorisant des regroupements de personnes qui constituent des réseaux sociaux aux fins définies. Ces réseaux encouragent la confiance et une ouverture envers les autres, *en dehors du sport*. Cette ouverture peut se solder par un avantage social et économique.

L'investissement public dans le sport assure de nombreux avantages aux collectivités. La plupart des répondants estiment que la participation sportive encourage fortement les participants, quels que soient leurs antécédents, à travailler et à jouer ensemble, dans un esprit positif. Le sport donne aux sportifs *de tous les âges* des occasions très valables de participer activement à la collectivité, ce qui permet aux gens d'apprendre la responsabilité et le respect des autres et de faire quelque chose en retour pour leur collectivité.

#### AVANTAGES ÉCONOMIQUES

Les dépenses des ménages au profit du sport ont un impact important sur l'économie canadienne :

- Les ménages ont consacré globalement 15,78 milliards de dollars au sport (en 2004). Cela représente 1,2 p. 100 du produit intérieur brut (PIB) du Canada la même année, lequel s'élevait à 1,3 billion de dollars;
- Chacun des ménages participants a dépensé 1 963 \$ pour le sport;
- Les ménages ont consacré 2,18 p. 100 de leurs dépenses totales au sport (cette proportion est comparable à ce qu'on a relevé dans d'autres pays développés, où elle varie de 1,5 à 3,0 p. 100);
- Les dépenses au chapitre du sport ont augmenté de façon significative depuis 1996. À l'époque, elles ne représentaient que 0,9 p. 100 du PIB.

Ceux qui dépensent le plus participent aux sports de différentes façons : Les bénévoles sont ceux qui consacrent la plus grande part de dépenses au sport, en moyenne 3 367 \$. En effet, ils participent le plus souvent à divers titres (participants actifs, spectateurs ou les deux, en plus d'être bénévoles). Les dépenses pour le sport se caractérisent par d'importantes quantités d'achats relativement

petits, pour une variété de produits et de services. Le revenu joue un rôle appréciable dans les dépenses consacrées au sport par les ménages. L'élasticité du revenu est de 3,0 p. 100, ce qui signifie que les participants ont tendance à dépenser pour le sport environ 3 cents de chaque dollar supplémentaire gagné. Ces dépenses sont optimales quand on atteint le nombre de deux enfants dans le ménage. Au-delà, les dépenses du ménage commencent à baisser légèrement, sans doute en raison des autres dépenses essentielles pour élever un plus grand nombre d'enfants qui limitent ce qui reste à consacrer au sport.

---

**Les ménages ont consacré globalement 15,78 milliards de dollars au sport (en 2004). Cela représente 1,2 p. 100 du produit intérieur brut (PIB) du Canada la même année, lequel s'élevait à 1,3 billion de dollars.**

---

## CONCLUSIONS

1. Le sport *renforce sensiblement* l'économie et la société canadiennes.
2. Les dépenses totales consacrées au sport s'élèvent à presque 16 milliards de dollars par année, soit environ 2,2 p. 100 des dépenses de consommation et 1,2 p. 100 du PIB en 2004, une proportion plus élevée qu'en 1990. Le Canada doit au sport environ 2 p. 100 de ses emplois.
3. Le sport n'est pas la seule voie à suivre pour être en bonne santé. Il y en a d'autres dont les principales *combinent* l'activité physique (sportive et autre), un régime alimentaire sain et l'absence de comportements nocifs comme le tabagisme.
4. Le sport fait partie de la culture de l'apprentissage du Canada et offre un moyen précieux d'acquérir ou de renforcer un large éventail de compétences transférables, importantes dans la vie professionnelle et personnelle.
5. Le sport peut aussi s'accompagner de comportements sociaux négatifs qui en atténuent les avantages.
6. Dans l'ensemble, les répondants au sondage estiment que la participation au sport s'accompagne de retombées sociales *nettes* très positives.
7. Malgré ses avantages, la participation des adultes au sport décline graduellement depuis au moins 1992.
8. Étant donné la valeur qu'apporte le sport à notre économie et société et la diminution graduelle de la participation, le gouvernement a de bonnes raisons de vouloir pousser le sport.

## CONSIDÉRATIONS POUR L'AVENIR

Les gouvernements auraient intérêt à envisager de prendre les mesures suivantes :

1. Élaborer une politique du sport qui s'inscrirait dans un cadre stratégique plus vaste englobant la santé, l'éducation, le développement des compétences et l'expansion du marché du travail;
2. Définir des cibles de rendement qui reconnaîtraient la place du sport dans une stratégie globale d'amélioration du conditionnement physique et de la santé;
3. Intégrer aux mesures du rendement à moyen et long termes de la politique du sport et des programmes connexes des objectifs d'économie au titre des soins de santé;
4. Trouver les messages les plus puissants et les diffuser en adoptant une approche globale de marketing social;
5. Par des mesures d'encouragement, stimuler l'investissement et l'engagement personnels et communautaires dans le sport;
6. Financer la recherche longitudinale pour se doter des connaissances solides dont on a besoin pour définir les orientations stratégiques et les priorités des programmes.

On ne peut espérer réussir sans miser sur une vaste collaboration. Pour ramener la participation à ce qu'elle était en 1990 ou la rehausser encore davantage, il faut compter sur l'engagement des gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux, des municipalités, des collectivités, des éducateurs, des professionnels des soins de santé et des groupes représentant les sous-représentés en sport, de même que des organismes qui s'occupent d'organiser, de surveiller et de soutenir la pratique du sport partout au Canada. Le processus d'engagement lui-même exige des investissements au même titre que les efforts pour renforcer notre capacité d'offrir aux Canadiens des occasions de pratiquer le sport. En revanche, les récompenses sont très prometteuses.

---

1 Aux fins de la présente étude, le sport comprend à la fois le sport non professionnel et professionnel.



# Introduction

Les Canadiens aiment le sport. C'est pour eux une source de plaisir qui les aide à se définir, individuellement et collectivement, et à façonner l'identité canadienne<sup>1</sup>. Au cours d'une année donnée, ils sont plus nombreux à pratiquer activement un sport — plus de huit millions en 2004 — qu'à fréquenter l'école publique, tous les niveaux confondus<sup>2</sup>. Des millions d'autres participent comme bénévoles et spectateurs. Dans l'ensemble, environ la moitié de la population canadienne, dont 55 p. 100 des adultes, prend part tous les ans à une activité sportive.

---

**De façon directe ou indirecte, le sport touche à de nombreux aspects de nos vies; pourtant, nous n'avons pas souvent conscience du profond impact qu'il a sur nous.**

---

Si les Canadiens ressentent avec tant d'intensité les effets du sport, c'est parce que celui-ci mobilise beaucoup de personnes — des familles entières, des amis, des collectivités ainsi que chacun ou chacune. De façon directe ou indirecte, le sport touche à de nombreux aspects de leur vie; pourtant, bon nombre de ces personnes n'ont pas conscience du profond impact qu'il a sur elles :

- Il change l'être humain — notamment son état de santé et son bien-être, son réseau social et son sentiment d'appartenance sociale de même que ses compétences;
- Il modifie les collectivités — y compris la cohésion sociale et le capital humain qui les caractérisent;
- Il a un effet sur l'économie — en créant des emplois et en donnant du travail à des milliers de Canadiens dans les secteurs de la fabrication, de la vente au détail et des services;
- Il aide à façonner les identités nationale et culturelle.

C'est peut-être ce manque de prise de conscience qui explique pourquoi nous observons une baisse de la participation sportive active à l'échelle nationale<sup>3</sup>. En 1992, 45 p. 100 des adultes âgés de 16 ans ou plus

disaient pratiquer activement un sport. Vers 1998, cette proportion avait chuté à 34 p. 100. Aujourd'hui, la proportion d'adultes âgés de 16 ans ou plus qui pratiquent activement un sport se situe à 31 p. 100<sup>4</sup>. Par ailleurs, les Canadiens n'arriveraient pas à trouver autre chose qui convienne pour remplacer le sport et les garder en forme. Selon l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, en 2001, 56 p. 100 des Canadiens n'avaient pas atteint les niveaux d'activité physique recommandés au pays pour être en bonne forme physique et jouir d'une

### Définition du sport

Aux fins de la présente étude, le sport est défini comme suit :

- Activité nécessitant un certain degré d'effort physique et d'aptitude, donnant typiquement lieu à compétition et assujettie à des règles (p. ex. le hockey sur glace, le soccer et les quilles); ou
- Activité physique pratiquée dans le but d'améliorer sa prestation sportive personnelle (par exemple, s'entraîner en vue d'améliorer son temps ou sa distance).

Cette étude *exclut* de sa définition les compétitions sportives faisant appel à des véhicules motorisés de même que les activités physiques ne donnant pas lieu à la compétition et n'ayant pas pour but d'améliorer la prestation sportive personnelle (par exemple, le fait de pratiquer le jogging et de se rendre au travail en vélo)<sup>1</sup>.

1 Dans d'autres régions du monde, notamment au sein de l'Union européenne et au Royaume-Uni, on utilise une définition plus large du sport (qui comprend la marche), ce qui influence grandement les taux de participation et les résultats statistiques, les taux de participation étant plus élevés.

Source : Le Conference Board du Canada.

### Définition de la participation

Cette étude examine trois types de participations sportives dans une période de 12 mois (de janvier à décembre 2004) :

- Participants actifs — personnes pratiquant un sport à des fins de compétition avec les autres, selon un ensemble de règles, ou pour améliorer leur prestation sportive;
- Bénévoles — personnes qui font don de leur temps et de leur expertise sportive (par exemple, à titre d'entraîneurs, de chauffeurs, d'arbitres ou de bailleurs de fonds);
- Spectateurs — personnes qui assistent à des matchs ou à des rencontres sportives.

Source : Le Conference Board du Canada.

### Méthode de recherche

Cette étude repose sur une combinaison de méthodes, y compris l'examen de la littérature et la réalisation d'un sondage téléphonique auprès des ménages sur la participation sportive, le *National Household Survey on Participation in Sport*, dont nous avons analysé les données quantitatives et qualitatives. Les résultats sont intégrés au texte du rapport.

- Examen de la littérature — notre examen de la littérature s'est étendu à des études nationales et internationales que nous avons regroupées autour de quatre axes d'analyse des impacts : la santé, les compétences, la cohésion sociale et l'économie.
- Sondage national auprès des ménages — notre *National Household Survey on Participation in Sport* nous a permis de sonder 2 408 ménages canadiens représentatifs, sélectionnés à l'aide de la méthode d'échantillonnage aléatoire stratifié.
  - Toutes les données sur les taux de participation se rapportent à la période d'un an qui s'est achevée en décembre 2004.
  - Les données ont été collectées auprès de trois types de participants : les participants actifs, les bénévoles et les spectateurs. Certains ne relevaient que d'une catégorie, alors que d'autres faisaient partie de plus d'une catégorie.

Voir l'annexe A pour de plus amples précisions sur la méthode utilisée dans cette étude.

Source : Le Conference Board du Canada.

bonne santé<sup>5</sup>. À cela s'ajoute la masse corporelle des adultes, qui ne cesse de s'accroître : en 1998, 15 p. 100 des personnes de 20 à 64 ans étaient obèses et, parmi les autres, 33 p. 100 présentaient un excès pondéral<sup>6</sup>. En 2004, toujours selon l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, l'excès pondéral et l'obésité s'étaient alourdis : 23 p. 100 des adultes étaient obèses et 36 p. 100 présentaient un excès pondéral. Ces données ont considérablement augmenté au cours des 25 dernières années. De fait, le taux d'obésité a triplé de 3 à 9 p. 100 chez les adolescents âgés de 12 à 17 ans; il a plus que doublé, passant de 9 à 21 p. 100, chez les adultes âgés de 25 à 34 ans. On observe des taux d'obésité records de 30 p. 100 chez les adultes âgés de 45 à 65 ans. Dans l'ensemble, les taux d'obésité rectifiés selon l'âge chez les adultes canadiens sont passés de 14 p. 100, en 1979, à 23 p. 100, en 2004 — quelque 5,5 millions d'adultes canadiens ont été trouvés obèses. Comme, parmi les autres, 36 p. 100 présentaient un excès pondéral, la proportion totale d'adultes risquant de subir des problèmes de santé à cause d'un excès de poids s'élevait à près de 60 p. 100. Fait notable, on établit une corrélation entre l'obésité et les niveaux d'activité physique : 27 p. 100 des hommes sédentaires seraient obèses, comparativement à seulement 20 p. 100 des hommes actifs<sup>7</sup>.

Reconnaissant l'importance du sport au Canada et conscients du déclin des taux de participation à un moment où la plupart des adultes canadiens sont physiquement inactifs, les ministres fédéral, provinciaux et territoriaux responsables du sport, de la condition physique et des loisirs ont publié en 2002 la toute première *Politique canadienne du sport*. Cette politique enjoignait les gouvernements à souscrire à une vision élargie du sport : « un environnement sportif dynamique, contemporain, permettant à tous les Canadiens et Canadiennes de s'engager dans une pratique sportive qui soit à la mesure de leurs habiletés et intérêts et, pour un nombre croissant d'athlètes, de se démarquer de façon constante aux plus hauts niveaux de compétition »<sup>8</sup>. Quatre objectifs sous-jacents orientent cette politique : accroître la participation, l'excellence, les ressources et l'interaction. On y reconnaît plusieurs principes fondamentaux, y compris ceux contenus dans la déclaration *Pour une éthique sportive*, adoptée en 2001<sup>9</sup> :

- Le sport est une partie vitale de l'histoire, reflétant une tradition au Canada;
- Le sport se vit de diverses façons, que l'on soit athlète, entraîneur, représentant, parent ou partisan, bénévole, dirigeant, scientifique, membre du personnel médical, promoteur, artiste, journaliste, admirateur ou spectateur;
- Le sport est synonyme de plaisir; il apporte de la joie, libère l'esprit et embellit la vie;
- Le sport met le caractère à l'épreuve et le forme; il apprend aux enfants et aux jeunes les valeurs du travail d'équipe, de la détermination et de l'engagement; il exige une attitude honnête et juste; il donne du courage;
- Le sport bâtit un corps en santé, en plus de former le caractère; la pratique fréquente d'une activité physique de grande qualité grâce au sport procure des bienfaits pour la santé qui peuvent durer toute la vie;
- Le sport est l'un des domaines de l'activité humaine qui permet la recherche de l'excellence;
- Le sport édifie les collectivités; les jeunes, leurs parents et leurs entraîneurs, les bénévoles, les parains et les partisans sont réunis par le sport; lorsque tous s'assemblent pour le sport sur les terrains et les losanges, ou dans les arénes, ils en repartent non seulement voisins, mais aussi amis.

Une récente étude menée au Royaume-Uni a attiré l'attention sur le fait que, en concurrence avec d'autres causes louables pour s'accaparer une part des ressources publiques, qui sont limitées, les défenseurs du sport doivent mieux démontrer les avantages concrets de celui-ci sur les plans personnel et collectif, ainsi qu'à l'échelle nationale<sup>10</sup>. C'est à cette fin que la *Politique canadienne du sport* a établi comme priorité de sensibiliser davantage les gouvernements à la valeur du sport en présentant à quelques ministères ciblés (comme ceux de la Santé, de la Justice, de l'Éducation et des Services sociaux) des preuves péremptoires des avantages que confère la participation sportive régulière, et ce, afin de favoriser la collaboration et les partenariats dans le cadre de programmes<sup>11</sup>.

---

**En 2004, la proportion totale d'adultes risquant des problèmes de santé à cause d'un excès de poids s'élevait à près de 60 p. 100.**

---

Malgré l'importance que revêt le sport, et en dépit du besoin criant de données empiriques pour mieux sensibiliser les décideurs et le public et les intéresser à la question, aucune étude récente ne porte sur les répercussions socioéconomiques globales du sport sur le Canada et les Canadiens, à partir de résultats originaux<sup>12</sup>. À cause de l'absence d'analyse approfondie des effets de la participation sportive sur les personnes, les collectivités, les organisations et le pays, les décideurs n'ont pas profité d'une base empirique sur laquelle ils auraient pu élaborer des politiques qui intègrent le sport aux choix stratégiques plus vastes du gouvernement.

Fondé sur de nouvelles données produites par Le Conference Board du Canada dans le cadre d'un sondage national auprès des ménages, lequel était basé sur un échantillonnage aléatoire stratifié et combiné avec une analyse de la littérature<sup>13</sup>, ce rapport vise à combler en partie ces lacunes dans les connaissances en proposant aux décideurs et au public des données crédibles sur le vaste éventail des répercussions et des avantages associés à l'activité sportive. Il sera possible de s'y reporter pour élaborer d'autres politiques et programmes.

Pour mieux rendre compte de la diversité des effets imputables au sport, les principaux résultats sont répartis entre quatre axes d'analyse des impacts : la santé, les compétences, la cohésion sociale et l'économie. Notre étude sonde la nature et l'importance de la participation sportive, y compris les facteurs de motivation (comme les soucis liés à la santé, les besoins sociaux et des objectifs communautaires) et les répercussions sur différents aspects socioéconomiques, des répercussions individuelles (la santé et les compétences) aux répercussions sociétales (la cohésion sociale et l'économie).

La recherche est un processus itératif. Bien que cette étude ait généré des données et offert des interprétations et des conclusions qui, d'après nous, apportent des preuves incontestables des avantages que le sport procure sur les plans de la santé, du développement des compétences, de la cohésion sociale et de l'économie, il faudra effectuer une enquête longitudinale et envisager d'autres formes de recherche pour explorer et valider pleinement la nature et l'ampleur de ces effets bénéfiques. En fait, l'un des résultats les plus utiles de ce projet réside dans notre capacité à pouvoir désormais déterminer les secteurs où il importe de pousser la recherche pour mieux comprendre la nature du sport et son importance au Canada et aux yeux des Canadiens.

---

1 Pour les besoins de l'étude, le sport s'entend à la fois du sport professionnel et du sport amateur. Sur le plan statistique, la portée du sport amateur est si vaste comparativement au sport professionnel (sauf pour les répercussions économiques) que l'analyse des effets du sport à l'échelle nationale représente surtout une analyse des effets du sport amateur.

2 Sauf indication contraire, toutes les données sur la participation sportive et son incidence sont tirées du *Sport Participation Impact Analysis Household Survey*, un sondage national du Conference Board du Canada, effectué au téléphone et basé sur un questionnaire. Représentatif, celui-ci fait état de l'opinion d'adultes canadiens (16 ans ou plus) au sujet de leur propre participation sportive et de celle de leur famille ainsi que de leur incidence. Le sondage a été réalisé par la société R.A. Malatest & Associates ltée pour le compte du Conference Board du Canada, en novembre et en décembre 2004, après un essai sur le terrain

visant à parfaire le matériel d'enquête. Les résultats du sondage ont été extrapolés pour la totalité de la population canadienne au moyen de techniques statistiques largement acceptées. Voir l'annexe pour de plus amples précisions au sujet de la méthode d'enquête.

3 Parmi les autres raisons avancées pour expliquer cette baisse figurent les contraintes de temps de plus en plus lourdes au travail, la recherche de méthodes de participation sportive plus souples ainsi que la diminution de l'intérêt à l'égard des sports d'équipe et, son corollaire, la hausse de l'individualisme. Voir F. Coalter, M. Allison et J. Taylor, *The role of sport in regenerating deprived urban areas*, Édimbourg, Scottish Executive Central Research Unit, 2000. Sport England (conseil anglais du sport) a résumé cette étude, dans *The Value of Sport* [en direct]. <[www.sportengland.org/vsm](http://www.sportengland.org/vsm)>

- 4 Sport Canada, *La pratique des sports au Canada*, 1998, Ottawa, Sport Canada, 2000, p. 1, où sont cités des résultats de l'*Enquête sociale générale*, Ottawa, Statistique Canada, 1998; Le Conference Board du Canada, *Sport Participation Impact Analysis Household Survey*, Ottawa, décembre 2004.
- 5 Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, *Sondage indicateur de l'activité physique en 2002* [en direct], Ottawa, Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, 2002. <[www.cflri.ca/icrcp/ap/sondages/sondage\\_2002/sondage\\_2002.html](http://www.cflri.ca/icrcp/ap/sondages/sondage_2002/sondage_2002.html)>
- 6 C.L. Craig et C. Cameron, *Augmenter l'activité physique : évaluer les tendances de 1998 à 2003*, Ottawa, Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, 2004, p. 7. Les personnes dites « obèses » ont un indice de masse corporelle (IMC) de 30,0 ou plus, tandis que celles ayant un « excès pondéral » ont un IMC se situant entre 25,0 et 29,9.
- 7 Voir l'analyse qu'a faite Michael Tjepkema de l'*Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes* dans *L'obésité chez les adultes au Canada : poids et grandeur mesurés*, Ottawa, Statistique Canada, juillet 2005, n° de catalogue 82-620-MWF.
- 8 Sport Canada, *La Politique canadienne du sport* [en direct], Ottawa, ministère du Patrimoine canadien, 2002. <[www.pch.gc.ca/progs/sc/pol/pcs-csp/2003/1\\_f.cfm?nav=0](http://www.pch.gc.ca/progs/sc/pol/pcs-csp/2003/1_f.cfm?nav=0)>
- 9 *Pour une éthique sportive : une déclaration adoptée par les ministres fédéral, provinciaux et territoriaux du Sport* [en direct], London (Ontario), le 10 août 2001. <[www.pch.gc.ca/progs/sc/pubs/london\\_f.cfm](http://www.pch.gc.ca/progs/sc/pubs/london_f.cfm)>. Les ministres fédéral, provinciaux et territoriaux ont convenu de promouvoir cette déclaration. En 2001 et 2002, ils ont adopté un cadre stratégique ainsi qu'un plan d'action dans lesquels sont précisées l'élaboration et la mise en œuvre d'une *Stratégie canadienne sur l'éthique dans le sport*.
- 10 Sport England, *The Value of Sport to Local Authorities*, Londres (Angleterre), Sport England, juin 1999, n° de réf. 901.
- 11 Sport Canada, *La Politique canadienne du sport : priorités des gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux – pour une action concertée dans le domaine du sport 2002–2005*, Ottawa, ministère du Patrimoine canadien, 2002, et Sport Canada, *La Politique canadienne du sport*. Les ministres ont adopté la politique à Iqaluit, au Nunavut, le 6 avril 2002.
- 12 La recherche comporte des lacunes importantes en ce qui a trait aux répercussions du sport; la plupart des études canadiennes sur les avantages du sport sont anecdotiques et souffrent de l'absence de données quantitatives pour les appuyer ou d'une base théorique pour les expliquer systématiquement. Plusieurs études ont été réalisées dans d'autres pays ou régions du monde au cours des dix dernières années. Pour un exemple récent, voir *Les citoyens de l'Union européenne et le sport*, Bruxelles (Belgique), Commission européenne, novembre 2004.
- 13 Pour de plus amples précisions sur la méthode à laquelle fait référence le présent rapport et pour savoir le contenu des discussions au sujet de la validité et de la valeur des résultats du sondage, voir l'annexe A.

# Aperçu des taux de participation sportive au Canada

Près de 13,7 millions d’adultes canadiens — 55 p. 100 de la population adulte au pays — prennent part à un événement sportif comme participants actifs, bénévoles ou spectateurs, à moins qu’ils n’appartiennent aux trois catégories à la fois<sup>1</sup>. En fait, la plupart des adultes qui le font optent pour plus d’un mode de participation :

- Le nombre total de participants actifs est de 7 732 000, soit 31,0 p. 100 de la population adulte de 16 ans ou plus<sup>2</sup>;
- Le nombre total de bénévoles est de 4 565 000, soit 18,3 p. 100 de la population adulte<sup>3</sup>;
- Le nombre total de spectateurs est de 11 324 000, soit 45,4 p. 100 de la population adulte.

La tendance à assister à un événement sportif comme spectateur (45,4 p. 100) est plus importante que celle à y participer activement (31,0 p. 100) ou à y œuvrer en faisant du bénévolat (18,3 p. 100). Cependant, la plupart des personnes composant un public spectateur ne sont pas pour autant sédentaires. Près des deux tiers d’entre elles participent aussi activement ou font du bénévolat. Il en est de même pour les bénévoles : la majorité participent activement ou assistent à des événements sportifs comme spectateurs. Dans le même ordre d’idées, près des trois quarts des participants actifs regardent volontiers des événements sportifs ou font du bénévolat. Le tableau 1 résume les combinaisons observées dans la participation sportive au Canada.

Si elles impressionnent, les données relatives à la participation sportive sont plus faibles que celles obtenues pour les activités visant à entretenir la forme en général. L’une des raisons expliquant cette différence tient à ce que les activités de mise en forme couvrent un éventail beaucoup plus vaste que celui contenu dans notre définition du sport, y compris les loisirs les plus populaires,

comme la marche à des fins d’exercice, le jardinage et les travaux extérieurs, le vélo, la danse sociale, l’exercice à domicile et la pêche<sup>4</sup>.

On pourrait aussi expliquer cette différence par le fait que la barre est placée plus haut dans le cas de la participation active à un sport qu’à la plupart des activités de mise en forme. La participation active à un sport tend à exiger un certain degré d’habileté de même qu’une bonne condition physique, davantage que ce n’est le cas pour des activités de mise en forme. De

**Tableau 1**  
Activité sportive des adultes canadiens, par type de participation — population adulte au Canada

Spectateurs	Participants actifs	Bénévoles	Pourcentage et nombre
✓			17,0 % 4 240 000
	✓		7,3 % 1 821 000
		✓	1,0 % 249 000
✓	✓		12,3 % 3 068 000
✓		✓	5,9 % 1 472 000
	✓	✓	1,2 % 299 000
✓	✓	✓	10,3 % 2 569 000
<b>Total</b> <b>45,4 %</b> <b>11 324 000</b>	<b>Total</b> <b>31,0 %</b> <b>7 732 000</b>	<b>Total</b> <b>18,3 %</b> <b>4 565 000</b>	<b>Total</b> <b>(tous les types)</b> <b>54,9 %</b> <b>13 718 000</b>

Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

nombreux sports populaires, comme le hockey sur glace, le base-ball, le ski et le soccer, demandent des participants une très grande aptitude à l'application de tactiques et de stratégies, en plus d'avoir à maintenir une activité physique relativement soutenue. De plus, leur niveau de difficulté étant plutôt élevé, ils exigent une force neuromusculaire ciblée<sup>5</sup>.

Les exigences liées à une bonne condition physique sont beaucoup moins courantes pour les bénévoles. Pour une petite minorité d'entre eux, le bénévolat exige un niveau d'effort physique soutenu, surtout pendant que se déroule l'événement sportif. De fait, dans certains sports, l'arbitrage bénévole peut s'avérer plutôt ardu, forçant

ceux qui l'assurent à courir ou à bien patiner pour aller aussi vite que les joueurs sur le terrain de jeu ou la patinoire. Par ailleurs, il est aussi possible d'agir à titre d'arbitre sans dépenser beaucoup d'énergie dans de nombreux sports. Les sports les plus populaires de la sorte comprennent l'athlétisme, le patinage de vitesse, le saut à skis, l'aviron, le tir à l'arc, tous les sports de raquette, le curling et le base-ball. De plus, les activités de bénévolat à réaliser avant et après un événement sportif sont habituellement sédentaires.

Dix-sept pour cent des personnes comptant parmi les participants sportifs se limitent exclusivement au rôle de spectateurs. Comme celui-ci exige moins de temps et beaucoup moins d'énergie qu'une participation active (et certaines formes de bénévolat), il attire de nombreuses personnes qui ne sont pas elles-mêmes des athlètes — ce qui ne les empêche pas de s'intéresser au sport.

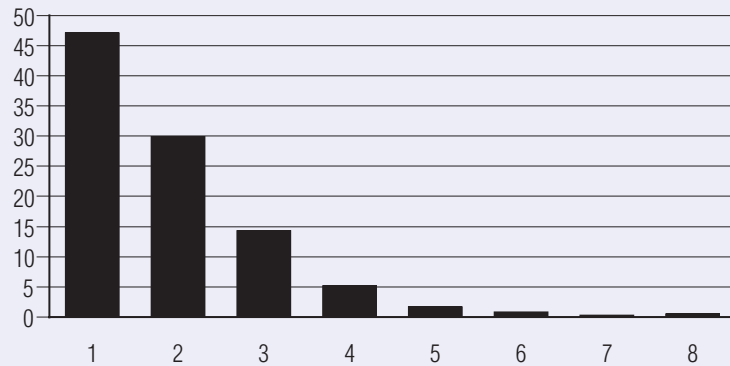
## LES SPORTS LES PLUS POPULAIRES

Les Canadiens s'adonnent à de nombreux sports, mais en préfèrent quelques-uns en particulier. Sur un total de près de 100 sports pratiqués, la participation la plus forte se concentre autour d'une dizaine de sports, notamment le hockey sur glace, le golf, le soccer, le base-ball, le basket-ball, le volley-ball, le ski, la natation et le cyclisme. (Voir le tableau 2.) La tendance en 2004 s'aligne étroitement sur la participation active enregistrée en 1998, les mêmes 13 sports figurant au palmarès des 15 sports les plus populaires pour ces deux années. Le hockey sur glace, le golf et le base-ball dominant haut la main sur les deux listes. Parmi les différences les plus frappantes, notons que les rangs occupés par le curling, les quilles et la natation en 2004 ne correspondent plus qu'à la moitié de ce qu'ils étaient en 1998 et que la course à pied a détrôné l'haltérophilie parmi les 15 sports les plus populaires<sup>6</sup>.

L'intérêt national porté à un certain groupe de sports se manifeste dans le comportement des participants. Bien que certains passionnés du sport puissent prendre part à une dizaine de sports différents, activement ou comme bénévoles ou spectateurs, cela est très inhabituel. Presque la moitié des participants actifs (47,1 p. 100) pratiquent un seul sport. La très grande majorité des adeptes de plusieurs sports s'en tiennent à seulement deux ou trois (44,3 p. 100). À peine 8,7 p. 100 prennent part à des compétitions dans quatre sports ou plus. (Voir le graphique 1.)

**Graphique 1**

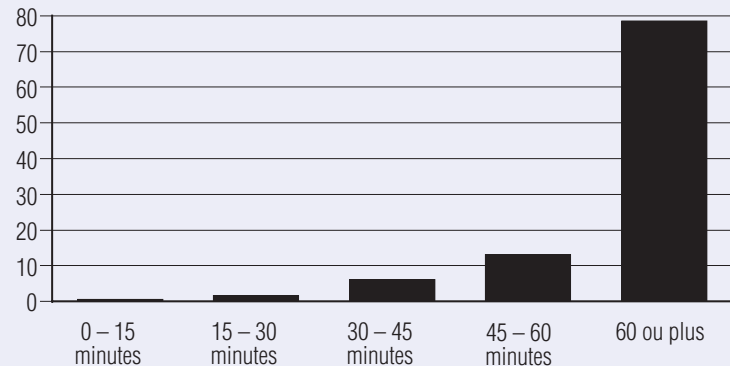
Nombre de sports auxquels les répondants participent  
(pourcentage, proportion de la population canadienne âgée de 16 ans et plus)



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

**Graphique 2**

Durée de l'activité  
(pourcentage)



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.



## DURÉE DES ACTIVITÉS

Les participants actifs ont tendance à pratiquer le sport pendant de longues périodes — en moyenne, une heure ou plus à la fois. Près de 80 p. 100 d'entre eux ont indiqué qu'ils consacraient 60 minutes ou plus à la fois à la pratique de leur sport. Seuls 8,3 p. 100 se contentaient de 45 minutes ou moins. (Voir le graphique 2.) La durée des séances d'activités varie en fonction du sport; par exemple, il faut beaucoup de temps pour terminer une partie au hockey sur glace, alors que d'autres sports permettent plus de souplesse quant à leur durée. Les décideurs du secteur de la santé doivent considérer les questions liées à la durée et les différences entre les sports sur ce plan. Voir le chapitre 5 (« Effets sur la santé ») pour en savoir plus sur le sujet.

## FRÉQUENCE DES ACTIVITÉS

Les participants actifs s'adonnent à des activités sportives en moyenne 2,8 fois par semaine. Le *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine* recommande toutefois un minimum de cinq jours par semaine pour une activité d'intensité moyenne et de quatre jours par semaine pour une activité d'intensité élevée. Le manque de fréquence dans la participation constitue l'un des principaux obstacles à l'accroissement des effets bénéfiques du sport sur la santé.

## QUATRE TENDANCES DE LA PARTICIPATION

Le tableau 2 présente les sports les plus populaires par type de participation. Les pourcentages y figurant sont basés sur ceux calculés pour la population adulte du Canada, à partir des résultats de la population visée par le sondage. (Voir l'annexe B.) Quatre tendances ressortent du tableau 2 sur la participation.

La *première tendance*, quantitativement la plus importante, renvoie aux sports qui attirent beaucoup d'adultes dans les trois catégories cernées : participants actifs, bénévoles ou spectateurs. (Voir les cellules mauves du tableau 2.)

Cinq sports correspondent à cette tendance, incitant beaucoup d'adultes à y participer : le hockey sur glace, le base-ball, le soccer, le volley-ball et le basket-ball. Chacun attire entre 700 000 et 1,65 million de participants actifs chaque année, auxquels s'ajoutent des spectateurs encore

**Tableau 2**

Sports les plus populaires, par type de participation — population adulte du Canada

Participants actifs	Bénévoles	Spectateurs
Hockey sur glace 6,6 % 1 646 000	Hockey sur glace 6,6 % 1 172 000	Hockey sur glace 20,7 % 5 163 000
Golf 6,5 % 1 621 000	Soccer 4,1 % 1 023 000	Soccer 11,8 % 2 943 000
Base-ball 4,7 % 1 172 000	Base-ball 2,5 % 624 000	Base-ball 7,9 % 1 970 000
Ski 4,0 % 998 000	Volley-ball 2,0 % 499 000	Basket-ball 6,1 % 1 522 000
Soccer 3,8 % 948 000	Basket-ball 1,6 % 399 000	Volley-ball 4,5 % 1 122 000
Volley-ball 3,1 % 773 000	Ski 0,7 % 175 000	Football 4,4 % 1 097 000
Basket-ball 2,8 % 698 000	Natation 0,6 % 150 000	Natation 2,4 % 599 000
Tennis 2,6 % 649 000	Patinage 0,6 % 150 000	Cyclisme 2,2 % 549 000
Curling 2,6 % 649 000	Curling 0,5 % 125 000	Patinage 2,0 % 499 000
Quilles 2,4 % 599 000	Football 0,5 % 125 000	Curling 1,5 % 374 000
Natation 2,4 % 599 000	Arts martiaux 0,4 % 100 000	Arts martiaux 1,4 % 349 000
Cyclisme 2,2 % 549 000	Golf 0,4 % 100 000	Gymnastique 1,2 % 299 000
Course à pied 1,9 % 474 000	Gymnastique 0,4 % 100 000	Athlétisme 1,1 % 274 000
Badminton 1,5 % 374 000	Quilles 0,3 % 75 000	Rugby 1,0 % 249 000
Squash 1,0 % 249 000	Badminton 0,3 % 75 000	Tennis/Quilles 0,9 % 224 000

Nota: Le grisé des cellules est expliqué dans la section « Quatre tendances de la participation ».

Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

plus nombreux, et de 400 000 à plus d'un million de bénévoles. Les cinq comptent parmi les 15 sports les plus populaires dans les trois catégories. Au cœur de l'identité canadienne traditionnelle, le hockey sur glace surclasse les autres sports, étant le plus populaire dans chaque catégorie. En 2004, il gagnait la faveur de 1,66 million d'adultes comme participants actifs, de plus d'un million comme bénévoles et de plus de cinq millions comme spectateurs — combinés, ces chiffres représentent plus du cinquième de la population adulte du Canada et presque la moitié de tous les adultes canadiens ayant pris part à un événement sportif l'an dernier.

Pourquoi ces sports sont-ils si populaires? L'une des réponses se trouve dans le fait qu'il s'agit de sports d'équipe qui rallient beaucoup de personnes par l'intermédiaire des familles. De fait, ils sont souvent joués par plusieurs membres d'une même famille, y compris des adultes et des enfants, qui peuvent encourager d'autres membres de leur famille à partager leur expérience comme bénévoles ou spectateurs. Cette caractéristique pourrait expliquer pourquoi de tels sports parviennent à attirer tant de participants, dans l'ensemble des catégories, comparativement aux sports essentiellement individuels. Un autre facteur plausible tient à la présence de ligues professionnelles appréciées du public dans tous ces sports, à l'exception du volley-ball. Les parties disputées dans les ligues professionnelles sont diffusées à vaste échelle dans l'ensemble du Canada, véhiculant des modèles populaires qu'on souhaite imiter et créant ainsi un terreau fertile pour la participation<sup>7</sup>.

---

**Le hockey sur glace surclasse les autres sports, étant le plus populaire dans chaque catégorie (participant, bénévole, spectateur). En 2004, il gagnait la faveur d'un cinquième de la population adulte au Canada.**

---

La *deuxième tendance* fait intervenir des sports qui attirent relativement peu de participants actifs adultes, mais qui peuvent connaître une très grande popularité auprès de nombreux spectateurs et bénévoles adultes, ce qui les placera parmi les 15 sports les plus appréciés dans chacune des catégories. Les quatre sports occupant ce créneau particulier sont le football, la gymnastique, le

patinage sur glace et les arts martiaux. Chaque année, entre 100 000 et 150 000 personnes contribuent à leur succès comme bénévoles, alors que de 300 000 à plus d'un million les suivent comme spectateurs. Cette tendance de la participation peut être attribuable à divers facteurs. D'abord, de tels sports supposent souvent des impacts physiques importants et exigent une assez grande souplesse, que peu d'adultes peuvent se targuer de posséder. Ensuite, ces sports axés sur les enfants attirent les spectateurs. En raison de cette combinaison, bon nombre d'adultes n'ont pas tendance à participer activement eux-mêmes. Les sports plus artistiques, la gymnastique et le patinage sur glace, offrent des spectacles particulièrement attrayants, même aux yeux des nombreuses personnes qui, d'ordinaire, ne s'intéressent pas au sport en fonction des qualités athlétiques ou de la compétition par équipe. De plus, le fait que ces sports soient plus populaires parmi les enfants ferait en sorte qu'un plus grand nombre d'adultes deviennent bénévoles ou spectateurs pour les accompagner et les encourager. (Voir les cellules mauve foncé du tableau 2.)

La *troisième tendance* est associée à des sports qui attirent beaucoup de participants actifs, mais relativement peu de bénévoles et de spectateurs. Le golf et le ski en sont les meilleurs exemples. Chacun mobilise au moins un million de participants actifs qui tentent d'améliorer leur performance personnelle et prennent parfois part à des compétitions officielles, mais une poignée de bénévoles et de spectateurs seulement se déplacent pour aider ou regarder les premiers. On peut expliquer cette tendance de la participation par le fait que de tels sports offrent moins d'occasions d'intervention comme bénévoles ou spectateurs. Le ski et le golf sont des sports saisonniers et le nombre d'événements s'y rapportant dans une ville donnée est restreint comparativement au hockey (fréquemment joué dans les patinoires intérieures, ouvertes toute l'année). En outre, ces deux sports sont plus faciles à admirer à l'écran qu'en personne. Enfin, les lieux où se déroulent les événements sportifs y étant liés font l'objet d'une lourde commercialisation à cause des investissements importants que nécessite la création d'un environnement adéquat et du fait que la gestion est confiée à un personnel professionnel qui ne fait guère appel à des bénévoles. (Voir les cellules gris foncé du tableau 2.)

La quatrième tendance a trait à tous ces sports qui, s'ils attirent beaucoup de participants actifs et de spectateurs, ne comptent guère de bénévoles. Deux sports correspondent plus particulièrement à cette tendance, la natation et le cyclisme. Les deux peuvent être considérés comme des sports individuels ou d'équipe, puisque les participants actifs s'illustrent seuls ou, parfois, avec des coéquipiers. Les deux sont très

populaires en tant qu'activités compétitives, chacun faisant intervenir plus d'un demi-million d'adultes annuellement comme participants actifs et tout autant comme spectateurs. Cependant, pour des raisons encore obscures, les bénévoles œuvrant à leur succès sont beaucoup moins nombreux. Une recherche approfondie s'impose pour arriver à des conclusions définitives. (Voir les cellules gris pâle du tableau 2.)

---

1 Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004. Par rapport à une population qui comportait presque 25 millions d'habitants (24 942 000) en décembre 2004, un pour cent de la population adulte équivalait à peu près à 250 000 habitants.

2 Ces données sont comparables à celles figurant dans l'*Enquête sociale générale de 1998* (Ottawa, Statistique Canada), qui indiquait que 8,3 millions de Canadiens âgés de 15 ans et plus (34 p. 100) pratiquaient régulièrement au moins un sport. Les différences relevées entre les résultats de 1998 et ceux de 2004 pourraient être en partie attribuables à l'inclusion des jeunes âgés de 15 ans dans l'étude de 1998 ainsi qu'aux définitions données au sport, qui ne sont pas tout à fait les mêmes. Ces différences peuvent aussi refléter une tendance à la diminution de la participation active des adultes, plus particulièrement le déclin observé entre 1992 et 1998, lorsque les taux de participation ont chuté de 45 p. 100 à 34 p. 100. Voir *La pratique des sports au Canada*, 1998, Ottawa, Sport Canada, 2000, p. 1, où sont cités des résultats de l'*Enquête sociale générale*, Ottawa, Statistique Canada, 1998.

3 Le nombre de bénévoles indiqué est beaucoup plus élevé que celui cité dans l'*Enquête nationale sur le don, le bénévolat et la participation* (Ottawa, Statistique Canada, août 2001), selon laquelle plus de deux millions de Canadiens font du bénévolat dans les secteurs du sport, des loisirs, des arts ou de la culture.

4 *Sondage indicateur de l'activité physique en 2001* [en direct], Ottawa, Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, 2001. <[www.cflri.ca/icrcp/ap/sondages/sondage\\_2001/sondage\\_2001.html](http://www.cflri.ca/icrcp/ap/sondages/sondage_2001/sondage_2001.html)>

5 *La pratique des sports au Canada*, 1998, Ottawa, Sport Canada, 2000, p. 7.

6 *La pratique des sports au Canada*, 1998, Ottawa, Sport Canada, 2000, p. 23.

7 Un mode comportemental similaire est observable avec les sports qui monopolisent l'attention durant les Jeux olympiques. Ainsi, lorsqu'un athlète canadien décroche une médaille d'or, ou attire l'attention des médias, on note un regain d'intérêt soudain qui peut se traduire par une participation accrue au sport dans lequel il se spécialise. La mesure dans laquelle l'intérêt se fait sentir et la probabilité que cela débouche sur une participation croissante à long terme n'ont pas fait l'objet d'une étude systématique.

# Principaux catalyseurs et déterminants de la participation

Les principaux catalyseurs de la participation sportive sont imbriqués. Ils comprennent l'âge, le sexe, la composition du ménage, le niveau d'instruction et le revenu. Le niveau d'instruction et le revenu sont intimement liés, tout comme le sont l'âge et la composition du ménage.

## ÂGE

Les données sur la participation active au sport impressionnent, et ce, dans chacun des groupes d'âge. Les jeunes connaissent les taux de participation les plus élevés : plus des deux tiers des 16 à 19 ans sont des participants actifs. Bon nombre d'entre eux prennent part à des événements sportifs à l'école. La participation active est en corrélation étroite avec l'âge, diminuant régulièrement mais lentement à mesure que celui-ci avance. Les taux de participation de la cohorte des 40 à 49 ans équivalent quand même à la moitié de ceux de la cohorte des adolescents. Fait remarquable, le quart des Canadiens de plus de 60 ans demeurent des participants actifs, ce qui témoigne de la passion immuable pour le sport et l'activité physique en général chez ceux qui s'adonnent à des loisirs physiques dès leur jeune âge. (Voir le tableau 3.)

Ces données coïncident avec d'autres résultats ayant trait à l'activité physique. En 1995, l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie avait conclu que 61 p. 100 des jeunes adultes âgés de 18 à 24 ans étaient physiquement actifs au moins tous les deux jours, comparativement à 59 p. 100 des adultes âgés de 25 à 44 ans et à 53 p. 100 de ceux âgés de 45 à 64 ans<sup>1</sup>.

**La participation active est en corrélation étroite avec l'âge, diminuant régulièrement mais lentement à mesure que celui-ci avance.**

Le maintien des taux de participation est encore plus étonnant chez les bénévoles. Le taux initial élevé de plus de 27 p. 100 qu'on a constaté chez les adultes âgés de moins de vingt ans peut en partie s'expliquer par les règles, en vigueur dans certaines provinces, qui exigent que les jeunes adultes s'acquittent de tâches bénévoles pendant un certain nombre d'heures dans le cadre de leur formation secondaire. Cette proportion décline légèrement chez les adultes âgés dans la vingtaine, mais augmente à nouveau dans la trentaine. L'une des raisons expliquant pourquoi le bénévolat gagne plus d'adeptes chez les adultes âgés de plus de 29 ans réside peut-être dans le fait que les 30 à 39 ans prêtent volontiers main forte aux événements sportifs auxquels leurs enfants participent activement ainsi qu'à ceux réunissant d'autres adultes. Du reste, les taux de bénévolat sont stables chez les adultes de tous les groupes d'âge, jusqu'à ce qu'ils commencent à décliner chez ceux de plus de 50 ans, pour baisser plus abruptement chez ceux de plus de 60 ans.

Les taux de participation comme spectateurs ne chutent pas aussi rapidement que ceux notés chez les participants actifs ou les bénévoles. Comme il n'est pas nécessaire d'être en forme ou de posséder une grande habileté physique pour assister à un événement ou à une compétition, les adultes peuvent continuer de participer

**Tableau 3**  
Taux de participation selon l'âge, population adulte (pourcentage)

Âge	Participants actifs	Bénévoles	Spectateurs
Moins de 20 ans	67,2	27,6	63,8
De 20 à 29 ans	53,7	23,3	56,0
De 30 à 39 ans	42,5	27,1	62,7
De 40 à 49 ans	33,3	28,9	58,7
De 50 à 59 ans	29,6	18,8	50,0
De 60 ans ou plus	26,1	7,2	41,4

Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

plus facilement comme spectateurs alors qu'ils avancent en âge, que comme participants actifs ou bénévoles. C'est la raison pour laquelle le taux de participation des adultes comme spectateurs peut rester aussi élevé qu'à 50 p. 100 chez les personnes âgées de 60 ans ou plus.

## SEXE

Les hommes sont beaucoup plus portés que les femmes à pratiquer activement un sport. Près des deux cinquièmes des Canadiens de sexe masculin sont des participants actifs, contre moins du quart des femmes<sup>2</sup>. (Voir le tableau 4.) Cet écart notable confirme des constatations faites antérieurement, et il ne semble pas se réduire. Il est cependant moins grand chez les bénévoles et les spectateurs, parmi lesquels on compte seulement un peu plus d'hommes que de femmes. En général, les taux de participation notés chez les femmes dénotent l'importance du sport dans leur vie, même s'il ne l'est pas autant que chez les hommes.

## COMPOSITION DU MÉNAGE

La présence d'enfants dans un ménage influence grandement les tendances de la participation active de l'adulte au sport, comparativement aux ménages uniquement composés d'adultes, célibataires ou en couple. Par exemple, le classement des sports diffère suivant que les ménages comprennent ou non des enfants. Le soccer (31,6 p. 100) supplante le hockey sur glace (23,1 p. 100) comme sport de prédilection; viennent ensuite le base-ball (18,1 p. 100), le volley-ball (14,9 p. 100), le basket-ball (14,7 p. 100) et la natation (12,5 p. 100). En revanche, le golf, qui est le deuxième sport (21 p. 100) le plus pratiqué par les ménages uniquement composés d'adultes, n'arrive qu'au septième rang (11 p. 100) chez les ménages avec des enfants.

Les tendances du bénévolat suivent une évolution similaire. Ainsi, le hockey sur glace occupe la première position parmi les sports où interviennent des bénévoles (29,5 p. 100). Le soccer (26,8 p. 100), le base-ball (15,8 p. 100), le volley-ball (12,9 p. 100) et le basket-ball (10,3 p. 100) suivent. Les bénévoles sont beaucoup moins nombreux dans les sports comme le ski (3,9 p. 100), la natation (3,9 p. 100), le patinage (3,9 p. 100), le curling (3,2 p. 100), le football (2,9 p. 100), les arts martiaux (2,6 p. 100), le golf (2,4 p. 100) et la gymnastique (2,4 p. 100).

D'autres facteurs influent sur l'ampleur du bénévolat. Comme on l'a observé, certains sports n'ont forcément pas autant besoin de bénévoles que d'autres. En règle générale, les entraîneurs des patineurs, des nageurs et des skieurs sont rémunérés. Pour réussir dans de tels sports, il faut acquérir une très grande habileté physique, que la plupart des athlètes n'obtiendront qu'avec la combinaison d'une instruction spécialisée et de l'entraînement.

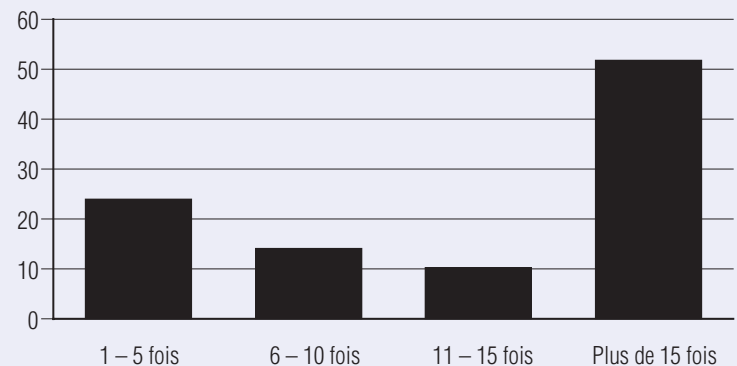
La présence d'enfants dans les ménages a une incidence particulièrement élevée sur le nombre de bénévoles adultes : avec des enfants, le taux de bénévolat s'élève à 32 p. 100; sans enfants, il n'est plus que de 16 p. 100. Les hommes sont plus enclins à faire du bénévolat : plus de 38 p. 100 de ceux qui proviennent de ménages avec des enfants en font. (Voir le tableau 5.) C'est peut-être ce lien avec les enfants qui explique pourquoi certains bénévoles sont si dévoués : plus de la moitié des bénévoles donnent de leur temps plus de 15 fois par année. (Voir le graphique 3.) Ces résultats corroborent ceux de l'*Enquête nationale de 2000 sur le don, le bénévolat et la participation*, selon laquelle environ 27 p. 100 des

**Tableau 4**  
Taux de participation selon le sexe, population adulte (pourcentage)

Sexe	Participants actifs	Bénévoles	Spectateurs
Hommes	39,0	20,8	47,2
Femmes	23,4	15,9	43,8

Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

**Graphique 3**  
Fréquence du bénévolat, nombre d'occasions où des répondants ont fait du bénévolat (pourcentage)



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

Canadiens font du bénévolat chaque année, donnant en moyenne 162 heures par année. Près de 26 p. 100 des heures de bénévolat ainsi offertes profitent aux activités sportives, récréatives, artistiques et culturelles<sup>3</sup>.

**L'instruction annonce la participation sportive. La principale ligne de démarcation se situe entre les titulaires d'un diplôme d'études secondaires et ceux qui n'ont pas terminé ces études.**

La présence d'enfants exerce aussi une incidence importante, bien que moins forte, sur les taux de participation à des événements sportifs comme spectateur. Des adultes assistent à de tels événements dans 66 p. 100 des ménages avec des enfants, alors que c'est le cas de 47 p. 100 des adultes provenant de ménages sans enfants. (Voir le tableau 5.)

**Tableau 5**

Incidence des enfants sur les taux de participation des adultes des ménages — participants actifs, bénévoles et spectateurs (pourcentage)

Composition du ménage	Participants actifs	Bénévoles	Spectateurs
Sans enfant	37,0	15,9	47,4
Avec enfant(s)	37,6	31,9	66,3
Femme sans enfant	27,0	12,8	42,6
Femme avec enfant(s)	27,1	26,8	62,7
Homme sans enfant	47,8	19,2	52,5
Homme avec enfant(s)	50,7	38,2	70,8

Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

**Tableau 6**

Incidence du niveau d'instruction sur les taux de participation — participants actifs, bénévoles et spectateurs (pourcentage)

Niveau d'instruction	Participants actifs	Bénévoles	Spectateurs
Inférieur au secondaire	16,7	8,3	33,9
Diplôme d'études secondaires ou études post-secondaires partielles	34,7	19,2	54,6
Diplôme ou certificat professionnel	33,1	22,8	52,8
Diplôme ou certificat collégial	36,7	24,5	58,5
Diplôme ou certificat universitaire	46,7	26,7	57,8

Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

Les chances que « quelqu'un d'autre » participe à un sport dans un ménage avec des enfants sont très élevées (environ 80 p. 100) — ce qui signifie que plus d'un enfant participe à un sport et que les adultes font du bénévolat ou regardent leurs enfants jouer. Cette constatation est vraie pour les hommes et les femmes, bien que les premiers soient plus nombreux que les secondes à participer assidûment au sport.

## NIVEAU D'INSTRUCTION

L'instruction annonce la participation sportive : plus son niveau d'instruction est élevé, plus une personne est susceptible de pratiquer un sport activement, de faire du bénévolat ou d'assister à un événement sportif. La principale ligne de démarcation sur le plan des comportements est le diplôme d'études secondaires. Si seulement 17 p. 100 de ceux qui n'ont pas terminé le secondaire<sup>4</sup> sont des participants actifs au sport, au moins le double des personnes qui ont terminé leur secondaire sont des participants actifs. Cette proportion augmente graduellement en fonction des différents niveaux d'instruction postsecondaire : les diplômés universitaires sont les plus actifs de tous, près de la moitié d'entre eux s'adonnant au sport. (Voir le tableau 6.)

Il en va de même en matière de bénévolat. On trouve un peu moins d'un bénévole sur 10 chez les personnes n'ayant pas terminé leur secondaire, par comparaison à un sur cinq parmi les diplômés de niveau secondaire et à un quart des diplômés de niveau collégial et universitaire. Ces proportions correspondent à peu près aux tendances du bénévolat généralement observées dans tous les secteurs. Dans l'ensemble, 19 p. 100 des personnes n'ayant pas terminé leur secondaire faisaient du bénévolat en 2000, comparativement à 39 p. 100 des diplômés universitaires. Toutefois, l'écart est beaucoup moins grand entre les premiers et les diplômés de niveau secondaire<sup>5</sup>.

Le tableau n'est pas le même dans le cas des spectateurs. La seule différence statistiquement importante à leur sujet est notée entre les personnes n'ayant pas complété leur secondaire et celles possédant un diplôme d'études secondaires : le tiers des premières assistent à des événements sportifs, comparativement à plus de la moitié des secondes. Aucune autre incidence notable n'a été relevée en fonction du niveau d'instruction.



## REVENU

Les personnes les mieux rémunérées sont plus sujettes à participer au sport que celles gagnant un salaire moins élevé. À l'instar du niveau d'instruction, l'écart est plus grand si l'on compare les personnes dont les revenus sont les moins élevés avec celles qui sont les mieux rémunérées. Il est particulièrement notable chez les bénévoles. De fait, en pourcentage, les bénévoles provenant de ménages dont le revenu annuel se situe entre 40 000 et 60 000 \$ sont trois fois plus nombreux que ceux issus de ménages gagnant moins de 20 000 \$ par année. Les personnes dont le ménage gagne plus de 100 000 \$ sont presque cinq fois plus nombreuses à faire du bénévolat que celles dont le revenu familial se situe en-deçà de la barre des 20 000 \$. L'explication la plus vraisemblable tient à ce que la participation sportive nécessite habituellement des dépenses importantes en équipement ainsi qu'en frais d'inscription, de déplacement, d'hébergement et de repas, écartant ainsi de nombreuses personnes dont le revenu discrétionnaire est moindre. (Voir le chapitre 8, « Répercussions économiques ».)

Les tendances du bénévolat notées dans les activités sportives se distinguent grandement de celles observables dans les autres secteurs. Si l'on tient compte de tous les secteurs, le taux de bénévolat chez les ménages gagnant moins de 20 000 \$ était de 17 p. 100 en 2000,

soit plus de deux fois le taux de bénévolat dans le seul domaine sportif. Par comparaison, à l'autre extrémité, chez les ménages gagnant plus de 100 000 \$ par année, le taux de bénévolat atteint 39 p. 100, ce qui n'est guère plus que celui de 34 p. 100 obtenu uniquement dans le secteur du sport<sup>6</sup>.

D'autres études ont déjà mis en relief l'incidence du revenu sur les taux de participation. En 1994, la participation sportive était deux fois plus élevée chez les Canadiens dont le revenu familial dépassait 80 000 \$ que chez ceux dont le revenu familial était inférieur à 20 000 \$. (Voir le tableau 7.)

**Tableau 7**  
Incidence du revenu sur les taux de participation, population adulte (pourcentage)

Revenu annuel du ménage	Participants actifs	Bénévoles	Spectateurs
Moins de 20 000 \$	21,7	7,2	37,3
De 20 000 à 39 999 \$	26,1	13,6	46,6
De 40 000 à 59 999 \$	35,5	21,3	52,5
De 60 000 à 79 999 \$	41,9	25,2	60,4
De 80 000 à 99 999 \$	46,3	28,6	61,5
100 000 \$ et plus	55,1	34,7	68,0

Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

1 Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, « Habitudes en matière d'activité physique », *Progrès en prévention*, n° 2, (mai 1996). <[www.cflri.ca/pdf/f/pep02.pdf](http://www.cflri.ca/pdf/f/pep02.pdf)>

2 Cela concorde avec les taux légèrement supérieurs de 1998 compilés par Statistique Canada dans le cadre de l'*Enquête sociale générale de 1998*, (Ottawa, Statistique Canada, 1998) qui avait révélé un taux de participation chez les adultes de sexe masculin (de 15 ans et plus) de 43 p. 100 et chez les femmes adultes (de 15 et plus) de 26 p. 100.

3 Michael Hall, Larry McKeown et Karen Roberts, *Canadiens dévoués, Canadiens engagés : points saillants de l'Enquête nationale de 2000 sur le don, le bénévolat et la participation*, Ottawa, Statistique Canada, 2001, p. 40–41. Les enquêtes subséquentes de cette série sont désormais connues sous le titre de l'*Enquête canadienne sur le don, le bénévolat et la participation*. <[www.vsi-isbc.ca/fr/knowledge/nsgvp.cfm](http://www.vsi-isbc.ca/fr/knowledge/nsgvp.cfm)>

4 Presque tous les adultes âgés de 18 ans et plus qui n'ont pas terminé leur secondaire sont des décrocheurs; seuls quelques-uns âgés de 18 à 21 ans continuent de fréquenter l'école secondaire.

5 Michael Hall, Larry McKeown et Karen Roberts, *Canadiens dévoués, Canadiens engagés : points saillants de l'Enquête nationale de 2000 sur le don, le bénévolat et la participation*, p. 33.

6 Michael Hall, Larry McKeown et Karen Roberts, *Canadiens dévoués, Canadiens engagés : points saillants de l'Enquête nationale de 2000 sur le don, le bénévolat et la participation*, tableau 2.2, p. 34.

7 *La pratique des sports au Canada, 1994*, Ottawa, Sport Canada, 1994. <[www.pch.gc.ca/progs/sc/pubs/status\\_f.cfm](http://www.pch.gc.ca/progs/sc/pubs/status_f.cfm)>

# Principaux avantages de la participation sportive

Il est possible d'examiner les effets et les avantages de la participation sportive sous plus d'un angle, ceux des participants eux-mêmes et des ménages, ceux des milieux de travail et des employeurs ainsi que ceux, regroupés, des collectivités, des régions, des provinces et de l'ensemble du pays. Nous nous attardons ici à deux d'entre eux — les points de vue des personnes et des ménages ainsi que ceux des collectivités et du pays. Les *avantages déclarés par les personnes et les ménages* font l'objet de ce chapitre, alors que les autres chapitres traiteront plutôt des effets et des avantages notés à une échelle globale en fonction de quatre axes : les effets sur la santé, les effets sur les compétences, les répercussions sociales et les répercussions économiques.

Il importe de rappeler que les avantages déclarés ne sont pas toujours fiables. Aussi serait-il utile de collecter des données empiriques objectives sur les effets et les avantages de la participation sportive afin de confirmer ou de modifier les résultats du sondage.

Lorsqu'on leur a demandé quels étaient les avantages qu'elles tiraient, ou que les membres de leur ménage tiraient, de leur participation sportive, les personnes sondées ont recensé sept principaux points. Tels étaient, par ordre d'importance, les avantages reconnus par les participants actifs :

1. L'amélioration de la forme physique et de la santé;
2. Le plaisir, les loisirs et la détente;
3. Un sentiment de réalisation;
4. Davantage d'activités partagées avec la famille et les proches;
5. Le développement des aptitudes sociales, des compétences analytiques et des connaissances de base;
6. Des occasions d'avoir des relations sociales et de se faire de nouveaux amis;
7. La préparation à la compétition.

Cinq des sept séries d'avantages relevées en 2004 ont également été étudiées en 1998; ces cinq séries communes ont été classées dans le même ordre d'importance les deux années. (Voir le tableau 8.)

Une récente enquête réalisée en Europe a abouti à des résultats similaires. En 2004, la Direction générale de l'éducation et de la culture de la Commission européenne a effectué une enquête sur les valeurs éducatives et sociales liées au sport dans les pays de l'Union européenne (UE). Une majorité de citoyens de l'UE ont vu dans l'amélioration de la santé le principal bénéfice du sport (78 p. 100), suivie du développement des capacités physiques (46 p. 100), de la détente (43 p. 100), de l'amusement (39 p. 100) et du fait d'être entre amis (24 p. 100). Seize pour cent des citoyens de l'UE ont dit que l'acquisition de nouvelles compétences représentait le principal avantage du sport, alors que 15 p. 100 ont dit que le sport aidait à renforcer le caractère et l'identité<sup>1</sup>.

## AMÉLIORATION DE LA FORME PHYSIQUE ET DE LA SANTÉ

Lorsqu'on leur a demandé d'évaluer l'importance du sport comme source de bienfaits personnels, les participants actifs ont confié accorder la plus grande importance aux effets positifs du sport sur les plans physique et psychologique pour les aider à maintenir ou à améliorer leur état de santé. En 2004, environ 80 p. 100 des participants actifs d'âge adulte, soit plus de 6,2 millions de personnes, ont dit du sport qu'il était très important pour améliorer leur forme physique et leur santé. (Voir le tableau 8.) Ces données sont supérieures à celles de l'enquête de 1998, selon laquelle 5,9 millions de personnes, soit à peine plus de 70 p. 100, considéraient que le sport était très important pour leur forme physique et leur santé. L'importance de la participation sportive dans l'exercice des activités physiques nécessaires à l'amélioration ou au maintien de la forme et de la santé est abordée de façon plus approfondie au chapitre 5, « Effets sur la santé »<sup>2</sup>.

**Tableau 8**

Principaux avantages de la participation sportive pour les personnes, participants adultes au Canada, 1998 et 2004

	<b>Conference Board, 2004</b>		<b>Sport Canada, 1998</b>
	<b>Participants actifs</b>	<b>Bénévoles et spectateurs</b>	<b>Participants actifs</b>
<b>Condition physique et santé</b>			
Très important	81,0 % 6 263 000	68,6 %	70,6 % 5 865 000
Moyennement important	15,4 % 1 191 000	19,7 %	25,8 % 2 146 000
Pas important du tout	3,6 % 278 000	11,7 %	3,5 % 287 000
<b>Plaisir, loisirs et détente</b>			
Très important	78,6 % 6 077 000	61,4 %	68,5 % 5 688 000
Moyennement important	18,6 % 1 438 000	34,3 %	26,6 % 2 209 000
Pas important du tout	2,8 % 216 000	4,3 %	4,8 % 402 000
<b>Sentiment de réalisation</b>			
Très important	60,9 % 4 709 000	56,4 %	57,2 % 4 752 000
Moyennement important	32,7 % 2 528 000	29,6 %	32,6 % 2 712 000
Pas important du tout	6,4 % 495 000	13,9 %	10,1 % 836 000
<b>Activité familiale</b>			
Très important	53,4 % 4 129 000	59,9 %	42,5 % 3 531 000
Moyennement important	31,6 % 2 443 000	31,4 %	33,0 % 2 743 000
Pas important du tout	14,9 % 1 152 000	8,7 %	24,4 % 2 027 000
<b>Développement des compétences</b>			
Très important	52,2 % 4 036 000	49,0 %	Pas demandé
Moyennement important	40,6 % 3 139 000	35,5 %	Pas demandé
Pas important du tout	7,2 % 557 000	15,5 %	Pas demandé
<b>Nouveaux amis et connaissances, socialisation</b>			
Très important	49,3 % 3 812 000	42,4 %	40,9 % 3 395 000
Moyennement important	39,5 % 3 054 000	41,6 %	41,9 % 3 482 000
Pas important du tout	11,2 % 866 000	16,0 %	17,1 % 1 423 000
<b>Préparation à la compétition</b>			
Très important	37,2 % 2 876 000	44,9 % 5 330 000	Pas demandé
Moyennement important	35,8 % 2 768 000	26,9 % 3 193 000	Pas demandé
Pas important du tout	27,0 % 2 088 000	28,3 % 3 360 000	Pas demandé

Sources : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004, et *National Household Survey on Participation in Sport*, 1998; Sport Canada, *La pratique des sports au Canada*, Rapport de 1998.

### **Méthode d'analyse utilisée pour comparer les effets et les avantages**

Les avantages apportés par la participation à des activités sportives varient en fonction de la nature de la participation elle-même, à titre de participant actif, de bénévole ou de spectateur. Ainsi, les participants actifs ne tirent pas la même série d'avantages que les bénévoles ou les spectateurs.

Notre méthode nous a permis de définir trois groupes de personnes dans les ménages sondés :

- A. les participants actifs (certains étant aussi des bénévoles et des spectateurs, n=747);
- B. les bénévoles et les spectateurs (n'étant pas des participants actifs, n=575);
- C. les non-participants (n'étant ni des participants actifs, ni des bénévoles, ni des spectateur, n=504).

La méthode choisie produit des comparaisons valables de participants (A+B) avec des non-participants (C), mais ne peut s'appliquer pour combiner B+C afin d'analyser le comportement des non-participants, car le nombre de non-participants plafonnait à 504 personnes. Les comparaisons possibles sont donc les suivantes :

- Entre A et B et C;
- Entre A + B et C.

Nous pourrions aussi établir des comparaisons à l'intérieur des trois catégories (participants actifs, bénévoles et spectateurs), mais le fait que de nombreuses personnes fassent partie d'un plus d'une catégorie à la fois limite l'utilité d'une telle analyse. Pour conserver une base numérique assez large à des fins de comparaison, et ainsi obtenir un niveau de confiance élevé dans l'exactitude des résultats, il est préférable de comparer d'importants lots de données.

Source : Le Conference Board du Canada.

## **PLAISIR, LOISIRS ET DÉTENTE**

Près de 79 p. 100 des participants adultes sondés en 2004, soit presque 6,1 millions de personnes, ont déclaré que le sport était un moyen très important d'obtenir du plaisir, des loisirs et des occasions de détente. Par comparaison, environ 69 p. 100 des participants actifs interrogés lors de l'enquête de 1998, ou 5,7 millions de personnes, ont dit du sport qu'il était très important pour s'amuser, se détendre et relaxer, ce qui en fait le deuxième effet le plus important aux yeux des sondés des deux enquêtes. (Voir le tableau 8.)

## **SENTIMENT DE RÉALISATION**

Le sentiment de réalisation que procure le sport aux participants actifs d'âge adulte se hissait au troisième rang des effets les plus importants, à la fois en 2004 et en 1998. Les deux années, un peu plus de 4,7 millions

de participants actifs discernaient dans le sport un moyen clé d'accroître leur sentiment de réalisation et de satisfaction. Soixante et un pour cent des répondants de 2004 s'entendaient sur ce point, soit plus qu'en 1998, alors qu'ils représentaient 57 p. 100 des personnes interrogées. (Voir le tableau 8.)

## **DAVANTAGE D'ACTIVITÉS PARTAGÉES AVEC LA FAMILLE ET LES PROCHES**

Parmi les autres avantages les plus importants tirés de la participation sportive figuraient les bienfaits sociaux. En 2004, 53 p. 100 des participants actifs, ou 4,1 millions de personnes, jugeaient le sport très important pour leur offrir des activités à réaliser en famille ou avec des proches. Ce résultat est supérieur à celui de 1998, alors que 43 p. 100 des participants actifs, ou 3,5 millions de personnes, ont dit que le sport était très important à cet égard. (Voir le tableau 8.)

Fait à noter, en 2004, les bénévoles et les spectateurs ont confié qu'ils appréciaient le sport pour les activités sociales qu'il pouvait apporter, beaucoup plus que ne l'ont fait les participants actifs. Ce résultat est peut-être lié à la tendance des adultes à faire du bénévolat plus souvent lorsqu'ils ont des enfants, profitant sans doute de l'occasion pour leur faire vivre l'expérience d'un sport qu'ils apprécient particulièrement. Une autre explication réside peut-être dans la tendance des familles à assister à des jeux et à des événements ensemble, le sport leur offrant un important prétexte social pour partager une expérience commune comme spectateurs. (Voir le tableau 8.) Les résultats obtenus en 1998 concourent vers cette hypothèse. Les niveaux d'importance accordés en fonction des groupes d'âge indiquent une hausse importante entre la cohorte des 19 à 24 ans et, généralement composée de « nouveaux parents », celle des 25 à 34 ans, où, respectivement, 26 p. 100 et 43 p. 100 des répondants ont dit que le sport était très important à cet égard. L'évaluation de l'importance du sport sur ce plan était encore plus élevée chez les 35 à 54 ans, à 53 p. 100.

## **DÉVELOPPEMENT DES APTITUDES SOCIALES, DES COMPÉTENCES ANALYTIQUES ET DES CONNAISSANCES DE BASE**

Le développement de compétences était considéré comme un résultat très important de la participation sportive chez la majorité des participants actifs en 2004. (Voir le tableau 8.) Il est intéressant de constater

que les bénévoles percevaient aussi dans leur rôle un moyen important de développer leurs propres compétences transférables : environ 85 p. 100 d'entre eux ont jugé cet aspect très important ou important.

L'acquisition de compétences compte au nombre des avantages les plus importants de la participation sportive, car elle contribue au mieux-être et au perfectionnement personnel, à l'amélioration de la productivité au travail ainsi qu'à la hausse du rendement des entreprises, éléments essentiels à la croissance de l'économie. Voir le chapitre 6, « Effets sur les compétences », pour en savoir plus à ce sujet.

---

**Fait intéressant, les bénévoles et les spectateurs étaient plus enclins que les participants actifs à dire que leur participation sportive était très importante pour se préparer à une compétition future.**

---

## OCCASIONS D'AVOIR DES RELATIONS SOCIALES ET DE SE FAIRE DE NOUVEAUX AMIS

Les bienfaits sociaux dépassent le cadre du ménage. Près de la moitié des participants actifs — et plus de 40 p. 100 des bénévoles et des spectateurs — ont dit que le sport représentait un moyen très important de se faire de nouveaux amis ou de connaître de nouvelles personnes, en plus de leur offrir de nouveaux lieux de rencontre à l'extérieur de la famille immédiate ou du ménage. Ce résultat est nettement supérieur à celui obtenu lors de l'enquête de 1998, dans laquelle environ 41 p. 100 des participants actifs ont jugé le sport très important à cet égard. (Voir le tableau 8.)

La participation sportive contribue à la cohésion communautaire et sociale, qui enrichit le capital social. À son tour, celui-ci influe beaucoup sur notre compétitivité nationale ainsi que notre capacité d'assurer et de maintenir notre croissance. Voir le chapitre 7, « Répercussions sociales », pour en savoir plus à ce sujet.

## PRÉPARATION À LA COMPÉTITION SPORTIVE

Des répondants ont cité un autre facteur qui, bien que relativement moins important, comptait à leurs yeux : la préparation à la compétition sportive. Environ 37 p. 100 des participants actifs ont jugé leur participation sportive comme étant très importante pour se préparer à une éventuelle compétition, alors que 36 p. 100 l'ont considérée plutôt importante sur ce plan. Fait intéressant, les bénévoles et les spectateurs étaient plus enclins que les participants actifs à dire que leur participation sportive était très importante pour se préparer à une compétition future. Plusieurs explications sont possibles. Premièrement, rappelons que certains bénévoles et spectateurs sont également des participants actifs et peuvent avoir répondu à ce titre. Deuxièmement, quelques-uns peuvent considérer que leur bénévolat et leur participation comme spectateurs les amènent à saisir la nature sous-jacente de la compétition, et que cette expérience est transférable au milieu de travail et ailleurs. Troisièmement, il se peut que certains perçoivent leur préparation comme l'aptitude à aider les enfants à prendre part à la compétition sportive, par exemple à des tournois de hockey ou de soccer, par la transmission de ce qu'ils ont appris sur le « jeu » en les regardant ou en faisant du bénévolat. Quatrièmement, des bénévoles peuvent avoir l'impression que leur contribution à titre d'organiseurs, de superviseurs et d'entraîneurs adultes crée un environnement compétitif permettant aux enfants de participer activement. Cinquièmement, en tant que spectateurs, ils peuvent emmener des enfants à des événements dans le but de leur montrer tout ce qu'entraîne une participation active et de les encourager à vivre l'expérience plus tard, en les incitant déjà à être actifs. (Voir le tableau 8.)

---

1 *Les citoyens de l'Union européenne et le sport*, Bruxelles (Belgique), Commission européenne, novembre 2004 (Eurobaromètre spécial, n° 213/Vague 62.0—TNS Opinion & Social), p. 13.

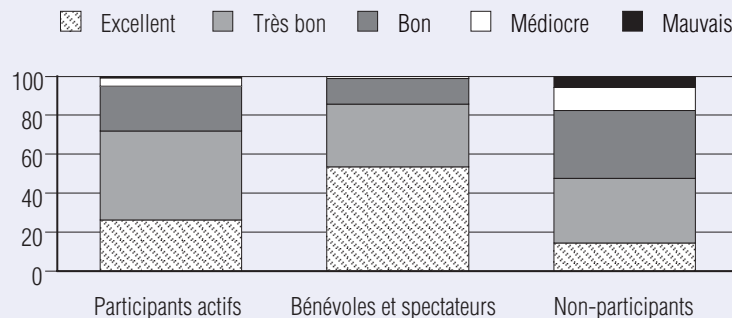
2 La différence peut être en partie attribuable au fait que l'enquête menée en 1998 sondait des Canadiens âgés de 15 ans ou plus, alors que le sondage de 2004 portait sur des Canadiens âgés de 16 ans ou plus. De plus, la terminologie utilisée pour définir la « participation sportive » n'est pas tout à fait la même.

# Effets sur la santé

Parmi les quatre principales séries d'effets attribuables au sport, l'amélioration de la santé arrive en tête. Dans l'esprit des Canadiens, la participation sportive et une *excellente santé* vont de pair. En effet, plus de 70 p. 100 des participants actifs considèrent leur état de santé général comme étant excellent ou très

bon, contre moins de 50 p. 100 des non-participants. Les bénévoles et les spectateurs jugent cependant leur santé encore meilleure que les participants actifs : 86 p. 100 d'entre eux la disent excellente ou très bonne. Cette donnée étonnante mérite une recherche approfondie pour mieux en saisir le sens. (Voir le graphique 4.)

**Graphique 4**  
Participation active au sport et état de santé général : autoévaluation par les participants et les non-participants (pourcentage)

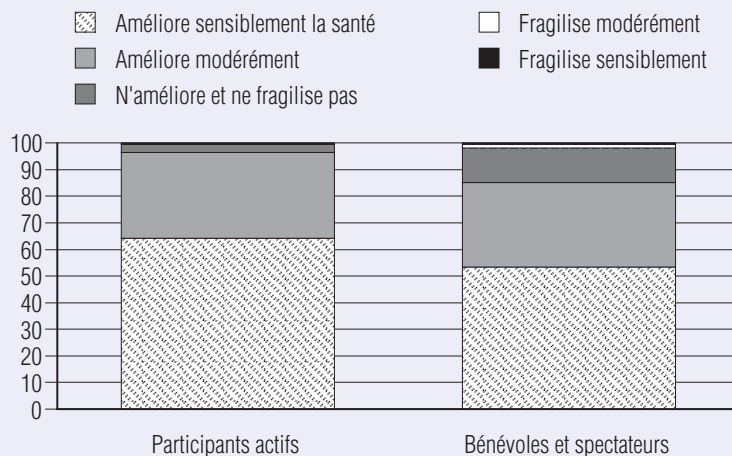


Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

Les participants actifs sont les plus portés à associer des avantages pour la santé à leur participation. Pour leur part, les bénévoles et les spectateurs ont tendance à attribuer d'autres causes à leur mieux-être, y compris une bonne alimentation et d'autres formes d'activité physique. (Voir le graphique 5.)

Les participants actifs attachent une très grande importance au sport comme source de détente, de plaisir et de loisirs (4,64 sur une échelle de 1 à 5); de forme physique (4,55); d'amélioration de la qualité de vie grâce à une meilleure santé (4,40); de soulagement du stress (4,32). Ces résultats concordent dans une large mesure avec ceux d'études antérieures sur le sport comme sur la mise en forme, qui ont établi une relation étroite entre la santé et l'activité physique. (Voir le graphique 6.)

**Graphique 5**  
Incidence de la participation sportive sur la santé : points de vue des participants actifs par rapport aux bénévoles et aux spectateurs (pourcentage)



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

Contre toute attente, les répondants ont accordé une bien moindre importance (3,85) au sport comme mesure de contrôle du poids. Cette perception ne semble pourtant pas avoir empêché les participants actifs de juger d'un très bon œil leur état de santé général. Cette donnée incite à conclure que le contrôle du poids n'est pas un souci majeur pour eux, même si la recherche objective indique que le poids, plus particulièrement l'obésité (indice de masse corporelle, ou IMC, de 30 ou plus), exerce une incidence considérable sur les niveaux de santé réels<sup>1</sup>. Il se peut aussi que les participants actifs pensent tout simplement que leur poids est déjà « santé ». Il serait utile de pousser la recherche à ce sujet pour comprendre quels liens les Canadiens établissent entre certains éléments spécifiques, comme le poids, et leur état de santé. (Voir le tableau 9.)



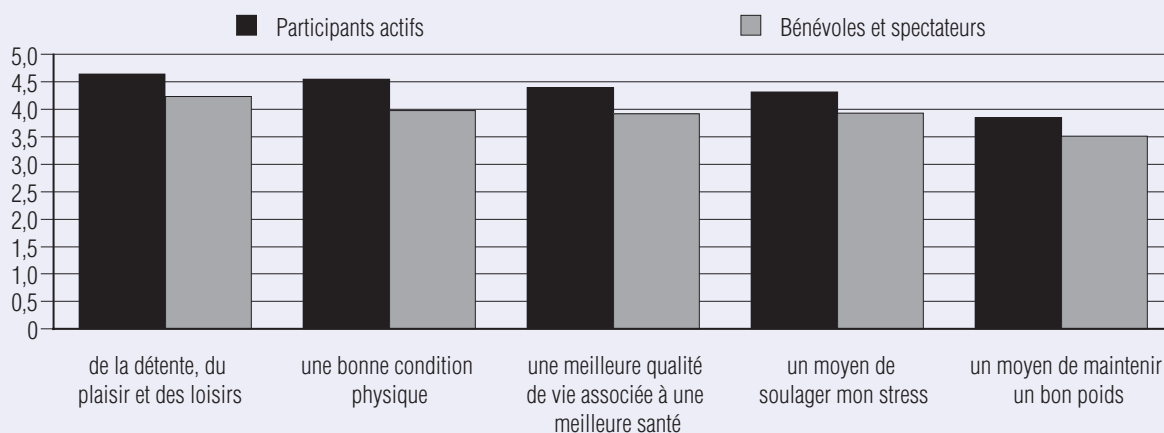
Bien que la participation sportive soit perçue par la plupart comme le garant d'une *excellente santé*, elle n'est pas vue comme une condition préalable à une simple *bonne santé*. Lorsqu'il s'agit d'atteindre ou de maintenir une bonne santé, comparativement à une excellente santé, la plupart des personnes sondées considèrent que toute activité physique, et non seulement le sport, peut contribuer à l'amélioration de l'état de santé général. La plupart des non-participants sondés dans cette étude se disaient en bonne santé, puisque 82 p. 100 d'entre eux jugeaient leur santé globale bonne ou plus que bonne (par comparaison à 95 p. 100 des participants actifs et 99 p. 100 des bénévoles et des spectateurs). Des exercices en dehors du sport et une alimentation saine étaient les raisons les plus couramment invoquées pour expliquer leur état.

Les déclarations des répondants à l'égard de leur utilisation réelle du système de soins de santé sous la forme d'appels et de consultations de professionnels de la santé — omnipraticiens, médecins de famille, infirmières, chirurgiens, dentistes et physiothérapeutes — correspondaient de façon importante aux résultats de leur auto-évaluation de leur état de santé. Lorsqu'on leur a demandé combien d'appels et de consultations ils avaient effectués, les participants actifs ont déclaré 5,3 appels et consultations en moyenne par année, par comparaison à 5,5 chez les non-participants. (Voir le tableau 9.)

L'écart entre le nombre d'appels et de visites à des professionnels de la santé aurait été plus grand si l'on n'avait pas tenu compte de ceux effectués pour des blessures liées au sport, qui s'élevaient à 1,6 en moyenne par année. Ce

**Graphique 6**

Évaluation globale des bienfaits pour la santé : points de vue des participants actifs par rapport aux bénévoles et aux spectateurs. Ma participation au sport m'a apporté . . .



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

**Tableau 9**

Visites et appels téléphoniques au médecin, globalement et en raison d'une blessure sportive

Catégorie	Globalement			En raison d'une blessure sportive		
	Nombre	Total des visites et des appels	Nombre moyen de visites et d'appels par personne	Nombre	Total des visites et des appels	Nombre moyen de visites et d'appels par personne
Participants actifs	746	3 990	5,3	547	881	1,6
Bénévoles et spectateurs	568	4 676	8,2	206	446	2,2
<b>Total</b>	<b>1 314</b>	<b>8 666</b>	<b>6,6</b>	<b>753</b>	<b>1 327</b>	<b>1,8</b>
Non-participants	498	2 763	5,5	S.O.	S.O.	S.O.

Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

**Tableau 10**  
Journées de travail perdues en raison d'une maladie ou d'une blessure

Catégorie	Nombre	Nombre total de jours perdus	Nombre moyen de jours par personne
Participants actifs	661	3 873	5,9
Bénévoles et spectateurs	485	2 728	5,6
Total	1 146	6 601	5,8
Non-participants	356	1 196	3,4

Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

résultat est partiellement imputable au fait que la participation à des sports de contact ou à des sports qui plongent le corps dans un état de stress prolongé produit beaucoup de blessures liées au sport. Cependant, cette association ne permet pas de comprendre pourquoi les appels et les consultations effectués par des bénévoles et des spectateurs sont encore plus nombreux.

### La participation active au sport exerce un effet bénéfique modéré sur le niveau de stress subi.

Le besoin de conseils médicaux ou de traitements visant l'atteinte d'une *meilleure* condition physique globale que celle de non-participants peut motiver les appels et les consultations effectués par certains participants actifs. Leur but consiste à atteindre un niveau de condition physique qui leur permettra de poursuivre leur participation active au sport — légèrement supérieur à celui que la plupart des non-participants recherchent ou dont ils ont besoin. Autrement dit, certains participants actifs peuvent consulter leur médecin en vue d'augmenter leur performance, et non seulement pour demeurer en bonne santé.

Si l'on faisait abstraction des blessures liées au sport et des consultations visant à augmenter la performance, le nombre moyen d'appels et de consultations par des participants actifs ne serait plus que de 3,7 par année pour des problèmes de santé généraux — par exemple le traitement d'une maladie bénigne ou chronique — qui poussent aussi bien des non-participants à consulter un médecin. Ce résultat est inférieur de plus de 40 p. 100 à celui relevé, en moyenne, chez les non-participants.

La quantité d'appels et de consultations de professionnels de la santé se répercute différemment sur le nombre de journées de travail perdues à cause d'une blessure ou d'une maladie. Par comparaison aux participants actifs, les non-participants ont perdu beaucoup moins de journées de travail. Alors que les participants actifs ont déclaré perdre en moyenne 5,9 journées de travail par année à cause d'une blessure ou d'une maladie, ou un peu plus d'une journée de travail pour chaque appel ou consultation d'un professionnel de la santé, les non-participants n'ont déclaré la perte que de 3,4 journées par année, ou à peu près 0,6 journée de travail par appel ou consultation. (Voir le tableau 10.)

La différence notée dans le nombre de journées de travail perdues pourrait en partie s'expliquer par le fait que les participants actifs demeurent à la maison parfois pour la même raison que celle pour laquelle ils recherchent des soins de santé : atteindre une *meilleure* condition physique et augmenter leur performance, et non seulement demeurer en bonne santé. De plus, en moyenne, les participants actifs sont mieux rémunérés et plus éduqués que les non-participants. Non seulement les personnes mieux rémunérées et plus éduquées tendent-elles à adopter une approche plus proactive face à leurs soins de santé, mais elles jouissent aussi, en général, d'une plus grande souplesse au travail, ce qui leur permet de s'accorder plus de journées de congé pour se rétablir.

On a aussi déclaré que la participation active au sport exerce un effet bénéfique modéré sur le niveau de stress subi. Ainsi, les non-participants sont plus enclins à se dire « assez stressés » que les participants actifs. Cependant, le sport ne réduit pas le stress chez les bénévoles et les spectateurs, sondés en bloc : ils sont plus enclins à se sentir extrêmement ou assez stressés que les non-participants. (Voir le graphique 7.)

### EFFET DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DÉCOULANT DU SPORT

On peut grandement bénéficier d'une activité sportive assidue dans la mesure où on arrive à bien combiner la fréquence, la durée et l'intensité de l'activité toute sa vie. Selon le *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*<sup>2</sup>, le temps requis pour jouir des effets bénéfiques du sport sur la santé

varie en fonction de l'effort fourni durant l'activité. L'Agence de santé publique du Canada s'inspire de ce guide pour recommander aux gens de faire 60 minutes d'activité physique à intensité légère tous les jours<sup>3</sup>, 30 minutes d'activité à intensité modérée cinq jours par semaine<sup>4</sup> ou de 20 à 30 minutes d'activité à intensité élevée<sup>5</sup> quatre jours par semaine, s'ils souhaitent vraiment améliorer leur santé. Le Guide suggère aussi d'inclure dans les exercices trois types d'activités pour bénéficier pleinement du sport : des activités développant l'endurance, la souplesse et la force. De nombreux organismes nationaux spécialisés en santé approuvent les recommandations du Guide en matière d'activité physique et reconnaissent leur importance dans l'atteinte d'une bonne condition physique, but sur lequel est fondé tout effort visant à améliorer la santé personnelle<sup>6</sup>.

Une personne incapable d'atteindre au moins l'un des trois niveaux d'activité recommandés par le Guide est considérée comme étant inactive. L'idée à la base des objectifs cibles du Guide est l'importance de combiner la fréquence avec la durée et l'intensité pour déterminer l'effort réel fourni dans l'activité physique. La dépense d'énergie par l'activité peut avoir un effet profond sur la santé personnelle. Comme le faisaient observer les auteurs d'un rapport publié récemment, « [traduction] la dépense de 1 000 kcal (4 200 kJ) par semaine par l'activité physique fait tomber le taux de mortalité de jusqu'à 30 p. 100, toutes causes confondues »<sup>7</sup>. Dans le même ordre d'idées, l'*Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes* (2000–2001) révèle que 56 p. 100 des Canadiens sont inactifs<sup>8</sup>. Aussi l'inactivité fait-elle courir des risques élevés à beaucoup de Canadiens.

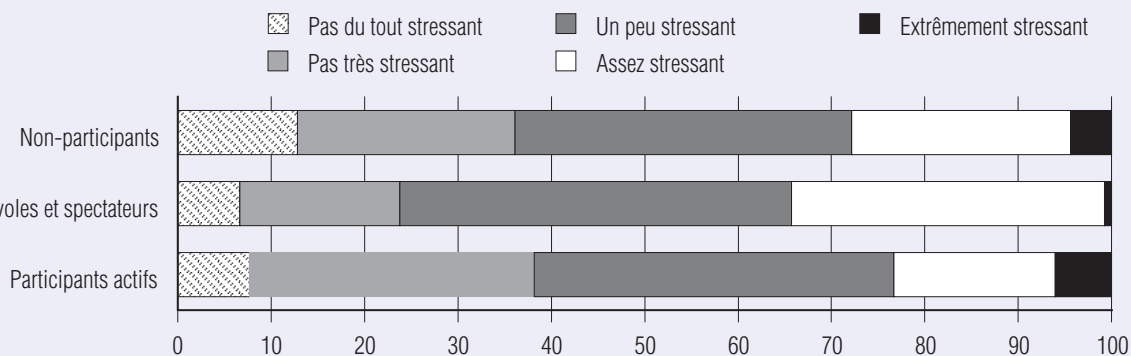
Notre sondage auprès des ménages a révélé que les adultes canadiens actifs pratiquent en moyenne 1,91 sport, à raison de 2,8 fois par semaine en moyenne, pour une durée moyenne d'environ une heure chaque fois<sup>9</sup>. Cela équivaut à une moyenne de près de trois heures d'activité physique par semaine, à une intensité moyenne ou élevée. La forte majorité des sports les plus populaires, ainsi qualifiés en fonction de leur taux de participation, impliquent une activité physique considérable pour les participants actifs<sup>10</sup>. Compte tenu de la durée et de la fréquence déclarées, ainsi que de l'intensité généralement associée à ces sports, il est vraisemblable que de nombreux participants actifs adultes atteignent les objectifs cibles du *Guide*. Il faudra cependant procéder à d'autres études, peut-être sous la forme d'une observation et d'une surveillance systématiques de la performance par des non-professionnels, et effectuer un sondage plus détaillé pour établir le nombre exact de participants actifs qui atteignent l'un des trois niveaux d'activité recommandés ou les dépassent.

## DÉPENSE D'ÉNERGIE DANS 55 SPORTS

Pour évaluer dans quelle mesure les participants actifs adultes atteignent les objectifs cibles du Guide — les niveaux de dépense d'énergie nécessaires pour améliorer la santé et vraiment réduire les taux de mortalité —, nous avons examiné les données collectées auprès des ménages sur la participation à 55 sports pratiqués par les répondants ou dans le cadre desquels les répondants avaient tenté d'améliorer leur performance, sur une période de douze mois<sup>11</sup>. Ces données ont facilité le calcul de la dépense estimative d'énergie.

### Graphique 7

Comment les gens évaluent-ils leur niveau de stress?



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

## Au sujet de l'équivalent métabolique (MET)

L'équivalent métabolique (MET) est le ratio du rythme métabolique au travail par rapport au rythme métabolique au repos. Le MET de 1 kilocalorie/kilogramme/heure (kcal/kg/hre) que nous avons établi équivaut approximativement à la quantité d'énergie consommée au repos ou en position assise. Les valeurs relatives au MET sont utiles pour calculer la dépense d'énergie dans une activité physique, y compris le sport.

Une activité où le MET se situe entre 1,0 et 2,9 est considérée d'intensité faible; entre 3,0 et 5,9, elle est d'intensité moyenne; à plus de 6,0, elle est d'intensité élevée<sup>1</sup>.

Les valeurs relatives au MET de sports individuels que nous avons utilisées proviennent du *Compendium of Physical Activities Tracking Guide*, rédigé par B.E. Ainsworth<sup>2</sup>.

- 1 Centers for Disease Control and Prevention, *Physical Activity for Everyone: Measuring Physical Activity Intensity: Metabolic Equivalent (MET) Level* [en direct], Atlanta (Géorgie), Centers for Disease Control and Prevention, juillet 2005. <[www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/physical/measuring](http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/physical/measuring)>
- 2 B.E. Ainsworth, *The Compendium of Physical Activities Tracking Guide*, Caroline du Sud, Prevention Research Center, Norman J. Arnold School of Public Health, University of South Carolina, 2002. <[prevention.sph.sc.edu/tools/docs/documents\\_compendium.pdf](http://prevention.sph.sc.edu/tools/docs/documents_compendium.pdf)>

Source : Le Conference Board du Canada.

## Exemple : le calcul de la dépense d'énergie entraînée par une participation active au sport

*Combien d'énergie un homme adulte de poids moyen (80 kg) dépense-t-il en jouant au hockey en moyenne une fois par semaine, pendant une durée moyenne de 60 minutes par partie?*

### Données clés

Sexe : homme

Sport : hockey

Valeur relative au MET du hockey : 8,0

Fréquence de la participation active : une fois par semaine

Durée de la participation active : 60 minutes par partie

Poids du participant : 80,0 kg

### Calcul

Méthode de calcul de la dépense d'énergie = (dépense d'énergie au repos en kilocalories/kilogrammes/minute) × (MET du sport) × (poids de l'adulte) × (durée de la participation active)

- La dépense d'énergie *au repos* pour un homme adulte d'un poids moyen s'élève à 0,01667 kilocalorie/kilogramme/minute (kcal/kg/min).
- La valeur relative au MET du hockey est de 8,0.

Formule de la dépense d'énergie = (0,01667 kcal/kg/min) × (MET de 8,0) × (80,0 kg) × (60 min/semaine) = 640,13 kcal/semaine

Ainsi, un homme adulte pesant 80,0 kg et jouant au hockey une fois par semaine pendant 60 minutes par partie dépensera 640 kcal par semaine.

Source : Le Conference Board du Canada.

## FRÉQUENCE

On a demandé aux répondants à quelle fréquence ils participaient activement à chaque sport. Leurs réponses ont permis de connaître le nombre général de fois qu'ils s'adonnaient à un sport donné par semaine, par mois ou par année. Les valeurs ainsi obtenues pour la fréquence ont toutes été converties en périodes de semaines communes afin de calculer la dépense d'énergie.

## DURÉE

Les données relatives à la durée à des fins de calcul proviennent des réponses des répondants à la question suivante : [traduction] *en moyenne, pendant combien de temps pratiquez-vous un sport ou tentez-vous d'améliorer votre performance dans un sport? Ces données ont été collectées par tranches, en commençant par la tranche de 0 à 15 minutes. Pour calculer la dépense d'énergie, nous avons utilisé une période moyenne dans chaque tranche (par exemple, 7,5 minutes dans la tranche de 0 à 15 minutes).*

## POIDS

Il nous fallait également une valeur pondérale pour calculer la dépense d'énergie. Pour les fins de notre étude, nous avons utilisé le poids moyen des Canadiennes adultes âgées de plus de 15 ans (65,1 kg) ainsi que celui des Canadiens adultes âgés de plus de 15 ans (80,0 kg)<sup>12</sup>.

## RÉSULTATS

Pour évaluer si les participants adultes actifs atteignent les objectifs cibles du Guide, nous avons examiné les données relatives à la dépense d'énergie, à la durée et à la fréquence, collectées à partir de notre sondage auprès des ménages. À l'aide des données obtenues pour les 55 sports, nous avons pu estimer la dépense d'énergie hebdomadaire médiane des femmes et des hommes, et la comparer avec les objectifs cibles médians du Guide.

## DÉPENSE D'ÉNERGIE

Nous avons calculé l'énergie réellement dépensée *par sport* par personne chaque semaine à l'aide des valeurs relatives à l'équivalent métabolique (MET) pour chaque sport, en fonction de la durée et de la fréquence de l'activité sportive, telles qu'elles nous ont été déclarées, multipliées par le poids moyen selon le sexe. Nous avons ajouté l'énergie dépensée dans chaque sport par chaque personne. Nous avons ensuite établi des moyennes pour trouver la valeur médiane. Chez les hommes et les femmes adultes,

**Tableau 11**

Dépenses hebdomadaires médianes d'énergie par participant actif (kilocalories par semaine)

Catégorie	Dépense médiane d'énergie (kcal/semaine)
Femmes	586
Hommes	1 190
Combinée	894

Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

la dépense médiane est de 586 kcal et de 1 190 kcal par semaine, respectivement<sup>13</sup>. (Voir le tableau 11.) Selon les lignes directrices du Guide, pour des activités d'une intensité moyenne ou élevée<sup>14</sup>, les femmes devraient dépenser entre 488 et 1 042 kcal et les hommes entre 600 et 1 280 kcal, par semaine. (Voir l'encadré « Objectifs cibles du Guide ».) Nos calculs montrent que la dépense d'énergie moyenne des participants actifs correspond aux objectifs cibles du Guide pour la dépense d'énergie hebdomadaire.

## DURÉE

Nos calculs indiquent que le participant actif canadien moyen consacre 92,5 minutes par semaine à 1,91 sport, ou 177 minutes par semaine; la participante active canadienne moyenne consacre 84,6 minutes par semaine à 1,91 sport, ou 162 minutes par semaine. Près de 80 p. 100 des participants actifs ont indiqué qu'à chaque fois, ils consacraient 60 minutes ou plus à la pratique de leur sport. Seuls 8,3 p. 100 se contentent de 45 minutes ou moins. Presque tous les sports couverts dans notre sondage auprès des ménages, y compris les 15 sports les plus populaires, présentent un équivalent métabolique (MET) qui correspond à une intensité moyenne à élevée. Par conséquent, la participation à ces sports pour ces durées hebdomadaires moyennes dépasse les cibles minimales visées par le Guide. (Voir l'encadré intitulé « Objectifs cibles du Guide ».)

## FRÉQUENCE

Nos calculs indiquent que les participants actifs s'adonnent à des activités sportives en moyenne 2,8 fois par semaine, au lieu du minimum recommandé de cinq jours par semaine pour une activité d'intensité moyenne et de quatre jours par semaine pour une activité d'intensité élevée. Cela signifie que le participant actif moyen accuse un net retard par rapport au minimum recommandé

## Objectifs cibles du Guide

Le Guide recommande aux gens de faire 30 minutes d'activité physique modérée cinq jours par semaine ou de 20 à 30 minutes d'activité physique à intensité élevée quatre jours par semaine. À l'aide de cette information et en fonction de la durée la plus courte pour une activité d'intensité élevée, nous sommes en mesure de calculer les valeurs supérieure et inférieure de la dépense d'énergie recommandée, en moyenne, pour les hommes et les femmes adultes au Canada :

- Activité d'intensité légère à moyenne (MET de 3,0)
- Activité d'intensité élevée (MET de 12,0)
- Femmes : poids moyen de 65,1 kg
- Hommes : poids moyen de 80,0 kg
- Durée : 150 minutes par semaine pour une activité d'intensité légère à moyenne; 80 minutes par semaine pour une activité d'intensité élevée.

### Femmes

MET de 3,0

Dépense d'énergie (femmes) = (0,01667 kcal/kg/min) × (MET de 3,0) × (65,1 kg) × (150 min/semaine) =

**488 kcal/semaine**

MET de 12,0

Dépense d'énergie (femmes) = (0,01667 kcal/kg/min) × (MET de 12,0) × (65,1 kg) × (80 min/semaine) =

**1 042 kcal/semaine**

### Hommes

MET de 3,0

Dépense d'énergie (hommes) = (0,01667 kcal/kg/min) × (MET de 3,0) × (80,0 kg) × (150 min/semaine) =

**600 kcal/semaine**

MET de 12,0

Dépense d'énergie (hommes) = (0,01667 kcal/kg/min) × (MET de 12,0) × (80,0 kg) × (80 min/semaine) =

**1 280 kcal/semaine**

Source : Le Conference Board du Canada.

par le Guide sur le plan de la fréquence. Il existe à cela une explication structurelle : il est compliqué d'organiser des groupes de participants et la nature des sports d'équipe fait qu'il est plus facile de se réunir moins souvent, mais pour de plus longues périodes à chaque fois. De plus, les activités sportives sont souvent structurées sous la forme d'une « partie » ou d'une séance « compétitive » d'une durée d'une heure ou plus, ce qui complique la tenue de séances fréquentes. Un autre facteur réside dans le fait que le sport est une activité collective qui fait interagir de nombreuses personnes au sein d'équipes ou en compétition les unes contre les autres, ce qui complique l'établissement d'un calendrier. Le rassemblement de personnes en vue d'une activité sportive exige beaucoup d'organisation et des efforts considérables; c'est la raison pour laquelle on préfère se rencontrer



moins souvent, mais plus longtemps, que l'inverse. Enfin, comme de nombreux sports se caractérisent par un rythme inégal et cyclique, il est difficile d'assurer un mode d'activité physique régulier toute l'année.

---

**Il est difficile de modifier des comportements dominés par une fréquence peu soutenue, car la participation sportive est souvent structurée en fonction de longues parties ou compétitions.**

---

## RÉSUMÉ

Notre analyse nous permet de conclure que, *en moyenne*, les participants adultes actifs atteignent les cibles de dépense énergétique et de durée du Guide pour rester en bonne santé, mais pas les cibles de fréquence. Comme bon nombre des avantages que procure la participation active reposent sur la fréquence à laquelle se déroulent les périodes d'activité physique cycliques, suivies de périodes de repos pour permettre aux muscles de récupérer, il est important de prévoir un rythme de participation active de plusieurs jours par semaine. Une fréquence moindre risque de limiter les bienfaits de la participation pour la santé.

Il est difficile de modifier des comportements dominés par une fréquence relativement peu soutenue, car la participation sportive est souvent structurée en fonction de longues parties ou de séances compétitives d'une durée d'une heure ou plus. Aussi, l'ajout de périodes de participation, ne serait-ce qu'une séance de plus par semaine, entraînerait un important changement de comportement. Les données indiquent que de nombreuses personnes n'ont ni le temps, ni l'envie de consacrer des périodes aussi longues à la participation à des sports organisés, du moins plus longues que celles qu'elles y allouent déjà. On peut en déduire que la meilleure stratégie possible pour améliorer la condition physique de la population générale consiste à encourager l'adoption d'un programme d'activité physique complémentaire, plus souple, plutôt qu'à chercher à augmenter dans une vaste mesure la fréquence de la participation sportive.

Il importe de pousser la recherche pour confirmer cette conclusion, établir la proportion exacte d'adultes qui atteignent les objectifs cibles et cerner les tendances de la pratique sportive ou autre qui permettent le plus

souvent d'atteindre ou de dépasser ces objectifs cibles. Il serait aussi utile d'entreprendre une recherche pour évaluer la mesure dans laquelle la participation active à des activités physiques en vue d'atteindre ces objectifs cibles profiterait aux personnes souffrant de problèmes de santé et désireuses d'améliorer leur état et à celles qui jouissent déjà d'une bonne santé.

## RÉPERCUSSIONS ÉCONOMIQUES DES EFFORTS VISANT À AMÉLIORER LA SANTÉ

En améliorant la santé par le sport et d'autres formes d'activité physique, on arriverait à réduire sensiblement les coûts des soins de santé. En 2000, on estimait que les dépenses annuelles en soins de santé imputables à l'inactivité physique s'élevaient à 2,1 milliards de dollars, ou 2,5 p. 100 des coûts totaux directs des soins de santé, au Canada<sup>15</sup>. Une diminution de 10 p. 100 du nombre de Canadiens inactifs se traduirait par des économies de 150 millions de dollars par année en coûts directs et de 5 milliards en coûts indirects, selon David Lau, président d'Obésité Canada<sup>16</sup>. L'étude récente de données collectées en 2001 révèle un fardeau encore plus lourd en coûts de santé. De fait, les coûts directement liés à l'inactivité physique s'élèveraient à 1,6 milliard de dollars par année. Combinés avec les coûts indirects — y compris la valeur de l'apport économique perdu à cause des maladies, des incapacités au travail liées à une blessure et des décès prématurés —, de 3,7 milliards de dollars, la facture totale annuelle serait de 5,3 milliards de dollars. La même étude évaluait à 1,6 milliard de dollars le coût direct de l'obésité (en partie attribuable à l'inactivité physique). Si l'on ajoutait des coûts indirects de 2,7 milliards de dollars, la facture totale annuelle s'élèverait à 4,3 milliards.

En 2001, les coûts économiques totaux de l'inactivité physique et de l'obésité représentaient, respectivement, 2,6 p. 100 et 2,2 p. 100 des coûts en soins de santé du Canada. Combinés, ils équivalaient donc à 4,8 p. 100 de ces coûts<sup>17</sup>. Ces résultats correspondent à ceux d'une étude antérieure menée en Colombie-Britannique, selon laquelle, durant la période 1981-1991, on aurait pu éviter des coûts cumulatifs en soins de santé de 4,4 milliards de dollars simplement en augmentant le niveau d'activité physique<sup>18</sup>. À l'échelle nationale, avec les mêmes coûts par habitant, la somme annuelle s'élèverait à environ 4 milliards de dollars pour cette période, soit, en dollars courants, plus de cinq milliards de dollars. Un tel calcul



montre que l'augmentation de la participation sportive en vue d'améliorer l'état de santé des Canadiens générerait des économies considérables en soins de santé.

Le problème de l'inactivité est commun au Canada et aux États-Unis, pays où il est encore plus grave. Une étude américaine effectuée en 1999 estimait que l'inactivité physique, définie comme l'absence d'activité physique durant les temps libres, coûterait 24 milliards de dollars US, ou 2,4 p. 100 des coûts en soins de santé. En outre, les coûts directement imputables à l'obésité, définie comme un IMC supérieur à 30, équivalraient à 70 milliards de dollars US supplémentaires en dollars de 1995, ou 7,0 p. 100 des dépenses en soins de santé des É.-U. à l'époque. Les coûts directs de l'inactivité et de l'obésité s'élevaient donc à 9,4 p. 100 des dépenses en soins de santé dans ce pays. Les auteurs de l'étude concluaient que « [traduction] l'inactivité et son vaste éventail de conséquences sur la santé représentent un facteur important, mais évitable, de l'augmentation des coûts des soins de santé que doivent supporter les États-Unis et d'autres pays »<sup>19</sup>. Selon une autre étude menée en 2000, les coûts médicaux directs assumés, en moyenne et par année, pour les personnes physiquement actives âgées de 15 ans et plus aux É.-U. étaient inférieurs de 330 \$ US par personne en dollars de 1987 à ceux payés pour des personnes inactives (1 019 \$ US contre 1 349 \$ US). Ces données étaient récurrentes dans les différents groupes d'âge, chez les hommes et les femmes. Selon les auteurs, « [traduction] cette économie moyenne nette de 330 \$ par personne par année permet de conclure que l'augmentation de la participation à une activité physique modérée à un rythme régulier chez les Américains inactifs âgés de plus de 15 ans, qui totalisent plus de 88 millions de personnes, pourrait faire chuter les coûts médicaux d'au moins 29,2 milliards de dollars en dollars de 1987 — 76,6 milliards de dollars de 2000, à l'échelle nationale chaque année<sup>20</sup>.

L'ampleur de ces coûts revêt de l'importance pour les responsables de l'élaboration des politiques en santé. Elle témoigne de la valeur *économique* considérable de l'augmentation de la participation active au sport dans le cadre d'une stratégie plus vaste visant à accroître l'activité physique pour améliorer l'état de santé général des Canadiens. La hausse des niveaux de

santé moyens des Canadiens par une activité physique accrue pourrait engendrer une diminution considérable des coûts des soins de santé, et faire épargner au pays des milliards de dollars par année.

Comme les efforts visant à atteindre les objectifs cibles du Guide relativement à la durée, à la fréquence et à l'intensité de l'activité physique sont un facteur déterminant pour connaître une bonne santé et que celle-ci influe sur la longévité, les participants actifs adultes qui les déploient sont, en moyenne, enclins à vivre plus longtemps et plus sainement. (Les avantages d'une participation active en-deçà des cibles du Guide sont moins manifestes.) Le fait de vivre en bonne santé plus longtemps peut se traduire par une meilleure productivité globale et permettrait en outre à une personne de demeurer productive plus tard. Cette productivité compenserait largement pour les journées de travail perdues de plus par les participants au sport, chaque année, par comparaison aux non-participants. Dans un contexte où notre profil démographique national évolue et où de plus en plus de personnes atteignent l'âge traditionnel de la retraite, la productivité plus longue des participants pourrait avoir d'importantes répercussions. Encore une fois, il faudra approfondir la recherche pour comprendre l'intensité et la nature exacte des liens entre la participation sportive et l'atteinte des objectifs cibles en matière d'activité physique, l'incidence de l'activité physique sur les niveaux de santé ainsi que la corrélation entre l'amélioration des niveaux de santé moyens et la productivité.

---

**L'augmentation de la participation sportive en vue d'améliorer l'état de santé des Canadiens générerait des économies considérables en soins de santé.**

---

L'apport très appréciable du sport à la santé devrait avoir une incidence sur les politiques et les programmes gouvernementaux. Le soutien du sport coûte relativement peu au gouvernement en comparaison des dépenses de santé imputables à l'inactivité. Si le gouvernement en arrivait à voir dans le sport (et les autres formes d'activité physique) un moyen efficace de réduire les coûts des soins de santé, il pourrait en faire l'axe central de ses politiques et de ses investissements nouveaux. Les

défenseurs du sport au Royaume-Uni. encouragent leur gouvernement à revoir ce rapport et à analyser ses choix en conséquence. Comme le conclut une étude britannique, « [traduction] Le gouvernement dépense 1 135 000 £ par personne en soins de santé, par comparaison à seulement 1,38 £ dans la promotion du sport. Il suffirait d'une légère modification au budget alloué à la santé pour prendre des dispositions en faveur du sport et promouvoir la santé<sup>23</sup>. » On peut en dire autant au Canada.

S'ils faisaient ces choix, les gouvernements (ainsi que les collectivités et leurs partenaires du milieu des affaires) auraient trois défis à relever : il leur faudrait élargir la proportion de la population participant activement au sport, inciter les participants actifs à suivre un programme de conditionnement physique plus large, dont le sport ferait partie, et encourager chacun à faire du sport à une fréquence suffisante pour vraiment améliorer la forme physique et la santé.

- 1 Katherine Flegal et coll., « Excess Deaths Associated with Underweight, Overweight and Obesity », *Journal of the American Medical Association*, vol. 293, n° 15 (le 20 avril 2005), p. 1861–1867.
- 2 *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*, Ottawa, Agence de santé publique du Canada, 1998. <[www.aspc-phac.gc.ca](http://www.aspc-phac.gc.ca)>
- 3 Parmi les exemples donnés figurent la marche lente, le jardinage léger ou l'étirement. Le Guide précise que, pendant l'activité en question, il faut commencer à avoir chaud et sentir que sa respiration accélère légèrement.
- 4 Parmi les exemples donnés figurent la marche rapide, la bicyclette, le ratisage de feuilles, la nage récréative, la danse ou l'aérobic aquatique. Le Guide précise que, pendant l'activité en question, il faut avoir plus chaud et sentir que sa respiration accélère fortement.
- 5 Parmi les exemples donnés figurent la danse aérobique, la course à pied, le hockey, le basket-ball et la nage ou la danse rapides. Le Guide précise que, durant l'activité, il faut avoir très chaud et se sentir essoufflé.
- 6 *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*, « Organismes parrains du Guide », Ottawa, Agence de santé publique du Canada. <[www.phac-aspc.gc.ca/pau-uap/guideap/parrains.html](http://www.phac-aspc.gc.ca/pau-uap/guideap/parrains.html)>
- 7 Y. K. Kesaniemi et coll., « Dose-response Issues Concerning Physical Activity and Health: An Evidence-based Symposium », *Medicine & Science in Sports and Exercise*, vol. 33, n° 6 (suppl.) (juin 2001), p. S351–358.
- 8 Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, *Sondage indicateur de l'activité physique en 2002* [en direct], Ottawa, Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, 2002. <[www.cflri.ca/icrcp/ap/sondages/sondage\\_2002/sondage\\_2002.html](http://www.cflri.ca/icrcp/ap/sondages/sondage_2002/sondage_2002.html)>
- 9 Près de 80 p. 100 des participants actifs ont dit pratiquer un sport pour une durée de 60 minutes ou plus chaque fois. Seulement 8,3 p. 100 ne le feraient que 45 minutes ou moins chaque fois. Comme aucune durée supérieure n'a été déterminée, celle de 60 minutes a servi de valeur supérieure aux fins des calculs lorsque les répondants déclaraient une durée habituelle de 60 minutes ou plus. Cette estimation très prudente aboutit à une durée moyenne de participation active que l'on pourrait considérer comme étant minimale, mais elle est probablement dépassée en réalité. (Voir le graphique 2.)
- 10 C'est le cas de 11 des 15 sports les plus populaires : le hockey sur glace, le ski, le soccer, le volley-ball, le basket-ball, le tennis, la natation, le vélo, la course, le badminton et le squash. Les quatre autres — le golf, le base-ball, le curling et le bowling — sont, en moyenne, un peu moins exigeants. Une recherche approfondie s'impose pour déterminer la part de temps que consacre un participant actif à une activité physique à intensité moyenne ou élevée, en fonction de la fréquence cardiaque ou d'un autre indice physique quantifiable.
- 11 Voir la question 2a du principal questionnaire de notre sondage auprès des ménages.
- 12 Statistique Canada, *Rapports sur la santé 1998-1999*, vol. 12, n° 3, Ottawa, Statistique Canada, 2000.
- 13 Nos estimations reposent sur des données pour les trois premiers sports mentionnés par chacun des répondants (seuls 8 p. 100 des répondants pratiquaient plus de trois sports). Au total, nous avons obtenu des données utilisables sur 55 sports. Nos estimations des dépenses énergétiques à partir de ces données s'accompagnent de plusieurs réserves. Tout d'abord, les répondants ont fourni une durée moyenne pour l'ensemble des sports pratiqués. Pour un calcul plus exact, il aurait fallu une durée pour chacun des sports pratiqués par les participants. Ensuite, les valeurs utilisées pour le MET dans les estimations correspondaient aux valeurs moyennes pour chaque sport. Idéalement, pour un calcul plus exact, il aurait fallu des valeurs indiquant le niveau *réel* d'effort fait par chacun des participants. Enfin, nous nous sommes servis de poids moyens pour les hommes et les femmes. Il aurait mieux valu, pour un calcul plus exact, que nous ayons le poids réel de chaque personne. Pour les dépenses énergétiques, nous avons préféré pêcher par excès de prudence en utilisant des valeurs médianes. Les valeurs moyennes sont supérieures d'environ 80 p. 100 pour les femmes et de 35 p. 100 pour les hommes. Ce décalage témoigne du fait qu'environ un quart des participants actifs dépensent d'énormes quantités d'énergie dans la pratique d'un sport toutes les semaines.
- 14 Les valeurs du MET utilisées pour calculer les objectifs cibles du Guide sont celles de l'activité modérée (3,0 MET) et de l'activité vigoureuse (6,0 MET).
- 15 Peter T. Katzmarzyk, Norman Geldhill et Roy Shepard, « The Economic Burden of Physical Inactivity in Canada », *Journal de l'Association médicale canadienne*, vol. 163, n° 11 (28 novembre 2000), p. 1435-1440
- 16 Centre canadien multisport, *Benefits of Health and Physical Activity for Canada and its Citizens*, Calgary, Centre canadien multisport. <[www.calgarysportcouncil.com/pdf%20folder/benefits-federal.pdf](http://www.calgarysportcouncil.com/pdf%20folder/benefits-federal.pdf)>
- 17 Peter T. Katzmarzyk et Ian Janssen, « The Economic Costs Associated with Physical Inactivity and Obesity in Canada : An Update », *Revue canadienne de physiologie appliquée*, vol. 29, n° 2 (avril 2004), p. 90-115. Résumé à <[www.phe.queensu.ca/epi/ABSTRACTS/abst81.htm](http://www.phe.queensu.ca/epi/ABSTRACTS/abst81.htm)>
- 18 Direction générale du sport et du développement communautaire, ministère de la Petite Entreprise, du Tourisme et de la Culture de la Colombie-Britannique, *Sport and Physical Activity Statistics for British Columbia*, Victoria (Colombie-Britannique), Ministère de la Petite Entreprise, du Tourisme et de la Culture de la Colombie-Britannique, 2001, où l'on fait mention d'une étude menée en 1995 par l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie.
- 19 Graham Colditz, « Economic Costs of Obesity and Inactivity », *Medicine & Science in Sports and Exercise*, vol. 31, n° 11 (suppl.) (novembre 1999), p. 663–667.
- 20 Michael Pratt, Caroline A. Macera et Guijing Wang, « Higher Direct Medical Costs Associated With Physical Inactivity », *The Physician and Sportsmedicine*, vol. 28, n° 10 (octobre 2000). <[www.physsportsmed.com/issues/2000/10\\_00/pratt.htm](http://www.physsportsmed.com/issues/2000/10_00/pratt.htm)>
- 21 The Central Council of Physical Recreation, *Everybody Wins: Sport and Social Inclusion*, Londres (Angleterre), The Central Council of Physical Recreation, octobre 2002, p. 5. <[www.sportdevelopment.org.uk/Everybodywins.pdf](http://www.sportdevelopment.org.uk/Everybodywins.pdf)>. Le Central Council of Physical Recreation est un organisme de défense du sport et des loisirs physiques.

# Effets sur les compétences

Le terme « compétences » sous-entend en réalité « compétences, attitudes et comportements ». Tout le monde a besoin d'une combinaison de ces éléments pour relever les défis que lancent normalement la vie et le travail. C'est pourquoi les stratégies liées au capital humain et axées sur les compétences et les connaissances commencent à jouer un rôle de premier plan dans les actions de nombreux pays.

Les résultats de notre sondage et de notre recherche qualitative révèlent que la participation sportive aide les gens à acquérir des compétences et des attitudes importantes pour leur réussite professionnelle, qui leur permettent en outre de jouir d'une vie familiale et communautaire plus remplie et plus heureuse. Selon les personnes sondées, la participation sportive développe un large éventail de compétences et d'attitudes, notamment l'esprit d'équipe, le sens du leadership, la capacité de résoudre les problèmes, de prendre des décisions et de communiquer, et le sens de l'organisation et de l'administration. Bon nombre des compétences acquises par le sport, comme l'esprit d'équipe et le sens du leadership, relèvent en grande partie de l'attitude. Le sport forge aussi le caractère et développe certaines qualités personnelles comme le courage, l'intégrité et la capacité de s'engager envers un objectif, et renforce les valeurs comme le sens des responsabilités et le respect à l'égard des autres, l'auto-discipline, le franc-jeu et le sens de l'équité, et l'honnêteté. Le sport offre aux gens des occasions de renforcer leur sens du dévouement et de l'engagement. Comme l'ont expliqué les ministres du Sport au Canada en 2001, « le sport aiguillonne la volonté des participants d'essayer, d'échouer et d'essayer de nouveau<sup>1</sup> ». De plus, il peut aider les jeunes à canaliser leur énergie, leur compétitivité et leur agressivité dans des activités appropriées<sup>2</sup>. (Voir le graphique 9.)

En 2004, la Direction générale de l'éducation et de la culture de la Commission européenne a effectué un sondage sur les valeurs éducatives et sociales du sport dans l'Union européenne. Dans leurs réponses aux questions sur l'importance du sport et sur les valeurs qu'il renforce, les répondants ont mentionné le plus souvent l'esprit d'équipe (52 p. 100), suivi de la disci-

pline (46 p. 100), de l'amitié (38 p. 100), de l'effort (36 p. 100), du contrôle de soi (33 p. 100), du franc-jeu (32 p. 100), du respect des autres (32 p. 100) et du respect des règles (31 p. 100)<sup>3</sup>.

---

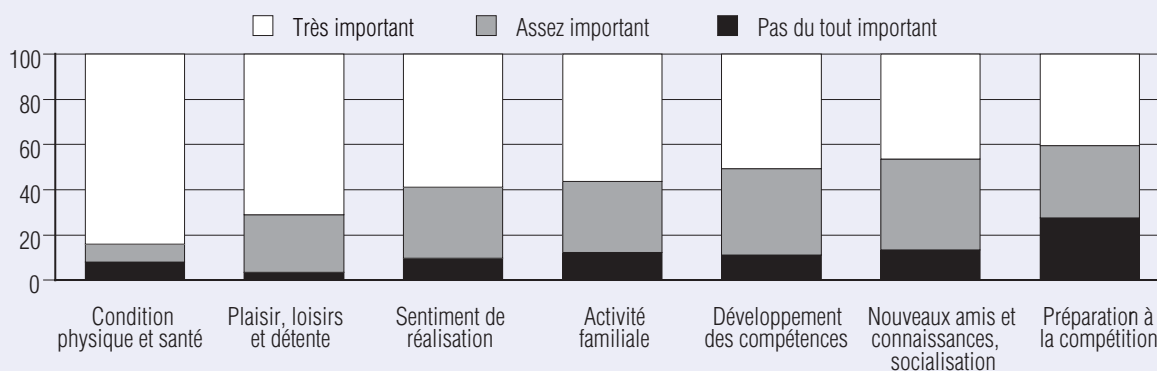
**Les compétences transférables sont très appréciées des employeurs et aident les gens à jouer un rôle plus positif dans leur collectivité et leur vie familiale.**

---

Les compétences découlant des activités sportives ont une incidence considérable sur la vie des millions de personnes qui y participent chaque année. Leur niveau de vie est déterminé en grande partie par les compétences qu'elles développent et déploient afin de relever les défis personnels et professionnels qui se présentent au cours de leur existence. Le fait que de nombreuses compétences acquises par la pratique du sport sont *transférables* à d'autres contextes explique leur valeur sur le plan personnel et à l'échelle du pays. Ces compétences transférables (souvent appelées compétences améliorant l'employabilité) peuvent être mises à profit dans toutes sortes de milieux professionnels et à tous les niveaux de responsabilité d'une organisation<sup>4</sup>. La participation sportive donne aux gens de nombreuses occasions de développer des habiletés qui les aident à communiquer avec les autres et à comprendre la valeur de la coopération dans le travail.

Plus de 50 p. 100 des participants croient que le sport joue un rôle très important dans le développement de leurs compétences personnelles. Près de 90 p. 100 sont d'avis qu'il a une incidence positive. La vaste majorité des participants actifs, des bénévoles et des spectateurs voient dans le sport un important moyen de développer des compétences applicables *en dehors* du sport. Les gains les plus notables au chapitre des compétences se font dans le domaine des compétences transférables, lesquelles peuvent être mises à profit dans toutes sortes de milieux professionnels et à tous les niveaux de responsabilité d'une organisation. Elles sont très appréciées des employeurs et aident les gens à jouer un rôle plus positif dans leur collectivité et leur vie familiale.

**Graphique 8**  
Avantages de la participation sportive  
(pourcentage)

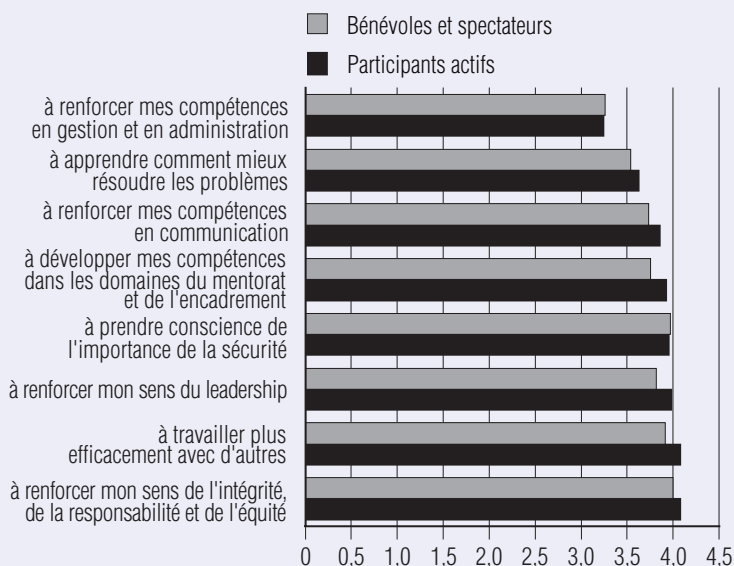


Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

Les participants actifs semblent plus enclins que les bénévoles et les spectateurs — 92,8 p. 100 contre 84,5 p. 100 — à associer la participation sportive et l’acquisition de compétences applicables *en dehors* du sport. Cependant, tous les participants accordent une grande importance à cet aspect. Presque toutes les personnes qui participent activement à un sport ont conscience du fait que leur sport développe leurs compétences. (Voir le graphique 8 ci-dessus et le tableau 8 à la page 15.)

Les participants actifs accordent une valeur légèrement plus élevée que les bénévoles et les spectateurs au sport en tant que moyen de développer des habiletés personnelles, mais tous les participants sont d’avis que le sport est un moyen important de développer leurs compétences. Les bénévoles et les spectateurs estiment que leur participation sportive les aide à renforcer leur intégrité personnelle, à développer leur sens de l’équité et de la responsabilité à l’égard d’autrui, à mieux reconnaître l’importance de la sécurité au travail et à développer l’esprit d’équipe. (Voir le graphique 9.)

**Graphique 9**  
Compétences tirées de la participation sportive : autoévaluations par les participants actifs, les bénévoles et les spectateurs  
(Ma participation au sport m’a aidé(e) . . . , notes moyennes, sur une échelle de 1 à 5)



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

Les gains au chapitre des compétences ne se font pas automatiquement. Il faut que les participants, notamment les associations sportives, les organismes de réglementation, les médias, les parents, les spectateurs, les entraîneurs et les athlètes, prennent consciemment la décision d’intégrer le développement des compétences à leur façon de mener les activités sportives, de récompenser les participants et d’assurer la couverture médiatique de ces activités. On acquiert souvent ses habiletés dans la famille et à l’école pour commencer. On développe aussi des compétences dans des organisations communautaires, des ligues sportives, des clubs et des associations tout au long de la vie. Dans les pays comme le Canada, dont la culture sportive est relativement forte, les parents, les enseignants, les animateurs pour la jeunesse et d’autres donnent une grande partie de leur temps à l’encadrement et à l’organisation d’activités sportives<sup>5</sup>.

Les bénévoles voient leur participation comme un moyen très précieux de développer leurs compétences. À ce chapitre, ils ont reconnu des gains encore plus élevés que les participants actifs dans les huit catégories de compétences qu'on leur a demandé d'évaluer. Ils valorisent particulièrement l'entraînement et le rôle de mentor, l'intégrité personnelle, la responsabilité à l'égard d'autrui, le sens de l'équité, le leadership et l'esprit d'équipe. (Voir le graphique 9.) Une raison pour laquelle les bénévoles ont estimé que leurs gains étaient particulièrement importants au chapitre des compétences peut être qu'ils proviennent d'activités comme l'entraînement, l'arbitrage et le mentorat, qui se rapprochent beaucoup des comportements et des types de relations dans les milieux professionnel et familial. Il est clair pour eux que ces compétences peuvent clairement être transférées et appliquées en vue d'obtenir des résultats souhaitables et gratifiants dans divers contextes. Comme telle, la corrélation peut être plus évidente et facile à reconnaître. Compte tenu de la valeur sociale et économique élevée accordée au sport, il peut aussi aider les bénévoles à accroître leur estime d'eux-mêmes et renforcer leur raison d'être<sup>6</sup>.

## RÉPERCUSSIONS SUR LE PLAN DES COMPÉTENCES

Les compétences sont essentielles au rendement économique d'un pays. Comme un observateur l'a écrit, « [traduction] les compétences sont le pilier d'une économie prospère et une mesure de la capacité d'un pays de survivre sur le marché mondial »<sup>7</sup>. Ce sont aussi des acquis importants pour les personnes qui les possèdent. Les gains au chapitre des compétences jouent un rôle déterminant pour ce qui est de façonner la prospérité et la capacité concurrentielle du Canada, puisqu'elles influencent au moins quatre des principaux facteurs de la croissance économique nationale<sup>8</sup>. À l'échelle nationale, si nous négligeons d'investir dans le capital humain, les compétences et les connaissances à la base de notre économie déclineraient, ce qui entraînera des lacunes dommageables pour la productivité et le rendement<sup>9</sup>. La recherche montre aussi que l'amélioration des compétences aide les familles et les collectivités : à mesure que les gens développent leurs compétences, leur rendement, leur comportement et leur capacité de communiquer changent, ce qui mène à des collectivités plus sûres et à une plus grande cohésion, à un engagement civique

accru et à une meilleure intégration des nouveaux venus, à une diminution des coûts des soins de santé et à beaucoup d'autres avantages.

Une éducation bien équilibrée ne se termine pas dans la salle de classe et ne peut être évaluée seulement en fonction des résultats scolaires officiels. La recherche révèle que la formation et le développement des compétences chez les adultes sont habituellement situationnels et favorisés par des formes claires de motivation, de reconnaissance et de récompense. Le sport correspond très bien à ce modèle. Il offre de nombreuses possibilités *officieuses* d'apprentissage et des environnements dans lesquels les gens peuvent développer leurs compétences. La participation sportive place régulièrement les gens dans des situations d'entraînement et de compétition. Pour suivre les règlements et agir de façon appropriée, en temps voulu, dans leurs interactions avec d'autres et leurs coéquipiers, les participants doivent continuellement améliorer leurs compétences. Le sport crée des conditions qui encouragent les gens à apprendre et à appliquer leurs connaissances afin d'accomplir des tâches claires et d'atteindre des objectifs précis. L'accomplissement de ces tâches est souvent clairement reconnu et récompensé par les mesures de performance inhérentes au sport.

---

### **Les compétences sont le pilier d'une économie prospère et une mesure de la capacité d'un pays de survivre sur le marché mondial.**

---

Nombreuses sont les affirmations concernant les gains étendus de compétences qui découlent de la participation sportive. Dans certains cas, elles peuvent être exagérées en raison de l'enthousiasme des analystes et des partisans dans l'interprétation des résultats de la recherche qualitative, et du manque de mesures quantitatives des compétences acquises. Par contre, de nombreuses études qualitatives confirment nos constatations selon lesquelles le sport offre des expériences et des environnements qui favorisent l'acquisition de compétences, dont bon nombre ont une valeur au-delà de l'activité sportive. Ce fait donne du crédit à la forte perception des répondants concernant la valeur du sport pour le développement des compétences. Les sections suivantes résument les conclusions de quelques-unes de ces études.



## COMPÉTENCES, ATTITUDES ET COMPORTEMENTS DÉVELOPPÉS PAR LE SPORT

En participant à un sport, tant les jeunes que les adultes peuvent développer plusieurs compétences, attitudes et comportements importants. Une recension des écrits récents sur le sujet révèle que, parmi les principales compétences tirées de la participation sportive, il y a le respect, l'engagement à l'égard d'un objectif, l'esprit sportif, la recherche de l'excellence, la formation du caractère, l'esprit d'équipe, le leadership, la capacité de communiquer, de résoudre des problèmes et de prendre des décisions, et le sens de l'organisation et de l'administration.

### RESPECT ET HONNÊTÉTÉ

- Dans une étude canadienne récente, on a effectué un sondage auprès de participants à des consultations régionales pour connaître les avantages qu'ils espéraient tirer de leur participation sportive. Les trois avantages les plus souvent mentionnés ont été le franc-jeu (89 p. 100), le respect (85 p. 100) et l'honnêteté (75 p. 100)<sup>10</sup>.
- Dans un sondage effectué en 2002 par le Centre canadien pour l'éthique dans le sport et par Decima, on a demandé quelles valeurs les sports communautaires pouvaient promouvoir. On a retrouvé en tête de liste l'engagement envers un objectif (63 p. 100) et l'honnêteté (41 p. 100)<sup>11</sup>.
- La participation sportive développe les compétences en matière de franc-jeu, comme le respect des adversaires, des coéquipiers, des arbitres et des juges, et la capacité d'accepter les décisions des arbitres avec dignité et grâce<sup>12</sup>.

### COURAGE

- Pour participer à un sport, il faut adopter des comportements acceptables pour des athlètes, ce qui forge le caractère et développe des vertus comme le courage. Comme l'explique une étude, « le courage est une vertu qui nécessite la capacité d'évaluer les risques et la force de caractère de prendre ou non ces risques »<sup>13</sup>.

### ESPRIT SPORTIF

- La participation sportive forge le caractère des athlètes sur les plans moral et social. Sur le plan social, cela comprend des attributs comme l'esprit d'équipe, la loyauté, le don de soi, un solide sens de

l'éthique et de la persévérance. La force morale comprend des qualités comme l'honnêteté, le sens de l'équité et une attitude responsable<sup>14</sup>.

- Sport Nouvelle-Écosse recommande que le concept, l'attitude et la pratique du jeu équitable et sûr soient intégrés à tous les programmes sportifs destinés aux enfants. Selon cette organisation, le sport donne aux entraîneurs une excellente occasion d'enseigner le franc-jeu et la sécurité en donnant eux-mêmes l'exemple. En voyant que ces derniers donnent à chaque membre de leur équipe le tour de jouer, les enfants apprennent comment traiter les autres équitablement. En reconnaissant l'importance des règlements d'un jeu, les enfants apprennent aussi la valeur et le respect des règles sociales. Lorsqu'ils sont récompensés pour leur esprit sportif, ils comprennent la valeur de l'honnêteté<sup>15</sup>.
- Le franc-jeu et l'honnêteté ne sont développés chez les athlètes que lorsque les entraîneurs, et les institutions qui les autorisent à entraîner, en donnent l'exemple pendant les compétitions. La victoire se trouve à nuire à l'esprit sportif lorsqu'elle revient à un entraîneur qui a triché ou encouragé un ou une athlète à le faire<sup>16</sup>.

---

**En voyant que les entraîneurs donnent à chaque membre de leur équipe le tour de jouer, les enfants apprennent comment traiter les autres équitablement.**

---

### CARACTÈRE

- Le sport aide les participants à développer des traits de caractère positifs comme l'esprit de compétition et l'estime de soi<sup>17</sup>.
- Les participants au sport apprennent les façons appropriées d'exprimer leurs émotions, que ce soit juste après avoir compté un point, gagné une partie ou commis une faute terrible<sup>18</sup>.
- Selon Sport Nouvelle-Écosse, la participation sportive aide les jeunes à réagir correctement à la reconnaissance et à travailler à la réalisation d'un objectif<sup>19</sup>.
- La participation sportive peut améliorer les habiletés sociales et réduire la solitude en favorisant les réseaux familiaux et communautaires<sup>20</sup>.
- Le sport aide les gens à apprendre comment réagir au succès et à l'échec — un aspect vital du développement social — et à reconnaître la valeur du travail en équipe, du franc-jeu et des objectifs<sup>21</sup>.



## COMPÉTENCES LIÉES AU TRAVAIL D'ÉQUIPE

- Dans un sondage effectué conjointement par le Centre canadien pour l'éthique dans le sport et Decima en 2000, on a demandé quelles valeurs les sports communautaires étaient en mesure de promouvoir. La majorité des personnes interrogées (72 p. 100) ont placé le travail d'équipe en tête de liste<sup>22</sup>.
- Dans un sondage récent mené au Royaume-Uni, 57 p. 100 des répondants ont affirmé que le sport est une bonne façon d'enseigner aux enfants à travailler en équipe<sup>23</sup>.
- Comme l'explique un chercheur, « [traduction] la participation sportive nécessite une éthique du travail semblable à celle dont les adultes ont besoin dans leur vie professionnelle : les pratiques et les concours ont lieu régulièrement, la présence est une condition obligatoire pour demeurer dans l'équipe et le maximum d'effort est attendu de chaque joueur par les coéquipiers et les entraîneurs, ce qui résulte en un sens de la loyauté et de la responsabilité. Les conflits et rivalités interpersonnels sont inévitables, mais l'enfant devient un “ joueur de l'équipe ” . . . Des conditions semblables prévalent dans le milieu professionnel des adultes. C'est pourquoi il peut être utile d'y être confronté lorsqu'on est jeune pour savoir comment y faire face plus tard »<sup>24</sup>.
- L'affiliation, que Sport Nouvelle-Écosse définit comme « [traduction] faire partie d'un groupe ou d'une équipe », est l'une des quatre sources de motivation les plus courantes de la participation sportive. La croissance personnelle des jeunes a trois dimensions : physique, affective et sociale, et intellectuelle. On classe la capacité de faire partie d'un groupe ou d'une équipe en grande partie dans la dimension affective et sociale. Par exemple, pendant la phase intermédiaire de l'enfance (de 5 à 9 ans), les enfants apprennent à « [traduction] collaborer avec les autres pour de plus longues périodes » et commencent « [traduction] à développer l'habileté de partager des biens et d'attendre leur tour ». Pendant la seconde enfance (de 9 à 12 ans), les enfants continuent de développer leur habileté « [traduction] de travailler et de jouer avec d'autres, mais doivent recevoir l'assurance qu'ils sont acceptés socialement ». Cela a des conséquences pour les entraîneurs, qui doivent fréquemment chercher à développer l'esprit d'équipe pour favoriser la victoire aux compétitions<sup>25</sup>.

- Les athlètes sont plus susceptibles de développer une estime d'eux-mêmes élevée et un engagement à l'égard de l'excellence grâce aux expériences qu'ils vivent. Le sport complète leur éducation de bien des façons. Il améliore la socialisation, le civisme, le sens du leadership et l'esprit d'équipe. Il favorise aussi le sentiment d'appartenance des étudiants<sup>26</sup>.
- L'Enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes a indiqué une forte corrélation entre la capacité de communiquer efficacement avec autrui et la participation sportive<sup>27</sup>.

---

**La participation sportive nécessite une éthique du travail semblable à celle dont les adultes ont besoin dans leur vie professionnelle.**

---

## COMPÉTENCES EN LEADERSHIP

- La recherche a montré que les athlètes avaient de meilleures compétences en leadership que les non-athlètes<sup>28</sup>.
- La participation sportive donne aux jeunes des occasions d'exercer leurs compétences en leadership, et encourage le sens communautaire et l'auto-discipline<sup>29</sup>.
- Les clubs sportifs communautaires renforcent la capacité de coopérer pour atteindre un but commun. Ils aident aussi les membres de la communauté à améliorer leurs compétences en leadership<sup>30</sup>.
- La participation à des compétitions sportives développe les compétences en leadership et d'autres qualités propres aux bons employés et gestionnaires, notamment les habiletés de communication et la capacité d'entretenir des relations interpersonnelles harmonieuses. Lorsque les athlètes sont appelés à faire preuve de leadership dans leur milieu professionnel, ils peuvent s'inspirer de leur expérience sportive en montrant du respect à l'égard d'autrui<sup>31</sup>.
- La participation sportive accroît les compétences en leadership des athlètes et des entraîneurs, que l'on définit comme « [traduction] les compétences et stratégies que les athlètes peuvent utiliser dans des situations de leadership comme pour résoudre des problèmes de performance ou des conflits interpersonnels entre coéquipiers ». Parmi les compétences et attitudes notables en matière de leadership, acquises grâce au sport et transférables au milieu

professionnel, chez soi et dans la vie communautaire, il y a :

- la confiance;
- la capacité de se comporter avec grâce sous la pression;
- la connaissance de soi et des autres;
- la compréhension rapide des visions et objectifs communs;
- le sens des responsabilités envers autrui;
- l'affabilité;
- la capacité de coopérer;
- le respect des entraîneurs, des coéquipiers, des adversaires et des arbitres;
- la capacité de communiquer;
- le dévouement;
- le sens des responsabilités<sup>32</sup>.

## COMPÉTENCES LIÉES À LA RÉOLUTION DE PROBLÈMES ET À LA PRISE DE DÉCISIONS

- La participation sportive enseigne des valeurs comme le travail et la coopération<sup>33</sup>.
- Elle renforce la capacité de résoudre des problèmes et de prendre des décisions, et enseigne l'esprit d'équipe et le leadership<sup>34</sup>.
- Lorsque les athlètes sont appelés à faire preuve de leadership dans leur milieu de travail, ils peuvent mettre à profit leur capacité de résoudre des problèmes acquise grâce à leur participation sportive<sup>35</sup>.

- 
- 1 Pour une éthique sportive. Une déclaration adoptée par les ministres fédéral, provinciaux et territoriaux du Sport [en direct], London, Ontario, le 10 août 2001. <[www.tourism.gov.on.ca/french/sportdiv/sport/expect.htm](http://www.tourism.gov.on.ca/french/sportdiv/sport/expect.htm)>
  - 2 Sport England, *The Value of Sport: Executive Summary*, London, Angleterre, Sport England, juin 1999, n° de réf. 918.
  - 3 Commission européenne, *Les citoyens de l'Union européenne et le sport*, Bruxelles, Belgique, novembre 2004, Eurobaromètre spécial 213/Vague 62.0, TNS Opinion & Social, p. 19.
  - 4 Pour une liste complète des compétences génériques transférables que les employeurs recherchent chez leurs employés ou ceux qu'ils veulent recruter, voir Le Conference Board du Canada, *Compétences relatives à l'employabilité 2000+*, Ottawa, Le Conference Board du Canada, 2000.
  - 5 Kel Sanderson, Frances Harris, Sarah Russell et Sheryl Chase, *The Economic Benefits of Sport—A Review*, Wellington, Nouvelle-Zélande, Business and Economic Research Limited, août 2000, p. 23.
  - 6 F. Coalter, M. Allison et J. Taylor, *The Role of Sport in Regenerating Deprived Urban Areas*, Edimbourg, The Scottish Executive Central Research Unit, 2000.
  - 7 Alison Coleman, Philip Hunter et Jane Simms, *A Director's Guide—Skills: Transforming Business—Towards a Better and More Competitive Workforce*, Londres, Angleterre, Director Publications Ltd, 2004, p. 5.
  - 8 Quatre raisons expliquent la croissance économique au Canada et dans d'autres pays de l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE) : (1) l'utilisation accrue ou améliorée de la main-d'œuvre : plus de personnes travaillent de façon plus productive; (2) l'accroissement général du niveau d'instruction des travailleurs; (3) l'investissement dans le capital physique, y compris la technologie, qui exige des compétences plus élevées et plus nombreuses chez les employés; (4) une hausse de la productivité multifactorielle (PMF), où une combinaison des meilleures compétences et de la meilleure technologie permet l'innovation et l'efficacité des opérations requises pour obtenir une production plus rentable. Voir Dirk Plat, « L'innovation dans la nouvelle économie », *ISUMA : Revue canadienne de recherche sur les politiques*, vol. 3, n° 2, printemps 2002, p. 54-61.
  - 9 Les pénuries de main-d'œuvre touchent particulièrement les petites et moyennes entreprises (PME), la principale source de création d'emplois au Canada depuis dix ans. Manquant de capital humain, bon nombre d'entreprises laissent passer des possibilités de croissance parce qu'elles manquent de capital humain, ce qui constitue un prix élevé à payer tant pour les entreprises en question que pour l'économie en général. On estime que 265 000 emplois à temps plein sont demeurés vacants en 2002 dans l'ensemble du Canada à cause de manque de candidats qualifiés, ce qui montre l'incapacité du marché du travail de satisfaire à la demande. Andreea Dulipovici, *Labour Pains: Results of CFIB Surveys on Labour Availability*, Fédération canadienne de l'entreprise indépendante, Ottawa, avril 2003, p. 1-2.
  - 10 Groupe Adler, « Consultations régionales pour le symposium Le sport que nous voulons », dans *Le sport que nous voulons : Essais sur les questions actuelles concernant le sport communautaire au Canada*, Centre canadien pour l'éthique dans le sport, Ottawa, juillet 2003. <[www.cces.ca/forms/index.cfm?DSP=template&act=view3&template\\_id=167&lang=f](http://www.cces.ca/forms/index.cfm?DSP=template&act=view3&template_id=167&lang=f)>
  - 11 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*, p. 28.
  - 12 Metropolitan Life Insurance Company, *About Your Child and Organized Sports* [en direct]. <[www.lifeadvice.com](http://www.lifeadvice.com)>
  - 13 Robert Butcher et Angela Schneider, « Sport communautaire et choix communautaires : Les défis du sport communautaire sur le plan éthique », dans *Le sport que nous voulons. Essais sur les questions actuelles concernant le sport communautaire au Canada*, p. 50.
  - 14 Andy Rudd et Sharon Stoll, « What Type of Character Do Athletes Possess? An Empirical Examination of College Athletes Versus Non Athletes with the RSBH Value Judgment Inventory », *The Sport Journal*, vol. 7, n° 2 printemps 2004, p. 2. <[www.thesportjournal.org/2004/Journal/Vol17-No2/RuddStoll.asp](http://www.thesportjournal.org/2004/Journal/Vol17-No2/RuddStoll.asp)>
  - 15 Sport Nouvelle-Écosse, *Leadership in Community Sport: A Guide for Coaches, Parents and Sport Volunteers*. 2<sup>e</sup> éd., Halifax, Sport Nouvelle-Écosse, avril 2003, p. 29. <[www.sportnovascotia.com/contents/Sport\\_Dev/LCS/LCS\\_web.pdf](http://www.sportnovascotia.com/contents/Sport_Dev/LCS/LCS_web.pdf)>
  - 16 David Cruise Malloy, « Comprendre la nature de l'éthique, des valeurs et de la raison d'être dans les domaines des affaires, des soins de santé et du droit, ainsi que les répercussions et les applications pour le sport communautaire », dans *Le sport que nous voulons. Essais sur les questions actuelles concernant le sport communautaire au Canada*, p. 66.
  - 17 D. Tran Brooks, *The Effects of Athletic Participation on the Student's Self-Concept*, Thèse de maîtrise en sciences de l'éducation, Stout, Wisconsin, The Graduate College, University of Wisconsin-Stout août 2002, p. 32. <[www.uwstout.edu/lib/thesis/2002/2002brooksd.pdf](http://www.uwstout.edu/lib/thesis/2002/2002brooksd.pdf)>
  - 18 « Streetwise question: What are the benefits of participating in sports? », *Pleasanton Weekly* [en direct], mars 23, 2001. <[www.pleasantonweekly.com/morgue/2001/2001\\_03\\_23.stwise23.html](http://www.pleasantonweekly.com/morgue/2001/2001_03_23.stwise23.html)>

- 19 Sport Nouvelle-Écosse, *Leadership in Community Sport: A Guide for Coaches, Parents and Sport Volunteers*. 2<sup>e</sup> éd., p. 22.
- 20 Tim Olds et coll., *Children and Sport*, Australian Sports Commission, Bruce, Australie, 2004, p. 40; voir aussi p. 137.
- 21 National Alliance for Youth Sports, *Sports Participation Key to Character Building, Study Finds* [en direct], West Palm Beach, Floride. <[www.nays.org/IntMain\\_News.cfm?Cat=6&Story=221](http://www.nays.org/IntMain_News.cfm?Cat=6&Story=221)>
- 22 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. Essais sur les questions actuelles concernant le sport communautaire au Canada*, p. 28.
- 23 Market and Opinion Research International Limited, *Sport and the Family*, London, Angleterre, 2000, p. 5. <[www.sportdevelopment.org.uk/familyandsport2000.pdf](http://www.sportdevelopment.org.uk/familyandsport2000.pdf)>
- 24 Jenny Meyer, « The Influence of Athletic Involvement on Psychosocial Development », *International Association for Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions Bulletin* [en direct], 1997. <[iacapap.ki.se/bulletins/nr07/997-12.htm](http://iacapap.ki.se/bulletins/nr07/997-12.htm)>
- 25 Sport Nouvelle-Écosse, *Leadership in Community Sport: A Guide for Coaches, Parents and Sport Volunteers*, 2<sup>e</sup> éd., p. 14–17.
- 26 D. Tran Brooks, *The Effects of Athletic Participation on the Student's Self-Concept*, Thèse de maîtrise en sciences de l'éducation, p. 32.
- 27 Statistique Canada, *Enquête longitudinale nationale sur les enfants et les jeunes : Participation à des activités*, 1998–1999, Ottawa, Statistique Canada, 2001, n° de cat. 89F0078XIF, n° 3.
- 28 Robert P. Dobosz et Lee A. Beaty, « The Relationship between Athletic Participation and High School Students' Leadership Ability », *Adolescence*, vol. 34, n° 33, printemps 1999, p. 215–220.
- 29 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. Essais sur les questions actuelles concernant le sport communautaire au Canada*, p. 28.
- 30 Ann Macphail, Trish Gorely et David Kirk, « Young People's Socialization into Sport: A Case Study of an Athletics Club », *Sport, Education and Society*, vol. 8, n° 2, mai 2005, p. 251–267.
- 31 Jacqueline C.S. Hadden, *A Pilot Study of the Relationship Between Competitive Athletic Participation and Transformational Leadership Ability: A Communication Perspective*, Thèse de maîtrise, New Britain, Connecticut, Central Connecticut State University, 2003, p. 37–47.
- 32 Michelle Magyar, « Leadership Skills and Sport: Going Beyond the 'Team Captain' », *Spotlight on Youth Sports*, Institute for the Study of Youth Sports, Michigan State University, hiver 2001, p. 3-4. <[ed-web3.educ.msu.edu/ysi/Spotlight2001/leadership\\_skills\\_and\\_sport.htm](http://ed-web3.educ.msu.edu/ysi/Spotlight2001/leadership_skills_and_sport.htm)>
- 33 Lori Gano-Overway, « Emphasizing Sportsmanship in Youth Sports », *Spotlight on Youth Sports*, Institute for the Study of Youth Sports, Michigan State University (n.d.), p. 3. <[www.education-world.com/a\\_curr/curr137.shtml](http://www.education-world.com/a_curr/curr137.shtml)>
- 34 Association pour la santé et l'éducation physique de l'Ontario, « Facts and Stats for Active Kids » [en direct]. <[www.nwhu.on.ca/active\\_schools\\_facts\\_and\\_stats.htm](http://www.nwhu.on.ca/active_schools_facts_and_stats.htm)>
- 35 Jacqueline C.S. Hadden, *A Pilot Study of the Relationship Between Competitive Athletic Participation and Transformational Leadership Ability: A Communication Perspective*, p. 47.

# Répercussions sociales

**L**e sport renforce la cohésion sociale. Les participants au sport sont appelés à beaucoup échanger avec d'autres, seuls, associés à des membres de leur famille et en tant que membres d'une équipe. Ces interactions améliorent leur capacité d'entretenir des relations interpersonnelles, jettent des bases de relations de confiance et développe l'esprit d'équipe, autant de facteurs qui favorisent la cohésion sociale. À son tour, la cohésion sociale est essentielle à l'édification du capital social<sup>1</sup>. Selon la Banque mondiale, « [traduction] le capital social comprend les institutions, les relations, les attitudes et les valeurs qui régissent les interactions entre les membres d'une société et qui contribuent au développement économique et social »<sup>2</sup>. Le sport agit en favorisant des regroupements de personnes qui constituent des réseaux sociaux aux fins définies. Ces réseaux encouragent la confiance et une ouverture envers les autres *en dehors du sport*. Cette ouverture peut se solder par un avantage social et économique.

Le sport fait aussi naître des comportements sociaux négatifs qui en atténuent les bienfaits. Un problème vient des comportements inadéquats de certains parents qui poussent parfois leurs enfants à la violence et se montrent agressifs à l'égard des arbitres ou d'autres personnes. Parmi les autres problèmes, il y a la consommation

de stéroïdes ou d'autres substances illégales pour améliorer la performance, le manque de cohérence et d'équité chez les juges qui ne fondent pas leurs évaluations sur des critères précis et objectifs, la piètre conduite de certains athlètes professionnels célèbres qui sont néanmoins des modèles pour les jeunes. De tels problèmes, associés à un certain nombre de sports, sapent les bonnes intentions des organisateurs sportifs et de la majorité des parents, des bénévoles et des participants adultes.

---

**Le sport agit en favorisant des regroupements de personnes qui constituent des réseaux sociaux aux fins définies. Ces réseaux encouragent la confiance et une ouverture envers les autres en dehors du sport.**

---

Cependant, les réponses des personnes sondées confirment les résultats de la recherche internationale selon laquelle les bienfaits du sport dépassent de loin ses effets négatifs. La pratique du sport se solde par des retombées sociales positives *nettes* très appréciables. Sur la question des avantages sociaux, tous les participants estiment que le sport est généralement bon pour la collectivité.

Quels sont ces effets positifs sur le plan social? Le rapport *Investir au Canada*, de 2004, soutient que le sport est un moyen exceptionnel d'accroître la participation des citoyens et des collectivités. Il donne au sport un rôle central en tant que composante de l'activité physique, un des sept comportements individuels qui fondent l'engagement civique. En plus du sport et de l'activité physique (p. ex. être physiquement actif ou participer à un sport), ces comportements comprennent la participation à la société (p. ex. voter ou défendre des dossiers); le bénévolat et le don (p. ex. de biens, d'argent, de temps ou de services en nature), la prestation de soins, la gérance environnementale (p. ex. le recyclage ou la protection des ressources), l'appartenance (p. ex. à un lieu de culte, à un syndicat ou à une association) et l'activité culturelle (p. ex. la participation à des activités culturelles ou artistiques). Comme le sport est présent dans pratiquement toutes les collectivités au Canada, on ne peut surestimer ses conséquences sur la cohésion sociale.

### **Liens entre le sport, l'engagement civique, la cohésion sociale et le capital social**

Habituellement, les programmes de sport communautaire soutiennent l'engagement civique et la cohésion sociale, développant ainsi le capital social :

- en offrant des occasions de faire du bénévolat;
- en resserrant les liens entre les enfants et les parents à l'intérieur des familles et des quartiers, et entre les collectivités;
- en créant des partenariats entre les organisations de sport communautaire et des organisations semblables dans leur secteur (comme les centres locaux de services communautaires, les conseils ou commissions scolaires et les écoles);
- en renforçant les relations entre les différents ordres de gouvernement, ce qui entraîne l'élaboration de nouveaux programmes favorables à l'engagement civique et à la cohésion sociale.

Source : Le Conference Board du Canada.

La Banque mondiale a mis l'accent sur l'importance du capital social en soutenant qu' « [traduction] il comprend les valeurs et les règles communes de conduite sociale qui se manifestent dans les relations personnelles, la confiance et une perception commune de la responsabilité civique, autant d'éléments qui font qu'on ne peut réduire la société à une simple collection de personnes »<sup>3</sup>. Les relations entre les personnes sont cruciales. *Les réseaux de relations* entre les personnes, les entreprises, les organisations et les institutions, ainsi que la coopération et la confiance que de tels réseaux engendrent, font en sorte que la société fonctionne bien. Ils constituent son capital social<sup>4</sup>.

Ces réseaux, ou *réseaux sociaux*, ont de nombreuses sources, notamment le sport. Les réseaux sportifs favorisent la confiance et donnent à leurs membres le goût d'échanger avec d'autres. Cet état de préparation à faire partie d'autres réseaux encore plus vastes renforce la cohésion sociale dans la société canadienne, et on peut en tirer parti *en dehors du sport* en le transformant en capital social afin d'obtenir des avantages sociaux et économiques.

Chez les participants actifs, les bénévoles et les spectateurs, la plupart des sports comprennent de nombreuses activités sociales, susceptibles de soutenir la cohésion sociale. Les participants actifs d'équipes sportives s'entraînent avec d'autres et développent des stratégies de jeu qui impliquent des formes sophistiquées de collaboration avec leurs coéquipiers et qui renforcent leurs habiletés sociales et leur sentiment d'appartenance. Même les sports plus individuels comme le triathlon comportent un aspect social en raison des activités d'entraînement coopératif et des compétitions organisées avec d'autres athlètes.

Le sport accroît considérablement la qualité de la vie urbaine. De nombreuses études sur la cohésion sociale ont révélé que le sport et les loisirs communautaires jouent un rôle clé dans la vie urbaine, et que les installations de sport et de loisirs contribuent à développer le tissu social d'une ville<sup>5</sup>. Le sport est une source de plaisir pour les personnes et les familles, et leur donne l'occasion de rencontrer d'autres personnes et de se faire de nouveaux amis. Il leur donne des possibilités de s'exprimer et encourage la camaraderie. Il incite les gens à exceller physiquement et mentalement et à travailler en équipe<sup>6</sup>.

Pour les jeunes, les installations de sport et de loisirs de la ville sont des endroits où apprendre à participer activement à la vie communautaire. Les parents qui font du bénévolat montrent à leurs enfants la valeur et l'importance de l'engagement communautaire, que ce soit par le sport, les loisirs ou d'autres avenues<sup>7</sup>. De façon plus générale, une étude du Conseil canadien de développement social révèle que la participation à des activités récréatives structurées influe sur le développement physique et social des jeunes, ainsi que sur leurs comportements et compétences civiques<sup>8</sup>.

De plus, les études sur les jeunes marginaux indiquent que les services de sport et de loisirs peuvent aider leur réintégration, à condition qu'ils ne soient pas des mesures isolées et que les jeunes aient un mot à dire sur la nature et la prestation de tels services. Les expériences de la France des années 1990 portant sur l'intégration de jeunes de minorités culturelles en milieu urbain montrent aussi comment le sport et les loisirs peuvent faire partie d'une politique d'intégration sociale. Les réseaux sociaux qui se forment dans la communauté sportive et les organisations de loisirs, et autour d'elle, renforcent les liens sociaux et sont des composantes fondamentales de la cohésion sociale et une source de capital social.

---

### **Pour les jeunes, les installations de sport et de loisirs de la ville sont des endroits où on apprend à participer activement à la vie communautaire.**

---

Dans un sondage effectué par Ipsos-Reid en 2003 auprès de 1 005 Canadiens âgés de 12 à 21 ans sur leur participation sportive et leurs perceptions du sport organisé (une partie de l'étude de 2003, Le gouvernement reprend contact avec les jeunes), la plupart des personnes interrogées ont indiqué que la pratique sportive<sup>9</sup> :

- améliorerait leur santé (99 p. 100);
- les aidait à se faire des amis (87 p. 100);
- renforçait leur estime d'eux-mêmes (85 p. 100)<sup>10</sup>;
- les aidait à réussir à l'école (58 p. 100);
- les encourageait à faire plus d'activités avec leur famille (54 p. 100).

L'investissement public dans le sport peut assurer de nombreux avantages sociaux à une collectivité ou à une région<sup>11</sup>. Entre autres, le sport tend à stimuler la compréhension des principes d'équité et de cohésion sociale.



Il met aussi les autorités locales en contact avec leur communauté et, par conséquent, il est au premier plan des initiatives visant à donner des ressources aux gens d'une localité et à les consulter. De la même façon, le sport touche à la culture des jeunes et donne l'occasion de faire le lien important entre l'école et la vie communautaire. Enfin, comme le bénévolat et l'engagement civique sont au centre de l'activité sportive, le sport donne aux participants la possibilité d'améliorer leurs compétences et de faire quelque chose en retour pour leur collectivité.

## RÔLE DES BÉNÉVOLES

Les organisations bénévoles et sans but lucratif sont des moyens par lesquels des millions de Canadiens s'engagent dans leur collectivité. La plupart des organisations servent leur propre quartier, ville ou municipalité rurale. En 2003, environ 161 000 organisations bénévoles sans but lucratif ont fonctionné dans l'ensemble du pays dans un large éventail de secteurs. La plus grande partie des organisations œuvre dans le secteur des sports et des loisirs (21 p. 100), au service du public en général et de nombreux sous-groupes, dont les enfants, les aînés, les handicapés, les autochtones, les immigrants et les communautés religieuses<sup>12</sup>. L'Enquête nationale 2003 sur le don, le bénévolat et la participation indique que le sport et les loisirs sont les secteurs de bénévolat les plus courants au Canada, comptant 2,2 millions de bénévoles, presque 40 p. 100 des bénévoles au pays<sup>13</sup>.

Ces nombreux bénévoles vivent des expériences d'interaction sociale très variées qui leur permettent de développer des compétences et un sentiment

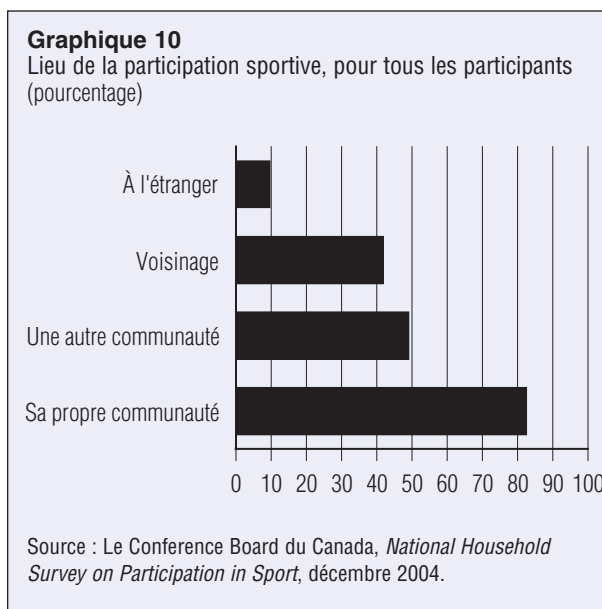
d'appartenance à deux niveaux. Premièrement, ils ont des échanges avec les participants actifs, à titre d'entraîneurs, de mentors, d'arbitres et d'organiseurs d'activités sportives. Deuxièmement, ils tissent des liens avec les autres bénévoles en planifiant et en préparant des activités et des compétitions.

En plus, bon nombre de bénévoles assistent aussi aux activités sportives. Les spectateurs vivent une interaction sociale importante en observant et en soutenant ensemble leur équipe favorite ou les participants actifs individuellement.

## SPORT, FAMILLE ET COHÉSION COMMUNAUTAIRE

Le sport a souvent pour effet de rapprocher les membres des familles. En fait, la présence d'enfants dans un ménage tend à inciter les adultes à participer plus activement aux activités, à y assister et à faire du bénévolat. Le sport joue aussi un rôle important en rassemblant des gens de différentes collectivités, aidant ainsi à développer un sens communautaire plus fort et élargi. En fait, trois fois plus de personnes participent à des activités sportives à l'extérieur de leur quartier qu'à l'intérieur. Les deux tiers prennent part à des activités dans leur communauté et un tiers dans d'autres communautés. (Voir le graphique 10.) En entraînant les gens à l'extérieur de leur quartier immédiat, le sport leur ouvre des horizons nouveaux, de façon à englober toute leur collectivité au sens large. Ce modèle d'interaction est assez constant dans les trois types de participation sportive. (Voir le graphique 11.)

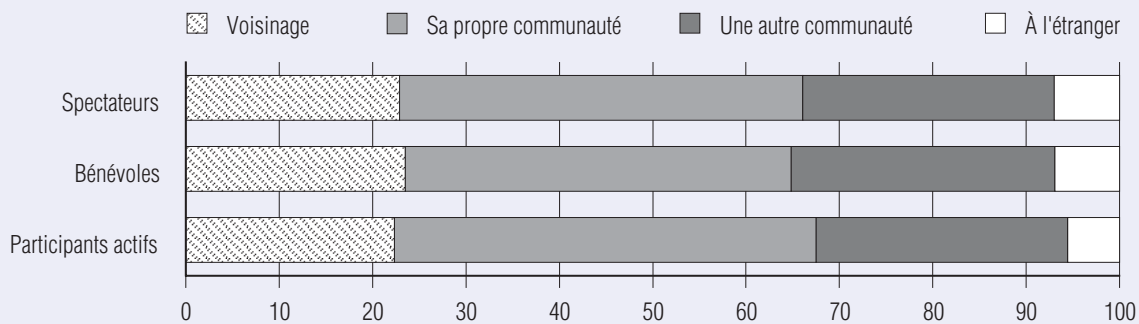
La participation sportive comporte aussi une dimension internationale appréciable. Dans l'ensemble, entre 5 et 6 p. 100 des participants actifs voyagent à l'extérieur du Canada. Ce sont les sports comme le golf, le ski et le hockey qui occasionnent le plus de voyages à l'étranger. Le golf et le ski sont probablement associés aux vacances, alors que les joueurs de hockey prendront souvent part à des tournois internationaux. Certains sports, comme le squash et la bicyclette, impliquent une participation internationale relativement importante. Cela explique peut-être le fait que ce sont des créneaux pour les participants actifs motivés à voyager à l'étranger pour trouver une compétition stimulante. Chose étonnante, une proportion égale ou légèrement plus élevée de bénévoles et de spectateurs voyage à l'étranger. (Voir le graphique 11.)





**Graphique 11**

Lieu de la participation sportive, par type de participant (pourcentage)

Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

D'autres pays sont conscients des retombées sociales appréciables de la participation sportive. Par exemple, le gouvernement australien reconnaît ses avantages sociaux en l'associant plus largement aux loisirs et en élaborant des politiques pour l'encourager. En Australie, les gens ont le sentiment que le sport et les loisirs jouent un rôle important dans leur vie et les aide à définir leur identité collective. Le gouvernement de l'État de Victoria, par exemple, a déclaré que le sport et les loisirs offrent des possibilités d'interaction sociale et de partage d'intérêts communs, et qu'il encourage ainsi l'esprit communautaire et même le développement industriel<sup>14</sup>.

Selon ce gouvernement, pour que le sport et les loisirs se développent pleinement, il faut que les secteurs public et privé et les organismes sans but lucratif collaborent à tous les niveaux et fassent participer tant les bénévoles que les professionnels. Sport and Recreation Victoria (SRV) essaie de maximiser les bienfaits du sport en en facilitant l'accès, en améliorant les installations, en renforçant les organisations sportives et en mettant l'accent sur le rôle positif du sport<sup>15</sup>.

## SPORT, RELATIONS INTERPERSONNELLES ET SÉCURITÉ COMMUNAUTAIRE

De nombreuses personnes interrogées estiment que le sport contribue à leur collectivité en offrant à ses membres des moyens de se rencontrer et d'échanger tout en participant à des activités structurées et orientées vers un but. La plupart sont d'avis que cela encourage des gens aux origines sociales diverses à collaborer et à jouer ensemble dans un esprit positif, et offre à des personnes de tous âges la possibilité de participer activement à des activités communautaires. En conséquence,

une grande majorité considère que la participation sportive donne des leçons positives aux gens sur leurs responsabilités et le respect des autres et de leur propriété. Bon nombre d'entre eux trouvent que le sport donne une raison d'être, tant pour eux-mêmes que pour autrui. Ils croient aussi qu'il donne aux membres des familles de bonnes occasions d'apprendre à mieux se connaître les uns les autres, tout en participant ensemble à des activités sportives à titre de participants actifs, de bénévoles et de spectateurs. (Voir les graphiques 12 et 13.)

Les gens sont moins enclins à voir le sport comme une solution efficace aux problèmes sociaux difficiles comme la délinquance juvénile. (Voir les graphiques 12 et 13.) Cependant, les résultats obtenus au Royaume-Uni semblent indiquer que le sport, conjugué avec d'autres types de loisirs, peut jouer un rôle dans la résolution de problèmes de sécurité communautaire.

Au Royaume-Uni, dans bon nombre de collectivités et de sociétés, particulièrement les quartiers défavorisés, les niveaux de comportement antisocial et d'activité criminelle chez les jeunes sont un problème majeur. Les causes de criminalité et de mécontentement chez ce groupe sont complexes et multidimensionnelles, et il serait erroné et irréaliste d'affirmer que le sport seul pourrait réduire les niveaux de criminalité dans la société. Néanmoins, pendant les 15 dernières années en Angleterre, « [traduction] les sports, les activités de plein air et les loisirs constructifs sont devenus une partie intégrante des initiatives visant à détourner les jeunes à risques des activités criminelles »<sup>16</sup>.

Les preuves empiriques sont limitées, mais il existe des indications que le sport aide. Dans la ville anglaise de Bristol, le conseil municipal a récemment intégré le sport

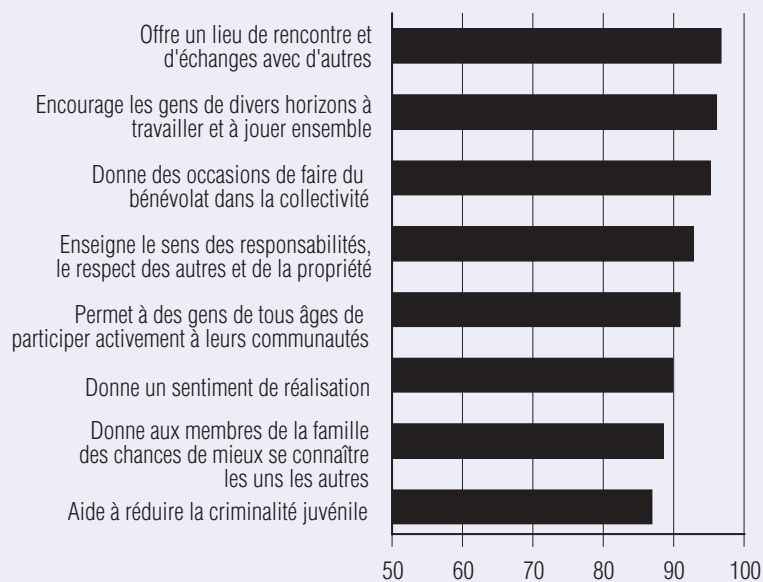
aux programmes visant à enrayer l'exclusion et revitaliser les quartiers défavorisés. L'une des ces initiatives, appelée Voice of Southmead, semble avoir eu des effets bénéfiques. Selon les représentants municipaux, le plan d'action local de développement du sport, élaboré en collaboration par les services locaux de santé, de police et de travail social, les ministères du sport et de la jeunesse et les résidents, a connu des succès dès ses débuts. Pendant les quatre

premiers mois de fonctionnement du plan, la criminalité locale a diminué de 15 p. 100, et la délinquance juvénile, de 43 p. 100, par rapport à la même période l'année précédente. Les représentants croient que le sport réduit la criminalité juvénile en donnant aux jeunes des défis à relever, la possibilité de vivre de nouvelles expériences et une raison d'être. À leur avis, les activités sportives encouragent la confiance, les compétences en leadership et le respect de soi, en autant qu'elles s'enracinent dans de solides valeurs morales<sup>17</sup>. Les résultats obtenus à Bristol portent sur une période trop courte pour montrer le lien causal entre les programmes de sport et les améliorations, de la criminalité mais ils semblent indiquer que le sport peut faire partie des solutions aux problèmes de sécurité communautaire. Il faudrait effectuer plus de recherche pour confirmer ce résultat.

Dans l'ensemble, la perception générale des personnes interrogées est que le sport est plus efficace pour surmonter les barrières sociales que pour éliminer les obstacles économiques. (Voir le graphique 13.) Sur la question des avantages sociaux, tous les participants estiment que le sport est généralement bon pour la collectivité, mais ils ne précisent pas de quelles façons. Il n'est pas étonnant que les non-participants aient donné une évaluation moins élevée des avantages du sport que les participants dans toutes les catégories, même s'ils ont classé les bienfaits individuels à peu près dans le même ordre. Une tendance semblable se manifeste entre les participants avec et sans enfants. (Voir le graphique 14.)

### Graphique 12

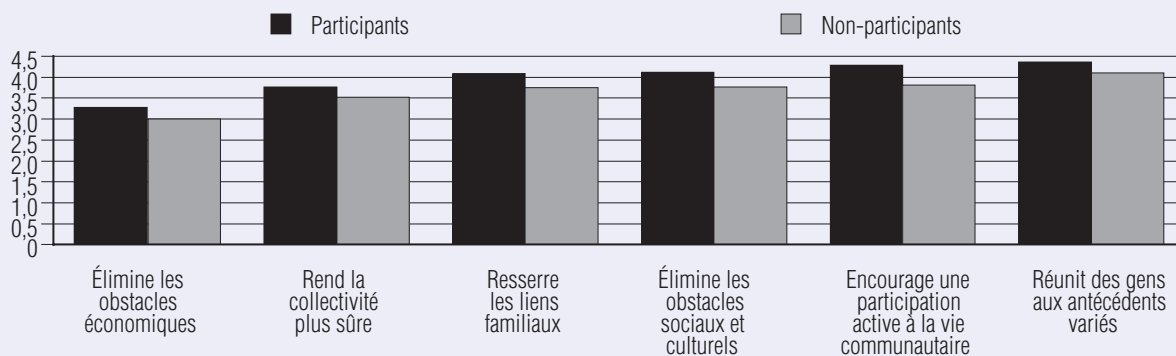
Contributions du sport aux communautés : points de vue des participants  
(nombre de participants)



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

### Graphique 13

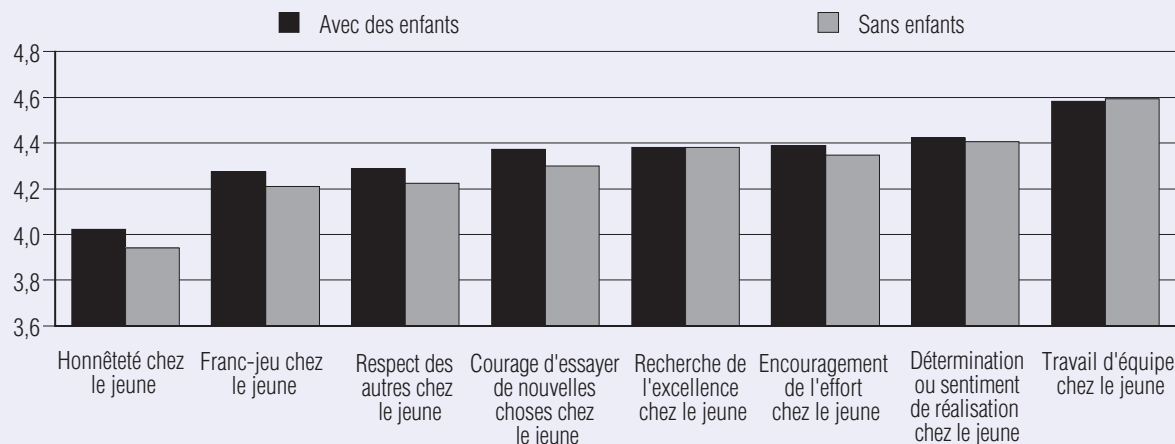
Avantages socioéconomiques du sport : points de vue des participants et des non-participants  
(notes moyennes sur une échelle de 1 à 5)



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

### Graphique 14

Incidence du sport communautaire sur les jeunes : points de vue des participants avec ou sans enfants  
(Notes moyennes sur une échelle de 1 à 5)



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

- Paddy Bowen, *Investir au Canada : Encourager la participation des citoyens et des collectivités*, Forum des politiques publiques, Ottawa, 2004. <[www.pforum.com/ow\\_fr/bowen\\_layout\\_fr\\_jun15.pdf](http://www.pforum.com/ow_fr/bowen_layout_fr_jun15.pdf)>
- Banque mondiale, « Glossary of Key Terms in Social Analysis » [en direct], Washington, D.C. <[inweb18.worldbank.org/ESSD/sdvext.nsf/61ByDocName/ResourceonSocialAnalysisGlossaryofKeyTerms](http://inweb18.worldbank.org/ESSD/sdvext.nsf/61ByDocName/ResourceonSocialAnalysisGlossaryofKeyTerms)>
- <[inweb18.worldbank.org/ESSD/sdvext.nsf/61ByDocName/ResourceonSocialAnalysisGlossaryofKeyTerms](http://inweb18.worldbank.org/ESSD/sdvext.nsf/61ByDocName/ResourceonSocialAnalysisGlossaryofKeyTerms)>
- Deardorff's Glossary of International Economics [en direct]. <[www-personal.umich.edu/~alandear/glossary/s.html](http://www-personal.umich.edu/~alandear/glossary/s.html)>
- Jean Harvey, « Les sports et les loisirs : Entre spectacle et droit social », *Horizons*, vol. 5, n° 1, juillet 2002, p. 26–28. <[www.policyresearch.gc.ca/page.asp?pagenm=v5n1\\_art\\_07&langcd=F](http://www.policyresearch.gc.ca/page.asp?pagenm=v5n1_art_07&langcd=F)>; Peter Donnelly et Jay Coakley, *Working Paper Series: Perspectives on Social Inclusion: The Role of Recreation in Promoting Social Inclusion*, Toronto, Laidlaw Foundation, décembre 2002, et Réseaux canadiens de recherche en politiques publiques Inc. et le Conseil canadien de développement social, *Four Hypotheses about the Policy Significance of Youth Recreation: Lessons from a Literature Review and Data Analysis on « Learning through Recreation »*, Ottawa, Réseaux canadiens de recherche en politiques publiques Inc. et le Conseil canadien de développement social, mai 2001.
- Sport England, *The Value of Sport to Local Authorities*, Londres, Angleterre, Sport England, juin 1999, n° de réf. 901.
- Jean Harvey, « Les sports et les loisirs : Entre spectacle et droit social », *Horizons*, vol. 5, n° 1, juillet 2002, p. 26–28.
- Réseaux canadiens de recherche en politiques publiques Inc. et le Conseil canadien de développement social, *Four Hypotheses about the Policy Significance of Youth Recreation*.
- Sport Canada, *Sondage « Le gouvernement reprend contact avec les jeunes »* [en direct], Ottawa, Sport Canada, 2003. <[www.pch.gc.ca/progs/sc/info-fact/youth\\_f.cfm](http://www.pch.gc.ca/progs/sc/info-fact/youth_f.cfm)>
- Même si on attribue souvent au sport la capacité de « forger le caractère », les programmes sportifs organisés pour les enfants peuvent faire naître des comportements négatifs (entre autres, la tricherie, la brutalité et l'intimidation) si l'entraînement n'est pas adéquat ou si les responsables adultes n'accordent pas une grande priorité aux comportements socialement acceptables et à l'éthique. Voir The President's Council on Physical Fitness and Sports, *Physical Activity and Sport in the Lives of Girls: Physical and Mental Health Dimensions from an Interdisciplinary Approach*, Washington, D.C., printemps 1997. <[www.fitness.gov/activity/activity2/girlssports.html](http://www.fitness.gov/activity/activity2/girlssports.html)>
- Sport England, *The Value of Sport to Local Authorities*, p. 4.
- Statistique Canada, *Cornerstones of Community: Highlights of the National Survey of Non-profit and Voluntary Organizations 2003*, Ottawa, Statistique Canada, 2005, n° de cat. 61-533-SIE.
- Paddy Bowen, *Investir au Canada : Encourager la participation des citoyens et des collectivités*, p. 35.
- Department for Victorian Communities, *Sport and Recreation Victoria* [en direct], Melbourne, Australie, Department for Victorian Communities. <[www.dvc.vic.gov.au/srv.htm](http://www.dvc.vic.gov.au/srv.htm)>
- Ibid.*
- Sport England, *The Value of Sport to Local Authorities*, p. 7. Cité dans D. Utting, *Reducing Criminality Among Young People: A Sample of Relevant Programmes in the United Kingdom*, Londres, Angleterre, Home Office, Research Study 161, 1996.
- Sport England, *The Value of Sport to Local Authorities*, p. 8.

# Répercussions économiques

**L**es dépenses au profit du sport ont un impact important sur l'économie canadienne. L'évaluation des dépenses des ménages est un bon moyen de mesurer cet impact. La méthode privilégiée pour notre étude, qui a examiné les dépenses des ménages canadiens pour le sport *au Canada*, donne une bonne idée des dépenses totales dans ce domaine et des effets connexes sur l'économie nationale. Au niveau microéconomique, elle fait ressortir les dépenses comme une expression des préférences des ménages en faveur du sport dans leur budget. Au niveau macroéconomique, les dépenses globales de tous ces ménages ont une forte incidence sur le niveau de l'emploi dans l'industrie canadienne du sport et son état de santé général.

### DÉPENSES DES MÉNAGES POUR LE SPORT

#### PAR RAPPORT AUX DÉPENSES GLOBALES DES MÉNAGES ET AUX DÉPENSES DE CONSOMMATION

En 2004, on estimait à 15,8 milliards de dollars courants le montant global consacré par les ménages au sport au Canada<sup>1</sup>. En comparaison, les dépenses de consommation s'élevaient au total, en 2004, à 722,6 milliards de dollars courants. Par conséquent, les dépenses des ménages pour le sport représentent dans l'ensemble 2,18 p. 100 des dépenses globales des ménages au Canada. En moyenne, chaque ménage canadien ayant participé à un sport a donc consacré annuellement 1 963 \$ à des activités sportives en 2004. Cela signifie que chaque adulte participant, que ce soit à titre de participant actif, de bénévole ou de spectateur, dépense tous les ans 748 \$ pour le sport. En d'autres termes, les adultes et les enfants canadiens ont consacré individuellement, en moyenne, 495 \$ au sport en 2004.

Les dépenses à ce chapitre correspondent à celles d'autres pays développés, où les dépenses de consommation liées au sport représentent de nos jours, en règle générale, de 1,5 à 3,0 p. 100 des dépenses de consommation. Ainsi, en Angleterre, en 2000, les dépenses des ménages pour les biens et services liés au sport s'élevaient à 11,5 milliards de livres, soit environ

2,8 p. 100 des dépenses globales des ménages, évaluées à 408 milliards de livres. Cela comprend les 2,3 milliards dépensés pour le jeu associé au sport – l'équivalent de 0,6 p. 100 des dépenses globales des ménages; si l'on soustrayait ce montant du total, la proportion s'établirait alors à 2,2 p. 100<sup>2</sup>. En 2001, les dépenses de consommation pour les biens et services liés au sport, en Angleterre, constituaient alors 2,3 p. 100 des dépenses globales de consommation. Pour l'ensemble du Royaume-Uni, la même année, les dépenses de consommation consacrées au sport (14,98 milliards de livres) équivalaient à 2,4 p. 100 du total des dépenses<sup>3</sup>. De la même manière, selon une étude macroéconomique sur le sport réalisée en 2000 dans les Flandres (Belgique), qui examinait la participation familiale aux sports et les dépenses liées au sport par famille et par personne, ainsi que les dépenses publiques, les dépenses pour le sport représentaient plus de 3 p. 100 de toutes les dépenses de consommation et d'investissement dans les Flandres. Autrement dit, les dépenses des ménages consacrées au sport ont augmenté durant les 15 années précédentes, à une époque où les dépenses publiques dans ce domaine accusaient un léger recul<sup>4</sup>.

---

**Les adultes et les enfants canadiens ont consacré individuellement, en moyenne, 495 \$ au sport en 2004, beaucoup plus qu'en 1996.**

---

#### PAR RAPPORT AU PIB

Les ménages ont consacré globalement 15,8 milliards de dollars au sport. Cela représente 1,22 p. 100 du produit intérieur brut (PIB) du Canada en 2004, lequel s'élevait à 1,3 billions de dollars (l'équivalent d'un PIB de 40,161 \$ par habitant pour une population d'environ 31,9 millions en décembre 2004). Les dépenses à ce chapitre correspondent aux dépenses pour le sport de nombreux autres pays développés, où la proportion s'établit généralement entre 1 et 2 p. 100 du PIB, du moins depuis les années 1990<sup>5</sup>. Cela constitue une augmentation notable dans le cas du Canada

qui, en 1996, se situait au milieu du classement parmi les pays de référence en ce qui a trait aux dépenses par habitant, mais au bas du palmarès au chapitre des dépenses comme pourcentage du PIB, avec des dépenses liées au sport équivalentes à 0,9 p. 100 du PIB<sup>6</sup>. (Voir le tableau 12.)

Depuis 1995–1996, d’autres pays ont aussi constaté que les dépenses dans le domaine du sport en tant que proportion du PIB étaient à la hausse. Ainsi, en Angleterre, en 2000, les ménages dépensaient 11,5 milliards de livres pour les biens et services liés au sport, soit environ 1,8 p. 100 du PIB, lequel atteignait 660 milliards de livres en 1999<sup>7</sup>. À Hong Kong, les données pour 2000 sont très semblables : les dépenses consacrées au sport constituaient approximativement 1,7 p. 100 du PIB<sup>8</sup>.

Les statistiques de 2004 concernant le Canada montrent que le niveau des dépenses pour le sport au Canada est légèrement supérieur à celui indiqué dans des études antérieures. Elles confirment les données démontrant que les dépenses liées au sport s’accroissent un peu plus rapidement que l’économie globale depuis 1990. En 1994–1995, l’incidence des sports et loisirs sur le PIB représentait 8,9 milliards de dollars – l’équivalent de 1,1 p. 100 du PIB – et les emplois directs au Canada se chiffraient à 262 000, soit 2,0 p. 100 des emplois<sup>9</sup>. En 1995–1996, les familles canadiennes ont dépensé 7,8 milliards de dollars pour les biens et services liés au sport, montant qui représente 718 \$ par famille et 1,5 p. 100 des dépenses globales des familles. La proportion des dépenses des familles consacrées aux biens et services liés au sport avait augmenté depuis 1992, année où elle s’établissait à 1,4 p. 100. Ces dépenses se partageaient à parts égales entre les vêtements et l’équipement de sport, et les services sportifs (comme les manifestations sportives et l’utilisation d’installations récréatives). En comparaison, en 1995–1996, les familles canadiennes ont dépensé 16,3 p. 100 de leur budget pour le logement, 9,0 p. 100 pour la nourriture achetée en magasin, 2,6 p. 100 pour l’achat d’automobiles, 2,1 p. 100 pour les soins de santé et 1,1 p. 100 pour l’éducation<sup>10</sup>.

Cette augmentation des dépenses réservées au sport pourrait s’expliquer en partie par le fait que les municipalités et les écoles avaient l’habitude de consacrer davantage d’argent aux activités sportives dans la communauté et les écoles, et qu’une portion de ces

**Tableau 12**

Comparaison internationale des dépenses de consommation dans le domaine du sport, 1995–1996

Pays	Dépenses annuelles, par habitant, population totale, en \$US	Pourcentage du PIB
États-Unis	551	1,9
Royaume-Uni	285	1,5
Nouvelle-Zélande	173	1,0
Canada	192	0,9
Australie	138	n.d.

Source : Kel Sanderson et coll., *The Economic Benefits of Sport: A Review*, rapport de recherche n° 3, Hong Kong, Hong Kong Sports Development Board, août 2000, p. 13-15.

dépenses disparaissait dans des postes budgétaires non différenciés. Un deuxième facteur contribuerait aussi à cette hausse : on trouve maintenant un plus grand nombre d’entraîneurs pour remplacer les enseignants en mesure de superviser le sport parascolaire au niveau secondaire qui, en raison des changements apportés aux conventions collectives, sont de moins en moins nombreux. Par conséquent, il se peut que les hausses réelles des dépenses sur le plan national soient *quelque peu* inférieures à ce que semblent indiquer les dépenses des ménages enregistrées. Il est peu probable, toutefois, que ces facteurs soient à eux seuls à l’origine de l’accroissement des dépenses.

---

**Le revenu et la présence d’enfants dans un ménage sont tous deux des facteurs déterminants importants de la participation au sport.**

---

Les dépenses des ménages à cette échelle ont une incidence dont l’importance varie d’une région à l’autre du Canada, selon les taux de participation sportive. Les régions et les collectivités qui comptent le plus grand nombre de participants — participants actifs, bénévoles et spectateurs — ont tendance à enregistrer, à l’échelon local, la plus forte activité économique globale liée au développement, à la fabrication, à la vente et à la fourniture de produits et de services que consomment les participants à un sport. Celles qui encouragent la participation locale au sport, par des politiques sociales et économiques et d’autres moyens, sont susceptibles de connaître des retombées positives supplémentaires.

## INDUSTRIE DU SPORT

Bien qu'il soit communément admis que l'« industrie » du sport au Canada contribue à l'économie, les interprétations diffèrent quant à ce qui devrait être considéré comme faisant partie de l'économie liée à l'industrie du sport, compte tenu de la gamme complexe des produits et des services pouvant être associés au sport. L'industrie du sport est plus difficile à circonscrire que d'autres industries plus traditionnelles comme la construction, les banques, l'assurance, la foresterie ou les mines, qui sont plus faciles à définir et dont les équipements — grues, échafaudages, bouteurs, bureaux et annonces publicitaires — sont facilement reconnaissables. Elle tire ses recettes d'une vaste gamme d'entreprises comme les fabricants et les détaillants de vêtements de sport, et les exploitants d'installations sportives et de sites.

Les participants dépensent leur argent au profit d'une multitude de biens et de services : articles de sport (vêtements et chaussures), équipement de sport, frais d'adhésion à des équipes, abonnements, frais d'utilisation, nourriture,

transport, hébergement et services de santé. Puis, ces dépenses contribuent à la création et au maintien d'emplois dans de nombreux services et secteurs d'activité comme la vente au détail, l'accueil, les voyages, le transport, le tourisme, la fabrication, le commerce de gros, l'exploitation et l'entretien d'installations sportives et de sites, et les médias (revues, livres et presse électronique consacrés aux sports). Étant donné ces nombreuses composantes, il est difficile de chiffrer l'activité économique dans tous ses retranchements. Le tableau 13, qui reflète les emplois liés au sport au Canada en 1994–1995, illustre l'ampleur et le champ de l'activité économique se rapportant au sport.

## ANALYSE DES DÉPENSES DES MÉNAGES CANADIENS POUR LE SPORT

Les chiffres relatifs aux dépenses des ménages seraient légèrement supérieurs si on incluait les « exportations » et les « importations » liées au sport. Notre étude ne tient pas compte des dépenses pour le sport engagées par les ménages canadiens à l'extérieur du Canada. Ces dépenses sont l'équivalent économique des « importations », en ceci qu'elles mènent à une sortie de fonds du Canada au profit d'autres pays. Comme 5 p. 100 seulement de la participation sportive des ménages canadiens s'effectue à l'extérieur de nos frontières, le fait d'exclure ces dépenses n'influe guère sur nos conclusions. Nous n'avons pas pris en considération non plus l'impact des « exportations » liées au sport, c'est-à-dire des dépenses des visiteurs étrangers venus au Canada pour participer à un sport. L'effet net qu'on obtient en soustrayant les « exportations » totales des « importations » est beaucoup plus faible que celui des dépenses brutes sur l'un ou l'autre élément; dans l'ensemble, l'impact économique net est donc minime.

## QUELS SONT LES DÉTERMINANTS DES DÉPENSES DES MÉNAGES CONSACRÉES AU SPORT?

Les dépenses des ménages au chapitre du sport dépendent d'une combinaison de facteurs, dont les préférences du ménage envers la pratique sportive, le nombre de membres pratiquant le sport, la taille du ménage, de même que le revenu total du ménage qui, à son tour, détermine la proportion des recettes *discretionnaires* pouvant aller aux activités sportives. Ces trois principaux facteurs d'influence sur les dépenses au profit du sport agissent parfois à l'encontre les uns des autres.

**Tableau 13**  
Emploi par secteur sportif, 1994–1995

Type d'emploi	Nombre d'emplois	Pourcentage des emplois en sport
Entraîneurs, arbitres et athlètes	58 919	22,5
Industries des articles de sport : vente au détail, vente en gros et fabrication	59 122	22,5
Clubs sportifs professionnels	19 071	7,3
Clubs sportifs et de loisirs	67 033	25,6
Événements sportifs	4 644	1,8
Utilisation d'installations récréatives	28 897	11,0
Autres services rattachés au sport	20 416	7,8
Organisations sportives nationales	331	0,1
Administration fédérale	1 634	0,6
Administration provinciale	950	0,4
Administration municipale	1 307	0,5
<b>Total pour le sport</b>	<b>262 324</b>	<b>100,0</b>
Total pour l'économie	13 399 000	2,0

Source : *Le sport au Canada : C'est l'affaire de tous et de toutes* — *Leadership, partenariat et imputabilité*, Ottawa, Comité permanent de la Chambre des communes sur le patrimoine canadien, décembre 1998.



Étant donné le caractère discrétionnaire et non essentiel de cet article de dépense (par opposition à l'habillement, au logement et à l'alimentation, par exemple), le revenu est un déterminant très important du budget réservé au sport. Par conséquent, la demande est généralement satisfaite seulement lorsque d'autres besoins essentiels ont été comblés. Les ménages à faible revenu ou qui accusent une baisse de revenu sont portés à réduire leurs dépenses pour le sport afin d'équilibrer leur budget. Par contre, les ménages bénéficiant de revenus élevés dépensent généreusement dans le sport pour leur agrément et l'épanouissement de la famille ou de ses membres, individuellement. Dans la pratique, la plupart des ménages doivent fonctionner à l'intérieur d'un budget limité qui restreint les sommes pouvant être consacrées au sport. Lorsque le revenu du ménage diminue en raison de la perte d'un emploi ou autre, le budget réservé au sport s'en ressent souvent et rapidement.

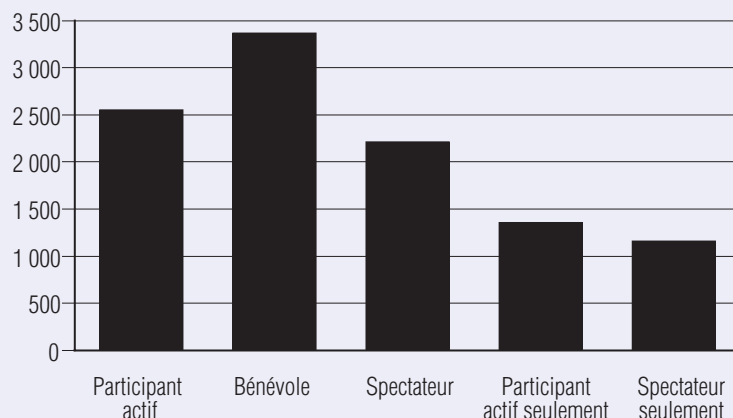
### QUELS FACTEURS INFLUENT SUR LES DÉPENSES DES MÉNAGES?

Ceux qui dépensent le plus sont ceux qui participent à un sport de différentes façons. Les bénévoles sont ceux qui consacrent la plus grande part de dépenses au sport (en moyenne 3 367 \$) car, collectivement, ils sont les plus susceptibles de participer à au moins deux titres (participants actifs, spectateurs ou les deux). (Voir le graphique 15.)

Les participants qui entrent dans une seule catégorie, tant les participants actifs que les spectateurs, consacrent au sport beaucoup moins d'argent que ceux qui participent à plus d'un titre. Ceux dont la participation se fait à titre de participants actifs uniquement ont dépensé en moyenne 1 357 \$ en 2004, tandis que les spectateurs ont dépensé encore moins (1 162 \$).

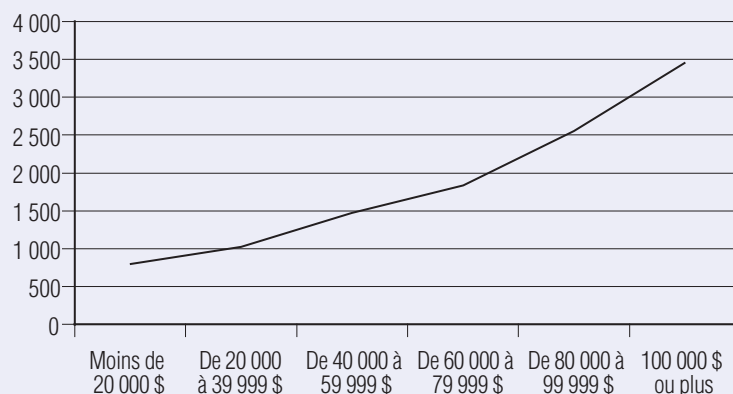
Le revenu joue un rôle appréciable dans les dépenses consacrées au sport par les ménages. On estime l'élasticité du revenu à environ 3,0 p. 100, ce qui signifie que les participants ont tendance à dépenser pour le sport environ 3 cents de chaque dollar supplémentaire gagné. Autrement dit, les ménages participants ayant un revenu de 20 000 \$ seulement par année ont dépensé approximativement 800 \$ pour le sport en 2004. Pour chaque tranche de revenus supplémentaire

**Graphique 15**  
Dépenses moyennes par type de participation  
(dollars canadiens)



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

**Graphique 16**  
Élasticité des dépenses consacrées au sport selon le revenu  
(dollars canadiens)



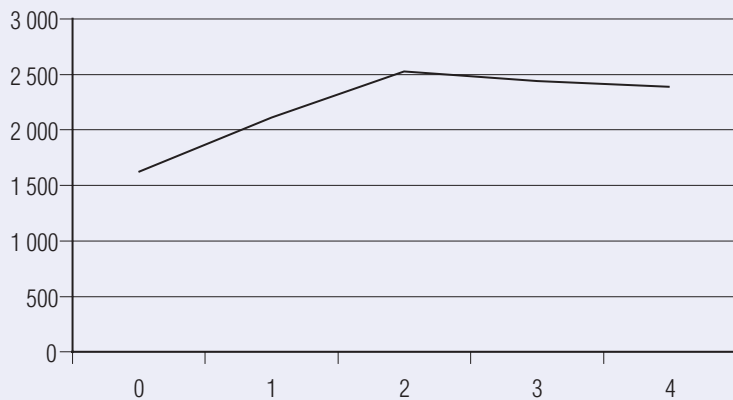
Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

de 10 000 \$, on a remarqué une augmentation parallèle des dépenses d'environ 300 \$ en moyenne au chapitre du sport. (Voir le graphique 16.)

La présence d'enfants dans un ménage est un facteur déterminant important de la participation au sport : lorsqu'un adulte participant a des enfants, les probabilités que d'autres membres du ménage participent sont

### Graphique 17

Incidence du nombre d'enfants sur les dépenses des ménages consacrées au sport (nombre d'enfants, dollars canadiens dépensés)



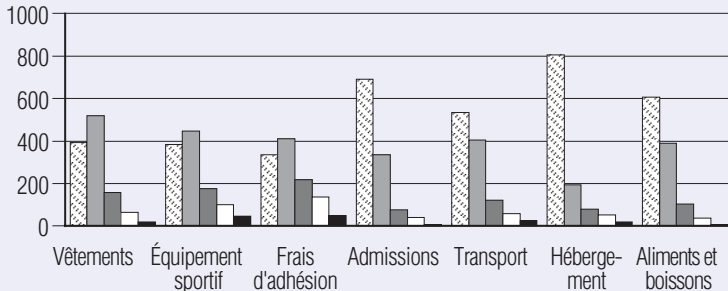
Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

### Graphique 18

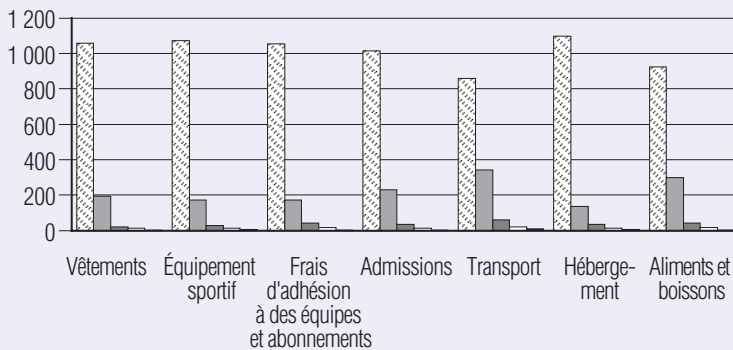
Répartition des dépenses, par type de participation (nombre de répondants)



#### Participants actifs



#### Bénévoles et spectateurs



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

évaluées à environ 80 p. 100. Le nombre d'enfants peut avoir un effet à la fois positif et négatif sur les dépenses pour le sport. Ces dépenses sont optimales quand on atteint le nombre de deux enfants environ dans le ménage. Au-delà, les dépenses du ménage commencent à baisser légèrement, sans doute parce que les dépenses essentielles sont relativement plus importantes à mesure que le nombre d'enfants augmente, ce qui limite le budget à consacrer au sport. (Voir le graphique 17.)

### COMMENT SE RÉPARTISSENT LES DÉPENSES DES MÉNAGES?

Les dépenses pour le sport se caractérisent par d'importantes quantités d'achats relativement petits, pour une variété de produits et de services. Certaines tendances se dessinent. Les participants actifs sont plus portés à dépenser leur argent pour l'achat de vêtements, d'équipement et d'abonnements. Plus de 20 p. 100 d'entre eux réservent au moins 500 \$ chaque année à l'achat de vêtements, près de 30 p. 100 consacrent autant d'argent à l'équipement et 35 p. 100 déboursent ce montant en frais d'adhésion à des équipes et en abonnements. Environ la moitié de ces participants dépensent au moins 1 000 \$ par an dans chacune de ces catégories. Les bénévoles et les spectateurs consacrent davantage à la nourriture et aux boissons; c'est la seule catégorie où leurs dépenses moyennes dépassent 100 \$ par an. La catégorie suivante, en ordre d'importance, est le transport. (Voir le graphique 18.)

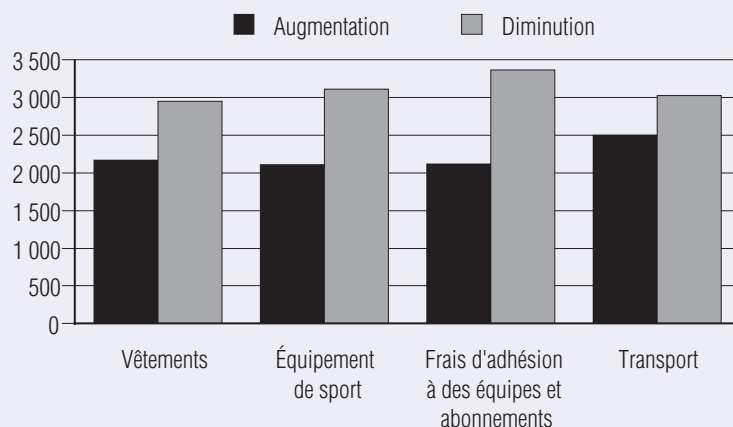
### DANS QUELLE MESURE LES DÉPENSES DES MÉNAGES SONT-ELLES SUSCEPTIBLES DE CHANGER?

Selon les participants, la majorité de leurs dépenses devraient rester inchangées. Parmi les participants actifs, les familles qui comptent des enfants sont beaucoup plus susceptibles de dire qu'elles accroîtront leurs dépenses que celles qui n'en ont pas, ce qui pourrait être le reflet de l'importance du sport dans la vie familiale. Dans ce contexte, l'équipement de sport (30 p. 100 des ménages pensent qu'ils dépenseront davantage; 12 p. 100 croient qu'ils dépenseront moins) et les frais d'adhésion à des équipes et les abonnements (30 p. 100 et 6 p. 100) constituent les catégories de dépenses supplémentaires les plus courantes. Même pour ces catégories, la plupart des répondants sont portés à maintenir le statu quo.

Fait intéressant, les dépenses sont plus susceptibles de diminuer chez les personnes qui consacrent déjà une somme importante au sport. Par exemple, parmi les participants actifs ayant indiqué qu'ils consacraient moins d'argent aux vêtements, les dépenses courantes moyennes s'élevaient à 2 949 \$, contre 2 167 \$ chez ceux qui ont dit qu'ils augmenteraient leurs dépenses pour les vêtements. Cette tendance se répète dans toutes les principales catégories de dépenses. (Voir le graphique 19.)

**Graphique 19**

Dépenses moyennes courantes des participants actifs; avec indication d'une augmentation ou d'une diminution des dépenses suivant les catégories (dollars)



Source : Le Conference Board du Canada, *National Household Survey on Participation in Sport*, décembre 2004.

1 En dollars courants de 2004.

2 Cambridge Econometrics, *The Value of the Sports Economy in England*, Londres, Angleterre, Sport England, juin 2003, p. 4.

3 Sport Industry Research Centre, *The Impact of Achieving Sport England's Target for Making England an Active Nation by 2020*, Sheffield, Angleterre, Sport Industry Research Centre, mai 2004, p. 2–3.

4 M. Taks et S. Kesenne, « The Economic Significance of Sport in Flanders », *Journal of Sport Management*, vol. 14, n° 4 (octobre 2000), p. 342–365. Résumé dans Sport England, *The Value of Sport to Local Authorities*, Londres, Angleterre, Sport England, juin 1999, n° de réf. 901.

5 J. Harvey et M. Saint-Germain, « Sporting Goods Trade, International Division of Labor and the Unequal Hierarchy of Nations », *Sociology of Sport Journal*, vol. 18, n° 2 (juin 2001), p. 231–246. D'autres pays s'approchent de ce niveau. C'est le cas notamment de la Finlande, où les dépenses annuelles pour le sport, en 1999, représentaient 0,9 p. 100 du PIB. Ministère de l'Éducation de la Finlande, *Sports Financing* [en direct]. <[www.minedu.fi/minedu/sports/financing.html](http://www.minedu.fi/minedu/sports/financing.html)>

6 Kel Sanderson et coll., *The Economic Benefits of Sport: A Review*, rapport de recherche n° 3, Hong Kong, Hong Kong Sports Development Board, août 2000, p. 13–15.

7 Cambridge Econometrics, *The Value of the Sports Economy in England*, Londres, Angleterre, Sport England, juin 2003, p. 4. Sheffield City Council et le Core Cities Group, *Memorandum by the Core Cities Group (RRD 10)*, Londres, Angleterre, The United Kingdom Parliament, Select Committee on Office of the Deputy Prime Minister, Housing, Planning, Local Government and the Regions, 31 janvier 2003. <[www.publications.parliament.uk/pa/cm200203/cmselect/cmmodpm/492/492m11.htm](http://www.publications.parliament.uk/pa/cm200203/cmselect/cmmodpm/492/492m11.htm)>

8 Ganesh Nana, Kel Sanderson et Mark Goodchild, *Economic Impact of Sport: Report to Hong Kong Sports Development Board*, Wellington, Nouvelle-Zélande, Business and Economic Research Limited, août 2002, p. 20. <[www.hksi.org.hk/hksdb/html/pdf/research/economicimpactofsportinhk.pdf](http://www.hksi.org.hk/hksdb/html/pdf/research/economicimpactofsportinhk.pdf)>

9 Comité permanent de la Chambre des communes sur le patrimoine canadien, *Le sport au Canada : C'est l'affaire de tous et de toutes — Leadership, partenariat et imputabilité*, Ottawa, Comité permanent de la Chambre des communes sur le patrimoine canadien, décembre 1998. <[www.parl.gc.ca/InfoComDoc/36/1/CHER/Studies/Reports/sinsrp05/04-rep-f.htm#0.2.5FPCNZ.5VKZ96.CAGK3F.72](http://www.parl.gc.ca/InfoComDoc/36/1/CHER/Studies/Reports/sinsrp05/04-rep-f.htm#0.2.5FPCNZ.5VKZ96.CAGK3F.72)>

10 *Ibid.*

# Conclusions

1. La forte culture sportive du Canada fait partie intégrante de la structure sociale du pays. Les gouvernements, les collectivités, les familles et les particuliers ont tous de bonnes raisons de valoriser et d'encourager la participation au sport, comme le confirment les constatations présentées dans ce rapport.
2. Le sport joue un rôle important dans la vie de millions de Canadiens qui tirent une grande satisfaction personnelle de leur pratique du sport. Celui-ci *renforce sensiblement* et de façon très concrète l'économie et la société canadiennes. Il permet de développer des compétences qu'on peut ensuite utiliser pour devenir plus productif au travail. Il renforce la cohésion sociale et le capital humain, des composantes clés du développement et de la prospérité. Pratiqué avec jugement, le sport améliore la santé en favorisant le conditionnement physique.
3. Les gens participent massivement au sport — comme participants actifs, bénévoles et spectateurs —, car ils y trouvent du plaisir et sont convaincus du fait qu'il enrichit leur vie, même si les données quantifiables sur ses effets sont lacunaires. Des preuves qualitatives leur montrent qu'ils ont raison de penser ainsi.
4. Les dépenses totales des Canadiens consacrées au sport s'élèvent à presque 16 milliards de dollars par année, soit environ 2,2 p. 100 des dépenses de consommation et 1,2 p. 100 du PIB en 2004. Le Canada doit au sport environ 2 p. 100 de ses emplois. La proportion des dépenses de consommation consacrées au sport augmente, ce qui explique qu'elles constituent une proportion légèrement plus élevée du PIB aujourd'hui qu'en 1990.
5. La participation au sport n'entraîne pas forcément de croissance économique, mais elle influence les choix de dépense des gens. Si l'activité sportive venait à diminuer, les incidences spécifiques du sport, par exemple le nombre d'emplois dans des entreprises qui tirent leurs revenus de ce secteur, seraient probablement transférées à d'autres secteurs, car les gens dépenseraient leur argent ailleurs. On ne sait donc pas trop quelle serait l'incidence d'une promotion plus active de la participation sportive sur la croissance économique *nette*.
6. Le sport n'est pas la seule voie à suivre pour être en bonne santé. Il y en a d'autres dont les principales *combinent* l'activité physique (sportive et autre), un régime alimentaire sain et l'absence de comportements nocifs comme le tabagisme. On peut avoir un mode de vie sain sans s'adonner activement au sport, à condition de trouver d'autres formes d'activité physique modérée et vigoureuse, comme des loisirs ou un travail actifs.
7. Les chercheurs n'ont pas encore réussi à justifier le sentiment de bien-être physique que les répondants au sondage attribuent au sport par des gains clairs et quantifiés au chapitre de la santé. Ils pourraient y parvenir au moyen de mesures et de méthodes standard de collecte et d'évaluation de résultats sous forme d'impacts, comme une variation du nombre de jours perdus pour cause de maladie tous les ans, ou parmi les avantages, une diminution des dépenses de prestation des soins de santé. On a déjà procédé à des analyses quantitatives des coûts entraînés par l'obésité et un poids supérieur à la moyenne. Ces analyses ont permis d'évaluer les économies importantes qui découleraient de l'amélioration de la forme physique par le sport et d'autres types d'activités.

8. Le sport offre un moyen précieux et important d'acquérir ou de renforcer un large éventail de compétences transférables, importantes dans la vie professionnelle et personnelle. Ainsi, le sport fait partie de la culture de l'apprentissage du Canada et gagnerait à ce que cet aspect de sa nature soit reconnu.
9. Le sport peut aussi s'accompagner de comportements sociaux négatifs qui en atténuent les avantages. On peut citer, par exemple, la consommation de drogues, l'iniquité des juges, le comportement inadéquat de certains parents et participants qui agissent agressivement et encouragent parfois la violence entre les joueurs ainsi que les piètres comportements sociaux de certains athlètes réputés et « modèles sociaux. »
10. La plupart des participants disent que le sport leur procure un mélange de plaisir, de satisfaction, de confiance en soi et de bien-être physique, et ils y accordent beaucoup d'importance. Cet effet jugé positif compte parmi les bienfaits importants du sport sur le plan psychologique. La plupart des gens pensent que la participation au sport améliore leurs compétences, leur sentiment de réalisation et d'appartenance, leur estime de soi et leur assurance. Les participants actifs, en particulier, confèrent au sport des effets d'entraînement sur la société plus large, comme l'amélioration de la santé, le développement d'habiletés et le renforcement de la cohésion sociale.
11. Dans l'ensemble, les répondants au sondage estiment que la participation au sport s'accompagne de retombées sociales *nettes* très positives. Ils considèrent que le sport est un facteur de cohésion dans les familles et qu'il encourage les interactions avec la collectivité au sens large, y compris avec des gens d'origines sociales différentes, même s'ils ne pensent pas que le sport élimine les obstacles économiques.
12. Les avantages apportés sur le plan des compétences et de la santé physique et mentale font généralement des participants au sport des travailleurs plus habiles, plus concentrés et plus motivés. Cet effet accroîtrait la productivité et le rendement au travail. À une échelle suffisamment vaste, il augmenterait le PIB et notre qualité de vie. Cependant, notre sondage n'a pu établir des comparaisons claires entre les participants et les non-participants à cet égard.
13. Malgré la croissance économique et les importantes incidences positives du sport sur la santé, les compétences et la vie sociale, à l'échelle des individus et de la société, la participation des adultes au sport décline graduellement depuis au moins 1992. Ce déclin s'oppose pourtant à la conviction, *parmi les participants*, que le sport leur apporte des avantages appréciables. Compte tenu de la tendance démographique vers le vieillissement de la population, les taux de participation continueront vraisemblablement de diminuer, à moins de mesures en faveur du contraire.
14. Étant donné la valeur qu'apporte le sport à notre économie et à notre société et compte tenu de la diminution graduelle de la participation, le gouvernement a de bonnes raisons de vouloir pousser le sport. Pour y arriver, il doit travailler sur deux plans : grossir le nombre des participants actifs et les amener à participer à une activité sportive ou physique assez fréquemment pour qu'ils atteignent les niveaux recommandés de dépense énergétique du *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine* et profitent en conséquence d'une meilleure santé et des autres avantages connexes.

# Considérations pour l'avenir

Pour la plupart des Canadiens, l'aspect le plus précieux du sport ne réside pas dans la capacité de performer comme un champion. Il leur importe plutôt d'insérer le sport dans un cadre plus vaste, d'établir des liens explicites avec l'activité physique en général et d'intégrer le concept d'une participation à la fois naturelle et structurée à un lot d'objectifs, y compris « [traduction] l'expression ou l'amélioration de la forme physique et du bien-être mental, la formation de relations sociales ou l'obtention de résultats dans des compétitions de tous les niveaux »<sup>1</sup>. Cette approche que préconise la *Charte européenne du sport* du Conseil de l'Europe et qui est au cœur de la vision que souhaite réaliser Sport England pour 2020 profiterait beaucoup plus aux Canadiens qu'une définition plus restreinte qui cloisonnerait le sport par rapport aux autres formes d'activité physique.

À la lumière du large éventail de bénéfices qu'assure le sport au-delà du simple conditionnement physique et de la santé et compte tenu de la baisse de participation sportive, les gouvernements auraient intérêt à envisager de prendre les mesures suivantes :

1. Élaborer une politique du sport qui s'inscrirait dans un cadre stratégique plus vaste englobant la productivité, la santé, la culture, l'éducation, les compétences, l'immigration, les Autochtones et l'expansion du marché du travail. Il faudrait une approche plus globale et mieux intégrée pour que les investissements à venir dans le sport contribuent à renforcer et à multiplier les avantages aux chapitres des compétences, de la santé, de la société et de l'économie dont fait état le présent rapport;
2. Concevoir un plan d'action explicite qui s'accompagnerait de stratégies des loisirs et de l'activité physique, et définir des cibles de rendement qui reconnaîtraient la place du sport dans l'ensemble des efforts visant à améliorer le conditionnement physique et la santé;
3. Créer des liens plus étroits entre les ministères et les organismes gouvernementaux chargés du sport et de la santé afin de favoriser une planification intégrée en vue de la réalisation d'objectifs communs;
4. Intégrer aux mesures du rendement à moyen et long termes de la politique du sport et des programmes des objectifs d'économie au titre des soins de santé;
5. Trouver les messages les plus puissants, y compris les avantages à tirer, afin d'encourager un plus grand nombre de personnes à s'adonner au sport et les diffuser largement aux publics ciblés. Les questions que soulève une plus grande participation au sport sont complexes et pourraient bien exiger des gouvernements qu'ils adoptent une approche globale du marketing social;
6. Stimuler, par des mesures d'encouragement, l'investissement et l'engagement personnels et communautaires dans le sport, et trouver les outils stratégiques et les programmes les plus efficaces pour que cet investissement et cet engagement apportent des résultats bénéfiques dont tous profiteraient et qui permettraient d'éliminer les obstacles à la participation;
7. Financer davantage la recherche pour se doter des connaissances solides dont on a besoin pour définir les orientations stratégiques et les priorités des programmes. Les deux catégories principales de recherches suivantes aideraient :
  - *La recherche longitudinale sur la nature et la portée des effets du sport sur la santé, les compétences, la cohésion sociale et l'économie.* Les études longitudinales en ce sens consisteraient à suivre des groupes et des personnes dans leur vie sportive et feraient le lien avec les expériences vécues dans le milieu de l'éducation, du marché



du travail, de la vie familiale et de la santé au cours d'une longue période. Elles permettraient ainsi d'arriver à une meilleure compréhension des effets du sport sur les personnes, les collectivités et le pays;

- *La recherche qui nous permettrait de mieux comprendre comment le sport agit sur la santé, la cohésion sociale, les compétences et le rendement économique.* Des études plus poussées permettraient de détailler les conséquences du sport et donc de mieux cibler les programmes et les politiques. Ces mesures pourraient entraîner des économies dans des domaines aussi variés que la santé, les soutiens au marché du travail, la justice et les affaires autochtones<sup>2</sup>.

Pour finir, on ne peut espérer réussir sans miser sur une vaste collaboration. Pour ramener la participation à ce qu'elle était en 1990 ou la rehausser encore davantage, il faut compter sur l'engagement des gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux, des municipalités, des collectivités, des éducateurs, des professionnels des soins de santé et des groupes représentant les sous-représentés en sport, de même que des organismes qui s'occupent d'organiser, de surveiller et de soutenir la pratique du sport partout au Canada. Le processus d'engagement lui-même exige des investissements au même titre que les efforts pour renforcer notre capacité d'offrir aux Canadiens des occasions de pratiquer le sport. En revanche, les récompenses sont très prometteuses.

---

1 Conseil de l'Europe, *Charte européenne du sport (révisée)*, Bruxelles (Belgique), Conseil de l'Europe, 2001. Citée dans *The Framework for Sport in England—Making England an Active and Successful Sporting Nation: A Vision for 2020*, Londres (Angleterre), Sport England, 2004, p. 2.

2 Par exemple, une recherche qui nous renseignerait davantage sur la façon dont les programmes sportifs peuvent augmenter le rendement scolaire et faciliter l'adaptation sociale d'élèves après leurs études secondaires, améliorer la santé physiologique et psychologique, favoriser le développement des familles et des collectivités, réduire la criminalité et dynamiser les économies des villes canadiennes fournirait une base empirique pour orienter les investissements dans les politiques et les programmes. Voir Susan E. Vail, *Promoting the Benefits of Sport: A Collection of Peer-Reviewed Journal Articles and Reports*. Préparé pour le Comité fédéral-provincial-territorial du sport (n.p. : Vail and Associates, 25 janvier 2005), groupe de travail n° 6, p. 3.

# Méthode de recherche

**L**a méthode choisie pour mener à bien cette étude repose largement sur le *Sport Participation Impact Analysis Household Survey*, un sondage national effectué au téléphone et basé sur un questionnaire. Représentatif, celui-ci fait état de l'opinion d'adultes canadiens (âgés de 16 ans ou plus) au sujet de leur propre participation sportive et de celle de leur ménage ainsi que de leur incidence. Il a été réalisé par la société R.A. Malatest & Associates ltée pour le compte du Conference Board du Canada, en novembre et en décembre 2004, après un essai sur le terrain visant à parfaire le matériel d'enquête. Les résultats du sondage ont été extrapolés pour la totalité de la population canadienne au moyen de techniques statistiques largement acceptées. Cette annexe présente les motifs qui ont présidé au choix de cette méthode et fournit des détails techniques sur les conclusions du sondage.

### JUSTIFICATION DE NOTRE CHOIX

Notre analyse de la littérature a mis en relief la rareté des données originales récentes sur la participation sportive au Canada. La littérature universitaire est plutôt abondante en ce qui a trait aux avantages de l'activité physique pour la santé, à l'incidence de la participation sportive sur la cohésion sociale et aux liens à établir entre le sport et l'économie. Cependant, une part importante de cette littérature est fondamentalement hypothétique ou théorique à cause du manque de données directes sur la participation sportive. C'est la raison pour laquelle cette étude, nous semble-t-il, pourrait contribuer de façon importante à la recherche en fournissant des micro-données récentes et uniques sur la nature et les caractéristiques de la participation sportive ainsi que sur les attitudes des participants au sport.

La réalisation d'un sondage auprès des ménages est le meilleur moyen de générer des micro-données originales de ce type. Fondée sur la théorie de la probabilité, la méthode d'enquête aléatoire auprès des ménages permet de tirer des conclusions valables au sujet de la population générale à partir d'un échantillon de population relativement petit. Il est en outre possible de mesurer l'exactitude des conclusions à l'aide de limites de tolérance statistiques.

### SOURCES D'ERREUR

Les sondages auprès des ménages comme celui utilisé dans cette étude peuvent donner lieu à deux principaux types d'erreurs : l'erreur d'échantillonnage et les biais.

L'erreur d'échantillonnage résulte de la sélection aléatoire d'un nombre de personnes relativement restreint pour établir des conclusions touchant la population entière. Elle est inversement proportionnelle à la taille de l'échantillon. Ainsi, les conclusions sont plus sûres lorsqu'elles s'appuient sur un échantillon entier. Afin de limiter les risques d'erreur, nous avons utilisé un large échantillon. Nous avons sondé 2 408 ménages à l'échelle nationale au sujet de la participation sportive, pour ensuite trouver 1 322 participants actifs eux-mêmes ou intervenant comme bénévoles ou spectateurs. Cette incidence de la participation sportive, à 54,9 p. 100, présente une marge d'erreur de +/- 2 p. 100, 19 fois sur 20. Nous avons plusieurs fois précisé les données en fonction des sous-groupes de l'échantillon, d'où la marge d'erreur un peu plus élevée dans le cas des sous-groupes cernés.

Une autre source d'erreur possible réside dans les biais. Les biais se manifestent de trois façons : dans la méthode d'échantillonnage, dans le choix des répondants ou dans les réponses. Nous avons opté pour une méthode conçue pour éviter le plus possible de tels biais; selon nous, ceux-ci exercent une incidence négligeable sur nos conclusions.

La méthode d'échantillonnage que nous avons utilisée s'appuyait sur une enquête téléphonique à composition aléatoire à l'aide du logiciel DASH (manipulation de données et de sondages). Le réseau téléphonique couvre presque la totalité des ménages canadiens. Le logiciel DASH est couramment utilisé partout au Canada par une trentaine de sociétés d'études de marché au profit de plus de 800 utilisateurs. Ce programme permet aux sociétés d'élaborer des procédés de randomisation pour réduire les risques de biais dans l'échantillonnage. Afin d'éviter les biais de non-réponse, le logiciel DASH est programmé de façon à effectuer plusieurs rappels. Par ailleurs, la société d'études de marché a mis à notre service un personnel multilingue pour veiller à ce que les biais linguistiques ne perturbent pas le sondage. Nos données relatives aux répondants correspondent aux caractéristiques démographiques globales du Canada, et nous nous permettons d'en déduire que les biais de non-réponse sont minimes<sup>1</sup>.

À notre sens, un sondage comme celui utilisé dans cette étude ne s'expose pas à un nombre élevé de biais dans les réponses. Il est plus probable de voir ceux-ci apparaître dans les sondages sur des questions confidentielles, comme la consommation de drogues ou le comportement sexuel, ou sur des questions à l'égard desquelles les répondants n'ont aucune source de connaissance directe ou

immédiate, comme les motifs ou les buts des dirigeants d'autres pays en matière de politique étrangère. Lorsque les répondants ont à s'exprimer sur des questions sur lesquelles ils possèdent une connaissance directe ou immédiate (ou une « croyance justifiée »), comme leur état émotionnel, leurs qualités personnelles ou leurs aptitudes et attitudes, ils sont beaucoup mieux positionnés pour fournir des réponses fiables. Selon nous, les répondants de notre étude étaient bien placés pour répondre aux questions traitant de leur participation sportive, de leur santé, de leurs dépenses et du rôle que, à leurs yeux, le sport joue dans la collectivité. Il va de soi que les réponses obtenues au sous-ensemble de questions sur les attitudes ne correspondent pas nécessairement aux faits, mais ils reflètent précisément les faits que les gens considèrent comme étant vrais, *de leur point de vue*. En outre, la mesure dans laquelle les attitudes des participants au sport se distinguent de celles des non-participants témoigne réellement des différentes attitudes entre ces sous-groupes, par opposition aux biais.

## BASE D'ÉCHANTILLONNAGE

La base d'échantillonnage couvre les ménages de l'ensemble du Canada. Un premier échantillon a été obtenu à partir de répertoires commerciaux à l'aide d'un système d'appel aléatoire. On a ensuite ajusté la base d'échantillonnage pour garantir une représentation adéquate des différentes régions du Canada.

## ENREGISTREMENT DES APPELS

Voir le tableau 14 qui indique les appels enregistrés à la fin de notre étude.

**Tableau 14**

Tels étaient les appels enregistrés à la fin de notre étude

**RÉPONSES TOTALES 2 408****A. Nombre de numéros composés au total Nombre**

Appels enregistrés au total	13 026
Signaux de numéros non utilisés au total	0
Quota atteint – aucun numéro composé	0
<b>Nombre de numéros composés au total (échantillon net possible)</b>	<b>13 026</b>

**B. Nombre de numéros admissibles au total Nombre**

Numéros changés ou sans service	2 187
Ligne d'affaires/télécopieur/cellulaire/modem d'ordinateur	736
Numéro de téléphone à problème	0
Appel bloqué	12
Quota atteint	401
Numéros répétés ou répondants inadmissibles	56
<i>Nombre de numéros non valides au total</i>	<i>3 392</i>
<b>Nombre de numéros admissibles au total (échantillon net possible moins le nombre de numéros non valides)</b>	<b>9 634</b>

**C. Nombre de demandes effectuées au total Nombre**

Rappels :	
Entente pour une heure fixe	50
Sans entente pour une heure précise	198
Réponse inachevée	0
Aucune réponse	479
Répondeur	1 380
Ligne occupée	32
Problème linguistique (rappel par une personne parlant la même langue)	271
Autre problème	58
<i>Nombre de personnes non jointes au total</i>	<i>2 468</i>
<b>Nombre de demandes effectuées au total (numéros admissibles au total moins le nombre de personnes non jointes au total)</b>	<b>7 166</b>

**D. Refus Nombre**

Refus au début de la communication	4 709
Refus au milieu de la communication	49
<b>Nombre de refus au total</b>	<b>4 758</b>

**E. Répondants coopératifs**

(nombre de demandes effectuées au total moins les refus)

**Nombre**

Participants ayant répondu à toutes les questions	1 502
Non-participants ayant répondu à toutes les questions	504
Non-participants n'ayant pas répondu à toutes les questions	402
<b>Nombre de répondants coopératifs au total (échantillon)</b>	<b>2 408</b>

**F. Interviews terminées (participants et non-participants)****Catégorie Nombre**

Répondants participant personnellement au sport qui ont répondu à toutes les questions du sondage en leur nom et parfois pour d'autres personnes de leur ménage qui sont des participants sportifs.	1 322
Répondants ne participant <i>pas</i> personnellement au sport qui ont répondu à toutes les questions du sondage pour d'autres personnes de leur ménage qui sont des participants sportifs.	180

**Nombre d'interviews terminées au total par des participants 1 502**

Répondants ne participant pas au sport qui ont répondu à des questions conçues pour les non-participants. Ces questions ont permis de comparer les caractéristiques des participants et des non-participants.

En raison de la limite fixée à 504 répondants dans le groupe des non-participants, le taux d'incidence des non-participants ne peut être calculé de façon à atteindre un niveau d'exactitude appréciable.

**Nombre d'interviews terminées au total par des non-participants 504****NOMBRE D'INTERVIEWS TERMINÉES AU TOTAL 2 006**

1 Notre taux de réponse est comparable à celui obtenu dans le cadre du programme de données repères sur l'activité physique de l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie (ICRCPMV) et, plus particulièrement, à celui du Sondage indicateur de l'activité physique en 2002, pour lequel on a utilisé l'interview téléphonique assistée par ordinateur (ITAO) afin de sélectionner des numéros à composer de façon aléatoire à partir d'échanges téléphoniques basés sur les ménages et proportionnels à la population des provinces et des territoires. L'étude de l'ICRCPMV a aussi permis d'ajuster le poids d'échantillonnage par stratification *a posteriori* pour tenir compte des plus récentes distributions du Recensement en fonction de l'âge et du sexe. Cette étude ne prévoyait pas un tel ajustement pour refléter l'âge et le sexe.

Les chercheurs du *Sondage indicateur de l'activité physique en 2002* de l'ICRCPMV ont sondé 5 303 Canadiens adultes, âgés de 15 ans ou plus. Leur taux de réponse global a été de 51 p. 100. Les chercheurs du Conference Board ont communiqué avec 7 166 ménages et ont procédé à 2 408 entrevues complètes avec des participants et des non-participants sportifs (pour un taux de réponse de 33,6 p. 100). Après un ajustement en fonction des non-participants de notre échantillon composé de 2 408 répondants, nous avons obtenu de 1 322 personnes participant personnellement au sport qu'elles remplissent notre sondage, pour un taux de réponse de 54,9 p. 100.

**Le Conference Board du Canada**

255, chemin Smyth  
Ottawa (Ontario) K1H 8M7 Canada  
*Tél.* 1-866-711-2262  
*Téloc.* (613) 526-4857  
[www.conferenceboard.ca](http://www.conferenceboard.ca)

**The Conference Board, Inc.**

845 Third Avenue, New York, N.Y.  
10022-6679 U.S.A.  
*Tél.* (212) 759-0900  
*Téloc.* (212) 980-7014  
[www.conference-board.org](http://www.conference-board.org)

**The Conference Board Europe**

Chaussée de La Hulpe 130, boîte 11  
B-1000 Bruxelles, Belgique  
*Tél.* +32 2 675 54 05  
*Téloc.* +32 2 675 03 95

**The Conference Board Asia-Pacific**

2802 Admiralty Centre, Tower 1  
18 Harcourt Road, Admiralty  
Hong Kong SAR  
*Tél.* +852 2511 1630  
*Téloc.* +852 2869 1403

Version électronique : gratuite • Version imprimée : 35 \$  
Publication 036-06

Le Conference Board du Canada  
**Pour y voir clair**



255, chemin Smyth, Ottawa (Ontario) K1H 8M7 Canada  
Tél. (613) 526-3280 • Téléc. (613) 526-4857 • Ligne-info 1-866-711-2262

[www.conferenceboard.ca](http://www.conferenceboard.ca)