

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

LES CONNAISSANCES DU GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN CHEZ LES ÉLÈVES  
DE 4<sup>IÈME</sup> ANNÉE DU PRIMAIRE.

MÉMOIRE  
PRÉSENTÉ  
COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DE LA MAÎTRISE EN KINANTHROPOLOGIE

PAR

MARIE-JOSÉE SENEZ

MARS 2009

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL  
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de ce mémoire se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.01-2006). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

## REMERCIEMENTS

Je dédie ce mémoire à mon oncle Michel. Depuis mon enfance, tu m'encourageais sans cesse dans mes études et tu m'as surtout appris à persévérer. Tu venais à peine de terminer ton propre mémoire que nous avons appris que tu avais un cancer. Pendant nos longues discussions à l'hôpital, je me souviens t'avoir promis de terminer le mien. Chose faite aujourd'hui, j'ai tenu ma promesse. Merci pour tes encouragements et je sais que tu es fier de moi la-haut. Merci d'avoir cru en moi et de toujours m'avoir poussé à aller plus loin. En ce jour, cette tâche est maintenant terminée et je suis fier de l'avoir accomplie.

Merci à Émilie Kalinova, professeure au département de Kinanthropologie de l'Université du Québec à Montréal et ma directrice de Maîtrise, pour ses suggestions, son support inconditionnel et surtout pour ses judicieux conseils tout au long de ma maîtrise, elle fut à mes côtés et toujours prête à m'aider. Elle m'a souvent donné des outils et des guides afin de m'en aller dans la bonne direction. Je lui en suis très reconnaissante.

Merci à Gilles Harvey, professeur et directeur du module d'intervention en activité physique, département de Kinanthropologie de l'Université du Québec à Montréal, membre interne de mon mémoire, pour son appui, sa riche expérience et sa disponibilité.

Merci à Cécilia Borges, responsable de programme du Baccalauréat en éducation physique et santé, Faculté des sciences de l'éducation de l'Université de Montréal, membre externe pour mon mémoire, pour ses précieux conseils et ses commentaires constructifs qui m'ont permis de mener à terme ce projet.

Un merci spécial à Jean Boucher, professeur et directeur de l'Institut Santé et Société pour l'Université du Québec à Montréal, pour son aide précieuse et sa pensée critique.

Je tiens également à remercier les enseignants qui m'ont permis de réaliser mon étude, entre autre, un merci très sincère à Bruno Lecompte, collègue et ami, qui a su, dans les moments les plus difficiles, me soutenir et m'encourager.

Merci également à mon conjoint, Alexandre, pour son appui, son soutien, sa patience, son aide et surtout m'avoir aidé à garder ma motivation pour ce qui me tenait à cœur.

Merci à ma famille pour leur soutien et leurs encouragements.

À mes amis qui ont su me soutenir dans les moments les plus difficiles afin que je persévère et pour leur bon coup de main et leur patience, je dis merci à Caroline, Vincent, Marc, Clément et à tous ceux qui de près ou de loin ont été impliqué dans ma recherche.

## TABLE DES MATIÈRES

	PAGE
Liste des tableaux .....	vii
Liste des figures .....	xv
Résumé .....	xvii
Introduction.....	1
Chapitre I	
1. PROBLÉMATIQUE.....	3
1.1. Contexte social et scolaire.....	3
1.2. Éléments de solution.....	4
1.3. L'implication du gouvernement .....	5
1.4. La stratégie pancanadienne sur la santé .....	9
1.5. Dans le cadre scolaire .....	11
1.6. Les mesures qui touchent la réforme des programmes .....	12
1.7. L'apparition de la Compétence 3 : Adopter un mode de vie sain et actif .....	13
1.8. L'éducation physique et à la santé et ses visées .....	15
1.9. L'alimentation .....	17
1.10. Question de recherche et justification.....	21
1.10.1. Justification.....	21
1.11. Hypothèses de recherche .....	22
Chapitre II	
2. CADRE THÉORIQUE.....	23
2.1. Définitions de la santé .....	24
2.2. Les déterminants de la santé .....	25
2.3. Prévention de la santé .....	27
2.4. Promotion de la santé.....	28
2.5. Éducation à la santé .....	31
2.6. La santé globale dans les écoles .....	36
2.7. Le guide alimentaire canadien .....	36

	PAGE
2.8. Les habitudes alimentaires .....	38
2.9. La modification de comportement .....	44
 Chapitre III	
3. MÉTHODOLOGIE.....	53
3.1. Démarche de l'étude .....	53
3.2. Instrument de mesure et procédures.....	53
3.2.1. L'instrument de mesure .....	53
3.2.2. Passation du questionnaire.....	57
3.3. Participants .....	58
3.4. Procédures d'analyse.....	58
3.4.1. Variables et type d'analyse .....	58
3.4.2. Portée du projet .....	60
3.4.3. Les limites.....	60
 Chapitre IV	
4. LES RÉSULTATS.....	62
4.1. La description de l'échantillon .....	62
4.2. Les groupements.....	66
4.3. Les réponses aux questions 2 à 23 .....	71
4.4. Pourcentage de réussite des questions pour l'échantillon total en ce qui concerne les questions 2 à 23 .....	100
4.5. Pourcentage de réussite de chaque question en ce qui concerne les questions 2 à 23 .....	102
4.6. Pourcentage de réussite des questions en fonction du sexe pour les questions 2 à 23.....	197
4.6.1. En ce qui concerne les filles.....	197
4.6.2. En ce qui concerne les garçons .....	199
4.7. Pourcentage de réussite des questions en fonction de l'âge pour les questions 2 à 23 .....	201

	PAGE
4.7.1. En fonction des 9 ans.....	201
4.7.2. En fonction des 10 ans.....	203
4.8. Question 1 .....	205
4.8.1. Tableaux d'analyse de la question 1.....	206
4.8.2. Question 1 selon le sexe et l'âge .....	211
4.9. Question 24 .....	213
4.9.1. Réponses de la question 24.....	214
 Chapitre V	
5. DISCUSSION .....	217
5.1. Validation des hypothèses de recherche.....	217
5.2. Les résultats.....	218
5.2.1. Taux de réussite .....	218
5.2.2. Sources d'information .....	219
5.3. Alimentation et éducation .....	219
 Conclusion.....	 222
 Bibliographie .....	 223
Liste des annexes .....	230

## LISTE DES TABLEAUX

	PAGE
4.1 Répartition des élèves selon le sexe et sans/avec information .....	63
4.2 Répartition des élèves selon l'âge et le sexe .....	64
4.3 Répartition des 9 ans selon le sexe et sans/avec information .....	65
4.4 Répartition des 10 ans selon le sexe et sans/avec information .....	65
4.5 Moyennes des différents groupements .....	66
4.6 Test-T des groupements .....	68
4.7 Analyse de la variance : Variable dépendante = Somme_Questions .....	69
4.8 Analyse de la variance : Variable dépendante = Somme_Portions .....	70
4.9 Analyse de la variance : Variable dépendante = Somme_Groupes .....	70
4.10 Analyse de la variance : Variable dépendante = Somme_Habitudes .....	71
4.11 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 2 .....	72
4.12 Test du Chi-deux de la question 2 .....	72
4.13 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 3 .....	73
4.14 Test du Chi-deux de la question 3 .....	74
4.15 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 4 .....	74
4.16 Test du Chi-deux de la question 4 .....	75
4.17 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 5 .....	76
4.18 Test du Chi-deux de la question 5 .....	76
4.19 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 6 .....	77
4.20 Test du Chi-deux de la question 6 .....	78
4.21 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 7 .....	78
4.22 Test du Chi-deux de la question 7 .....	79



	PAGE
4.23 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 8 .....	80
4.24 Test du Chi-deux de la question 8 .....	80
4.25 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 9 .....	81
4.26 Test du Chi-deux de la question 9 .....	82
4.27 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 10 .....	82
4.28 Test du Chi-deux de la question 10 .....	83
4.29 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 11.....	84
4.30 Test du Chi-deux de la question 11 .....	84
4.31 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 12 .....	85
4.32 Test du Chi-deux de la question 12 .....	86
4.33 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 13 .....	86
4.34 Test du Chi-deux de la question 13 .....	87
4.35 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 14 .....	88
4.36 Test du Chi-deux de la question 14 .....	88
4.37 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 15.....	89
4.38 Test du Chi-deux de la question 15 .....	89
4.39 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 16 .....	90
4.40 Test du Chi-deux de la question 16 .....	91
4.41 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 17 .....	91
4.42 Test du Chi-deux de la question 17 .....	92
4.43 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 18.....	93
4.44 Test du Chi-deux de la question 18 .....	93

	PAGE
4.45 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 19 .....	94
4.46 Test du Chi-deux de la question 19 .....	95
4.47 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 20 .....	95
4.48 Test du Chi-deux de la question 20 .....	96
4.49 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 21 .....	97
4.50 Test du Chi-deux de la question 21 .....	97
4.51 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 22.....	98
4.52 Test du Chi-deux de la question 22 .....	98
4.53 Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 23.....	99
4.54 Test du Chi-deux de la question 23 .....	100
4.55 Proportions de réussite des questions de tous les répondants .....	101
4.56 Réponses données par les élèves à la question 2.....	103
4.57 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 2 .....	105
4.58 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 2 .....	107
4.59 Réponses données par les élèves à la question 3 .....	108
4.60 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 3.....	110
4.61 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 3.....	112
4.62 Réponses données par les élèves à la question 4 .....	113
4.63 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 4.....	115

	PAGE
4.64 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 4 .....	116
4.65 Réponses données par les élèves à la question 5 .....	117
4.66 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse.....	119
4.67 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 5.....	120
4.68 Réponses données par les élèves à la question 6 .....	121
4.69 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse.....	123
4.70 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 6.....	124
4.71 Réponses données par les élèves à la question 7 .....	125
4.72 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 7.....	127
4.73 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 7.....	128
4.74 Réponses données par les élèves à la question 8 .....	129
4.75 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse.....	131
4.76 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 8.....	132
4.77 Réponses données par les élèves à la question 9 .....	133
4.78 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 9.....	135
4.79 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 9.....	137

	PAGE
4.80 Réponses données par les élèves à la question 10 .....	138
4.81 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse.....	139
4.82 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 10 .....	140
4.83 Réponses données par les élèves à la question 11 .....	141
4.84 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse.....	143
4.85 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 11 .....	145
4.86 Réponses données par les élèves à la question 12 .....	146
4.87 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse.....	148
4.88 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 12.....	149
4.89 Réponses données par les élèves à la question 13 .....	150
4.90 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 13.....	152
4.91 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 13 .....	153
4.92 Réponses données par les élèves à la question 14 .....	154
4.93 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 14.....	156
4.94 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 14.....	157
4.95 Réponses données par les élèves à la question 15 .....	158
4.96 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse .....	160

	PAGE
4.97 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 15 .....	162
4.98 Réponses données par les élèves à la question 16 .....	163
4.99 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 16.....	165
4.100 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 16.....	166
4.101 Réponses données par les élèves à la question 17 .....	167
4.102 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 17.....	169
4.103 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 17.....	171
4.104 Réponses données par les élèves à la question 18 .....	172
4.105 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 18.....	174
4.106 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 18.....	176
4.107 Réponses données par les élèves à la question 19 .....	177
4.108 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 19.....	179
4.109 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 19.....	180
4.110 Réponses données par les élèves à la question 20 .....	181
4.111 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 20.....	183
4.112 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 20.....	185

	PAGE
4.113 Réponses données par les élèves à la question 21 .....	186
4.114 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse.....	187
4.115 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 21 .....	189
4.116 Réponses données par les élèves à la question 22 .....	190
4.117 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 22.....	191
4.118 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 22 .....	192
4.119 Réponses données par les élèves à la question 23 .....	193
4.120 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 23.....	195
4.121 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 23 .....	196
4.122 Proportions de réussite des questions chez les filles.....	198
4.123 Proportions de réussite des questions chez les garçons.....	200
4.124 Proportions de réussite des questions chez les 9 ans .....	202
4.125 Proportions de réussite des questions chez les 10 ans.....	204
4.126 Nombre de bonnes réponses des répondants selon sans/avec information pour la question 1 .....	206
4.127 Test du Chi-deux pour la question 1 .....	207
4.128 Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 1 .....	209
4.129 Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 1 .....	210

	PAGE
4.130 Test du Chi-deux de la question 1 chez les filles.....	211
4.131 Test du Chi-deux de la question 1 chez les garçons .....	212
4.132 Test du Chi-deux de la question 1 en ce qui concerne les 9 ans.....	212
4.133 Test du Chi-deux de la question 1 en ce qui concerne les 10 ans.....	213
4.134 Test du Chi-deux à la question 24 .....	214
4.135 Choix des répondants à la question 24 selon sans/avec information .....	215

## LISTE DES FIGURES

	PAGE
Figure 1.1 : Cadre stratégique pancanadien intégré pour les modes de vie sains (CCSPSS, 2005).....	11
Figure 1.2 : Composantes de la compétence « Adopter un mode de vie sain et actif » (MEQ, 2001) .....	14
Figure 2.1 : Schéma représentant les croyances, les attitudes, les intentions et les comportements (tiré de Fishbein et Ajzen, 1975, p. 15) .....	46
Figure 4.1 : Réponses données par les élèves à la question 2.....	104
Figure 4.2 : Réponses données par les élèves à la question 3.....	109
Figure 4.3 : Réponses données par les élèves à la question 4.....	114
Figure 4.4 : Réponses données par les élèves à la question 5.....	118
Figure 4.5 : Réponses données par les élèves à la question 6.....	122
Figure 4.6 : Réponses données par les élèves à la question 7.....	126
Figure 4.7 : Réponses données par les élèves à la question 8.....	130
Figure 4.8 : Réponses données par les élèves à la question 9.....	134
Figure 4.9 : Réponses données par les élèves à la question 10.....	138
Figure 4.10 : Réponses données par les élèves à la question 11 .....	142
Figure 4.11 : Réponses données par les élèves à la question 12 .....	147
Figure 4.12 : Réponses données par les élèves à la question 13 .....	151
Figure 4.13 : Réponses données par les élèves à la question 14.....	155
Figure 4.14 : Réponses données par les élèves à la question 15 .....	159
Figure 4.15 : Réponses données par les élèves à la question 16 .....	164
Figure 4.16 : Réponses données par les élèves à la question 17 .....	168
Figure 4.17 : Réponses données par les élèves à la question 18.....	173



	PAGE
Figure 4.18 : Réponses données par les élèves à la question 19 .....	178
Figure 4.19 : Réponses données par les élèves à la question 20 .....	182
Figure 4.20 : Réponses données par les élèves à la question 21 .....	186
Figure 4.21 : Réponses données par les élèves à la question 22 .....	190
Figure 4.22 : Réponses données par les élèves à la question 23 .....	194
Figure 4.23 : Nombre de bonnes réponses de la question 1 selon sans/avec information.....	208

## RÉSUMÉ

La santé des jeunes d'aujourd'hui laisse de plus en plus à désirer. Les jeunes sont de plus en plus obèses et sédentaires. Ils risquent d'avoir des maladies cardio-vasculaires très tôt s'ils ne modifient pas leurs habitudes. La télévision, les jeux vidéo et l'ordinateur ont des impacts importants sur le nombre d'heures que les jeunes passent assis.

Cependant, la modification de comportement comporte plusieurs étapes importantes. Le simple fait de savoir ne suffit pas pour décider de modifier un comportement. Il faut d'autres facteurs qui vont influencer la décision d'un individu à modifier son comportement. Par contre, même si le simple fait de connaître n'amène pas l'individu à changer, il est important d'avoir des connaissances sur le sujet. Il s'agit d'un facteur prédisposant pour la modification de comportement.

Somme toute, ma recherche porte donc sur la vérification des connaissances chez les jeunes de 4<sup>ème</sup> année du primaire sur le guide alimentaire canadien. Par l'entremise d'un questionnaire, je veux vérifier les connaissances sur les habitudes alimentaires véhiculées par le guide alimentaire canadien. La section résultat compare majoritairement deux groupes. Tout d'abord, elle compare les connaissances des élèves qui ont eu de l'information sur le guide alimentaire canadien par l'entremise de l'enseignant d'éducation physique. Par la suite, vérifier les connaissances de ceux qui n'ont pas eu d'information sur le guide alimentaire canadien par l'enseignant d'éducation physique.

D'ailleurs, cette recherche tombe à point car le gouvernement vient de mettre en place une nouvelle politique de la saine alimentation dans les écoles. Mais le gouvernement n'est pas le seul qui agit sur la santé des jeunes. Il doit également compter sur l'appui de l'école, de la communauté mais également de la famille.

Toutefois, cette nouvelle politique arrive sans avoir modifié les conditions dans les écoles. Que ce soit par la prévention, la promotion ou l'éducation, on doit parler d'alimentation aux jeunes et ce, le plus tôt possible afin que ceux-ci adoptent de saines habitudes alimentaires.

Finalement, le gouvernement a remis le mandat de parler d'alimentation à l'équipe-école par l'entremise des domaines généraux de formation. Cependant, aucun membre du personnel ne s'en charge officiellement. L'enseignant d'éducation physique devrait avoir ce mandat puisqu'il interagit avec les jeunes sur plusieurs années. Cela devrait faire partie intégrante de la compétence 3 en éducation physique et à la santé : «Adopter un mode de vie sain et actif».

Mots-clés : connaissances, élèves du primaire et guide alimentaire canadien.

## Introduction

Je travaille dans des milieux défavorisés depuis près de cinq ans et j'ai remarqué que la santé des jeunes laisse de plus en plus à désirer. Je suis convaincue que peu importe l'environnement où l'on vit, on peut arriver à bien se nourrir, faire de l'activité physique, apprendre à gérer son stress ou tout simplement trouver la motivation nécessaire pour arriver à obtenir les résultats que l'on souhaite atteindre. Le statut socio-économique est un facteur majeur de la mauvaise alimentation, mais il n'est pas le seul (Santé Canada, 1999). L'école, la famille et la communauté doivent s'impliquer pour aider les jeunes. Donc, pour cette raison, j'ai décidé de vérifier les connaissances sur l'alimentation, au niveau du guide alimentaire canadien, auprès des élèves. Finalement, je crois, qu'en tant qu'enseignante d'éducation physique et à la santé, je peux avoir un impact directement sur les jeunes afin de les motiver à adopter de saines habitudes de vie ou de les initier à prendre conscience des conséquences de leurs choix alimentaires.

Nicole Renaud (2004) m'a grandement inspirée pour ma recherche puisqu'elle a fait une étude portant sur les liens entre l'alimentation et le comportement chez les enfants âgés de 10 à 13 ans. L'alimentation a un impact sur le comportement des enfants mais qu'en est-il de l'alimentation au juste? C'est donc ce qui m'a poussé à prendre cette voie dans le cadre de ma maîtrise. L'importance que l'on accorde à la santé est grande mais est-ce que l'on travaille bien à la source de certains problèmes reliés à l'alimentation?

En tant qu'enseignante d'éducation physique et à la santé, je trouve important de parler de l'alimentation auprès des jeunes même s'il ne fait pas parti des savoirs essentiels de l'éducation physique car le guide alimentaire canadien stipule clairement que pour être en bonne santé, il ne faut pas que bien manger. Il faut également être actif. Le gymnase est donc un excellent moyen d'intégrer ces éléments car nous parlons déjà de l'activité physique.

La publicité a également un grand impact chez les jeunes d'aujourd'hui. On peut simplement penser aux « têtes à claque », un phénomène qui a eu sa part de succès sur internet. Plusieurs jeunes ont voulu goûter aux fameux pop tarts parce qu'ils sont populaires.

De plus, lorsque l'on donne de l'information aux jeunes, ils peuvent en faire ce qu'ils désirent par la suite. Le milieu familial influence le choix des jeunes. Par contre, même si l'information ne provient pas de l'école, les élèves ont plusieurs informations sur l'alimentation qui peut provenir du milieu familial, de l'école ou par les pairs. Tout d'abord, il sera question de la problématique dans le premier chapitre. Par la suite, le cadre théorique sera abordé, ainsi que la méthodologie au chapitre trois. De plus, dans le chapitre quatre, les résultats seront présentés et pour le chapitre cinq il sera question de la discussion de la recherche. Cette recherche veut donc dans un premier temps, vérifier les connaissances des élèves sur le guide alimentaire canadien et les saines habitudes alimentaires mais également, dans un deuxième temps, vérifier l'endroit où ils ont appris ces informations sur l'alimentation.

# Chapitre I

## 1. Problématique

### 1.1. Contexte social et scolaire

Plusieurs recherches dont celles citées par Kino-Québec (2000) et le Ministère de la santé et des services sociaux (2006) parlent d'un problème majeur de santé chez les jeunes, notamment l'augmentation de la sédentarité et de l'obésité. On retrouve dans les écoles davantage de problèmes de santé. En effet, il y a 25 % des enfants qui sont obèses et cette proportion est à la hausse (Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, 1998). Que ce soit l'obésité, la violence, le tabagisme, la pauvreté ou l'inactivité physique, tous ces aspects ont un impact sur la santé de nos jeunes (Association canadienne pour la santé, l'éducation physique, le loisir et la danse, 1999).

De nos jours, les jeunes sont beaucoup moins actifs. La pratique de l'activité physique est donc en déclin (Direction de la santé publique, 2002). Pour expliquer cette situation, la direction de la santé publique stipule que l'arrivée massive de l'ordinateur et des jeux vidéos sont en parties responsables de cette situation (Direction de la santé publique, 2002).

La mauvaise alimentation et les périodes de temps allouées aux émissions de télévision ou d'ordinateur sont des précurseurs d'embonpoint et de la détérioration des apprentissages scolaires (Ministère de la santé et des services sociaux, 2006).

À cet effet, l'alimentation joue également une part importante dans le développement de l'enfant. En fait, plusieurs facteurs peuvent être reliés aux problèmes de l'alimentation. Santé Canada (1997) mentionne que des mauvaises habitudes alimentaires et des images corporelles négatives contribuent aux différentes complications reliées à l'alimentation.

Il est à noter qu'il y a également une diminution marquée de la pratique d'activité physique chez les jeunes et on observe l'apparition de certains comportements pouvant être nocifs pour

la santé. Cette constatation est plutôt inquiétante lorsque l'on parle de régime ou d'omettre des repas pour perdre du poids (Blais, 2004).

Selon Clocksin, Watson et Ransdall (2002) les jeunes passent entre 15 et 26 heures par semaine à regarder des émissions de télévision en plus du temps où ils sont à l'école. Fait inquiétant, selon le Ministère de la santé et des services sociaux (2006), les enfants et adolescents d'aujourd'hui sont plus sédentaires que les membres plus âgés de leur famille.

L'adoption de comportements à risques commence tôt chez l'enfant. À cet effet, selon la dernière étude de la Fondation des maladies du cœur en 2002, les jeunes ont plus de risques d'avoir des maladies cardio-vasculaires dès trente ans s'ils ne modifient pas leurs habitudes de vie sur l'activité physique et l'alimentation (LeGrand, 2002).

Une autre part de responsabilité reliée à l'embonpoint serait due à la diminution du nombre d'heures accordées à l'éducation physique à l'école (Direction de la santé publique, 2002). Il serait important de valoriser une hausse du nombre d'heures en éducation physique dans le milieu scolaire, ce qui permettrait à l'enseignant d'avoir plus de temps à sa disposition pour aborder la compétence 3 du programme d'éducation physique scolaire (Adopter un mode de vie sain et actif) et ainsi avoir un impact directement sur les jeunes (Michaud 2002).

## **1.2. Éléments de solution**

Il n'y a sans doute pas une réponse simple aux problèmes de plus en plus importants de sédentarité et d'obésité chez les jeunes. Plusieurs pays ont proposé différentes stratégies afin de contrer l'obésité, une préoccupation maintenant universelle, en plus de favoriser la saine habitude alimentaire et la pratique régulière d'exercices (Paquette, 2006).

Plusieurs solutions ont été proposées par différents ministères (Ministère de la santé et des services sociaux, 2006). Parmi celles-ci, on retrouve, une pratique régulière d'activité physique et une meilleure alimentation. Dans cette intention, l'OMS propose une stratégie

mondiale sur le régime alimentaire, l'activité physique et la santé qui a pour but de modifier les habitudes des gens au niveau de l'alimentation et de la pratique des activités physiques (OMS, 2004).

Par le fait même, les activités réalisées dans l'environnement scolaire pourraient être un des moyens pour solutionner le problème de l'obésité chez les jeunes. À cet effet, le 26 février 2003, le ministre d'État à l'Éducation et à l'Emploi, a annoncé l'augmentation de deux heures l'éducation physique et à la santé à l'école pour les élèves du primaire. Donc, une heure d'éducation physique par semaine de plus aux élèves, qui en reçoivent en moyenne actuellement une heure par semaine (Ministère de l'Éducation du Loisir et du Sport, 2003).

Depuis l'année scolaire 2006-2007, les institutions scolaires disposent d'une heure de plus de spécialité telle que l'éducation physique, l'anglais ou les arts, par semaine. La proposition a été de prolonger les heures de classe pour s'adapter à cette nouvelle situation. Les conseils d'établissement sont responsables de déterminer comment sera disposée cette nouvelle heure de spécialiste. L'annonce de M. Simard, Ministre d'état à l'éducation et à l'emploi, s'est donc réalisée deux ans plus tard mais il faut cependant y ajouter une spécification : les écoles sont responsables de faire ce qu'elles veulent de l'heure de plus en spécialité. Ils peuvent donc donner une heure d'anglais dès le premier cycle du primaire sans que cela n'augmente le nombre d'heures en éducation physique et à la santé. Chaque école fait donc des choix en fonction de ses besoins. En lien avec cette annonce, le gouvernement fédéral propose également des solutions avec l'implantation de campagnes de sensibilisation et de nouvelles politiques.

### **1.3. L'implication du gouvernement**

Depuis de nombreuses années, le gouvernement fédéral, à l'aide de Santé Canada tente d'intervenir sur la santé des jeunes. Santé Canada (1997) a proposé un plan d'action sur la nutrition pour augmenter les bonnes habitudes alimentaires, soutenir les familles plus vulnérables et favoriser l'accessibilité à des aliments sains.

Plusieurs programmes ont été mis au point pour inciter les jeunes à bouger plus. Que ce soit par la télévision, avec les publicités « *Vas-y, fais le pour toi* » ou l'émission « *courir la pomme* » ou tout simplement par des programmes gouvernementaux. Le gouvernement offre une variété de programmes comme *Écoles en forme et en santé*, *On bouge après l'école*, *le défi 5/30* ou *moi je croque* qui visent à sensibiliser les jeunes à prendre leur santé en main et leur apprendre l'importance d'être actif. Le programme « *Vas-y* » en est un qui porte sur la promotion des saines habitudes de vie.

Certains programmes du gouvernement du Québec sont directement reliés à l'alimentation. Le programme *Investir pour l'avenir* pensé par le Ministère de la santé et des services sociaux (2006) est un plan d'action visant à prévenir les dangers reliés au poids ainsi que la promotion des saines habitudes de vie. Ce dernier a pour but d'améliorer les écoles du Québec pour en faire des endroits où l'on mange mieux et où l'on bouge plus.

Ce plan d'action gouvernemental a été établi pour transformer les habitudes alimentaires d'ici 2012. Selon ce plan, 57 % de la population québécoise à un excès de poids, soit 35 % qui font de l'embonpoint et 22 % sont obèses. Il relève également que dès l'âge de 9 ans, des fillettes tentent de perdre du poids car elles ne sont pas satisfaites de leur image (Ministère de la santé et des services sociaux, 2006).

Les objectifs du plan d'action sont de diminuer les taux de prévalence de l'obésité et d'embonpoint chez les jeunes et les adultes, d'ici 2012. Conjointement avec l'aide des écoles, de la famille, des municipalités ainsi que des restaurants. Suite à cela, s'intègre la nouvelle politique pour retirer la malbouffe des écoles.

Cette nouvelle politique comporte 3 principaux thèmes. Tout d'abord, l'environnement scolaire, qui vise particulièrement la saine alimentation ainsi qu'un mode de vie sain et actif. En second lieu, on retrouve l'éducation, la promotion et la communication et finalement, la mobilisation avec des partenaires (Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, 2007b).



Le premier thème de ce plan d'action est celui de l'environnement scolaire. Il touche particulièrement à l'alimentation saine et à un mode de vie physiquement actif. L'école n'est pas la seule responsable de l'alimentation des élèves, mais elle y contribue grandement en modifiant la qualité des aliments disponibles, ainsi que tout ce qui est offert dans les machines distributrices. Trois orientations ressortent en ce qui a trait au volet de la saine alimentation (Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, 2007b).

1) La première orientation du volet saine alimentation vise à « Offrir une alimentation variée et privilégier les aliments de bonnes valeurs nutritives ». Cette orientation s'applique à l'aide de neuf composantes et propose d'offrir des repas de qualité, variés et qui comportent au moins un aliment de chaque groupe alimentaire du guide alimentaire canadien. En plus, d'offrir des jus purs et variés, du lait ou de l'eau (Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, 2007b).

2) La seconde orientation du volet de la saine alimentation vise à « Éliminer les aliments à faible valeur nutritive de l'offre alimentaire ». Cette orientation comporte cinq composantes et élimine particulièrement les boissons gazeuses, tous les aliments dont l'ingrédient premier est le sucre, les frites et la friture dans le but d'offrir de la nourriture et des breuvages qui représentent une saine alimentation (Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, 2007b).

3) La dernière orientation du volet saine alimentation est d'« offrir des lieux adéquats et des conditions favorables lors des repas ». Ces deux composantes font surtout référence à la sécurité dans les aires de repas et de rendre ces endroits conviviaux afin que le repas devienne un moment agréable de la journée (Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, 2007b).

Le 2<sup>ième</sup> thème de cette nouvelle politique est celui de l'éducation, promotion et communication. Il vient bonifier le thème de l'environnement scolaire. Celui-ci propose 2 orientations principales.

1) En premier lieu, l'orientation du thème de l'éducation, promotion et communication vise à «mettre en place différentes activités d'éducation et de promotion qui favorisent une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif».

2) En second lieu, l'orientation quant à elle, se dirige vers la remise d'informations aux parents ainsi qu'à la communauté afin d'obtenir leur soutien (Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, 2007b).

Le dernier thème de cette politique est celui de la mobilisation avec des partenaires. Il a comme principale orientation d'«Établir ou consolider des partenariats avec la communauté». Ce thème est important pour la réalisation de différents projets ou activités puisqu'il s'agit d'intégrer la communauté dans la réalisation des projets concernant la promotion et l'éducation à la santé (Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, 2007b).

Il existe une multitude de documents et de programmes d'intervention pour les enfants et les adolescents (Lavallée, 2004). Ces programmes sont surtout orientés vers l'acquisition de connaissances. Toutefois, même si les jeunes possèdent déjà certains acquis, cela ne contribue pas pour autant à modifier, par eux-même, leurs habitudes. Il est essentiel que les élèves possèdent un minimum de connaissances, mais il est également important de les impliquer dans le processus pour changer leurs habitudes de vie (Blais, 2004).

Le milieu familial, la collectivité, la société et l'école sont des éléments essentiels pour la santé et l'apprentissage. Ils doivent travailler ensemble pour promouvoir la santé car l'école seule ne peut y parvenir sans l'aide des autres. Les décisions prises par les gouvernements doivent donc aller de pair ou dans le même sens que ce qui est valorisé par tous ces éléments (Association canadienne pour l'éducation à la santé, 1999).

Bien que la nouvelle politique pour enrayer la malbouffe dans les écoles est obligatoire, certains principes du système actuel sont peu efficaces face aux différents changements dans les familles actuelles. L'Association canadienne pour l'éducation à la santé (1999) donne un exemple afin de démontrer que le gouvernement ne va pas toujours dans le même sens de ce

qu'il préconise. En effet, il y a des systèmes qui fonctionnent encore comme si un des deux parents ne travaillait pas. Le système de soins de santé continue de donner des rendez-vous médicaux le jour.

Auparavant, pour promouvoir la santé, nous avons besoin de ressources. Les budgets gouvernementaux offraient peu de soutien. Nous étions donc dans l'obligation de faire des choix et ce n'était pas toujours la santé qui était favorisée (Association canadienne pour l'éducation à la santé, 1999). Par contre, depuis quelques temps, plusieurs stratégies ont été élaborées et développées afin d'améliorer la santé des canadiens (Comité consultatif F-P-T sur la santé de la population et la sécurité de la santé (CCSPSS), 2005).

#### **1.4. La stratégie pancanadienne sur la santé**

Le CCSPSS (2005) a convenu de mettre en place une stratégie pancanadienne afin de lutter contre les divers problèmes reliés à la santé. La priorité vise l'alimentation saine et l'activité physique pour améliorer la santé des Canadiens. Cette stratégie élaborée va de pair avec la stratégie mondiale sur le régime alimentaire, l'activité physique et la santé développée par l'OMS. Évidemment, la réussite de cette mesure pancanadienne mise sur l'implication des différents paliers de gouvernements et des provinces canadiennes. Chaque province a des objectifs particuliers en fonctions des caractéristiques et des besoins des personnes qui y habitent (CCSPSS, 2005).

Cette stratégie présente différents objectifs pour l'amélioration de la santé. Entre autre, elle prévoit :

- «D'ici 2015, augmenter de 20 % la proportion de Canadiens qui font des choix alimentaires sains».

- «D'ici 2015, augmenter de 20 % la proportion de Canadiens qui pratiquent régulièrement une activité physique modérée à vigoureuse 30 minutes par jour».

- «D'ici 2015, augmenter de 20 % la proportion de Canadiens ayant un poids « normal », soit un indice de masse corporelle de 18,5 à 24,9».

La stratégie prédit des résultats importants à court et à long terme. Par le fait même, elle prévoit :

➤ À court terme (6 à 18 mois):

«**Promotion de :**

- L'amélioration des connaissances des individus et des groupes de la population visés sur la santé;
- L'accès accru à l'information sur la santé et aux programmes de promotion de la santé; et
- Le renforcement de la collaboration et de l'intégration des démarches en matière de modes de vie sains, pour s'attaquer aux problèmes sanitaires prioritaires».

➤ À moyen terme (18 à 60 mois) :

«**Facilitation de :**

- L'accès accru aux milieux physiques et sociaux favorables à la santé, dans les collectivités rurales, éloignées et nordiques;
- Le renforcement de la capacité des collectivités de créer des milieux physiques et sociaux favorables à la santé; et
- Une proportion accrue de la population qui adopte des comportements favorables à la santé.

➤ À long terme (5 ans et plus) :

«**Contribuer à l'atteinte des résultats suivants :**

- Réduction des inégalités en matière de santé;
- Réduction du fardeau humain et économique des maladies;
- Amélioration des résultats liés à la santé; et
- Amélioration de la qualité de vie des Canadiens» (CCSPSS, 2005).

Cadre stratégique pancanadien intégré pour les modes de vie sains

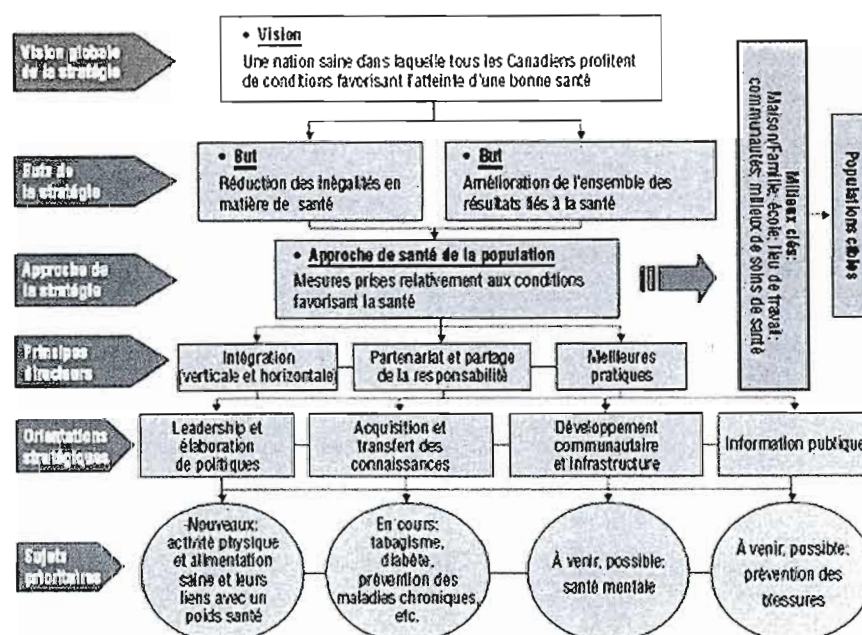


Figure 1.1 : Cadre stratégique pancanadien intégré pour les modes de vie sains (CCSPSS, 2005).

Cette politique arrive à un moment opportun dans la mesure où l'implication des gouvernements est importante en matière de santé.

### 1.5. Dans le cadre scolaire

À plus petite échelle, R. Chevalier (2006) nous fait part du fait que : « les enseignants et enseignantes en éducation physique parviennent à modifier le mode de vie de leurs élèves davantage que toutes les campagnes nationales de prévention (Kino-Québec, Vas-y, campagne antitabac etc.) réunies ! » Cependant, Blais (2004) nous mentionne que plusieurs enseignants d'éducation physique, bien que préoccupés par la santé des jeunes, se sentent démunis lorsqu'ils doivent intervenir en matière de santé. L'enseignant d'éducation physique

peut faire une différence mais comme le mentionne le domaine général de formation santé et bien-être, l'enseignant d'éducation physique et à la santé n'est pas le seul responsable du volet santé. Il s'agit d'une responsabilité de l'école et de la communauté (programme du MEQ, 2001).

En février 2007, Santé Canada a publié son nouveau guide alimentaire canadien (Santé Canada, 2007). Désormais, le sexe et les étapes de la vie déterminent le nombre de portions par jour. Il prend donc en considération que les besoins sont différents selon le groupe d'âge et le sexe. Par exemple, un enfant de neuf à treize ans doit consommer six portions de fruits et de légumes ainsi que six portions de produits céréaliers, trois à quatre portions de laits et substituts ainsi qu'une à deux portions de viande et substituts par jour.

Dès maintenant, le guide alimentaire canadien n'est plus simplement qu'un outil de référence pour bien manger. Il recommande également d'être actif. Cette combinaison est plus efficace que le simple fait de bien manger pour être en santé.

Devant toute la problématique de la santé, le gouvernement du Québec n'est pas inactif face à cette situation. C'est pourquoi il a proposé dernièrement dans son nouveau programme de l'école québécoise (2001), d'inclure les thèmes de la santé et du bien-être dans le domaine général de formation.

## **1.6. Les mesures qui touchent la réforme des programmes**

Le domaine général de formation Santé et Bien-être vise à amener l'élève à adopter de saines habitudes pour sa santé (programme du MEQ, 2001). Comme mentionné plus tôt, ce domaine de formation n'est pas attribué seulement à l'enseignant d'éducation physique. Le domaine général de formation Santé et Bien-être devient la responsabilité de toute l'équipe-école. L'élève est amené à devenir responsable de sa santé tout autant que l'équipe-école, ses parents et la communauté (Turcotte, 2006 et programme du MEQ, 2001). Il est même allé

plus loin en donnant un nouveau mandat aux éducateurs physiques, celui de développer la compétence disciplinaire :

« Adopter un mode de vie sain et actif » (Blais, 2003 et programme du MEQ, 2001).

### **1.7. L'apparition de la Compétence 3 : Adopter un mode de vie sain et actif**

L'arrivée du programme de formation de l'école québécoise (en 2000) a transformé l'ensemble du programme de formation tout comme il a modifié le volet éducation physique. Le volet santé devient désormais une compétence intégrée aux deux autres (Agir et Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques). La compétence «Adopter un mode de vie sain et actif» est dorénavant une compétence à développer et non plus une simple finalité (MEQ, 2001).

Cependant, tel que mentionné par Renaud (2004), la compétence 3 (Adopter un mode de vie sain et actif) démontre la nécessité de pratiquer des activités physiques de façon régulière pour favoriser une meilleure santé. Faire de l'activité physique n'est pas suffisant, il faut également avoir de bonnes habitudes alimentaires. Au primaire, le développement de saines habitudes alimentaires fait parti du domaine général de formation santé et bien-être et non des savoirs essentiels reliés aux compétences en éducation physique et à la santé (MEQ, 2001).

En ce qui concerne le programme de formation de l'école québécoise au secondaire (1<sup>ier</sup> cycle), les enseignants d'éducation physique et à la santé, doivent élaborer quelques savoirs essentiels sur l'alimentation. Ils doivent aborder le thème de l'apport et de la dépense énergétique selon l'intensité de l'activité et de la température corporelle (MELS, 2006).

De plus, dans le programme de formation de l'école québécoise du 2<sup>ième</sup> cycle au secondaire, les savoirs essentiels rattachés à l'alimentation sont liés aux divers besoins selon l'intensité de l'activité, comme par exemple : l'hydratation ou les aliments à favoriser avant, pendant ou après une activité physique (MELS, 2007).

Bien que l'éducation physique ait toujours poursuivi des finalités de santé, celles-ci ont grandement évolué dans le but de responsabiliser l'élève dans l'adoption de saines habitudes de vie (Perrin, 2003).

Dans le programme d'éducation physique et à la santé, la compétence « Adopter un mode de vie sain et actif » nous présente quatre composantes. Premièrement, l'élève doit « Analyser les effets de certaines habitudes de vie sur sa santé et son bien-être », deuxièmement « Planifier une démarche visant à modifier certaines habitudes de vie » et troisièmement, « S'engager dans une démarche visant à modifier certaines habitudes de vie » et finalement « Établir le bilan de sa démarche » (programme du MEQ, 2001).

### Composantes de la compétence



Figure 1.2 : Composantes de la compétence « Adopter un mode de vie sain et actif » (MEQ, 2001)

À cet effet, chaque cycle a des attentes clairement établies dans le programme. Évidemment, ces quatre composantes sont associées entre elles dans la mesure où l'élève peut toujours continuer sa progression.



Il est important de mentionner que la compétence « Adopter un mode de vie sain et actif » prend appui sur les autres compétences. En effet, comme le stipule S. Turcotte (2006), les compétences « Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques » et « Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques » amènent l'élève à adopter un mode de vie sain et actif. Tel que décrit plus tôt, le volet santé se développe également en lien avec les deux autres compétences de l'éducation physique et à la santé puisqu'elles permettent la réalisation d'activités soit de façon individuelle ou collective. Ces dernières peuvent entraîner l'adoption de la pratique de l'activité physique chez les jeunes.

### **1.8. L'éducation physique et à la santé et ses visées**

L'éducation physique et à la santé vise à responsabiliser les jeunes sur leur santé, à être actif et à devenir autonome dans leurs choix. À l'égard de la nouvelle réforme, la santé devient autant une responsabilité individuelle que collective. Cependant, l'enseignant d'éducation physique doit fournir aux élèves les moyens pour reconnaître et comprendre les nombreuses composantes de la santé (Larue, 2000).

Pour y parvenir, l'enseignant doit prendre en considération plusieurs éléments afin d'intégrer la santé à l'école. Motta (1998), nous présente le système français qui a maintes similitudes avec l'implantation du système québécois. Il nous fait part de divers obstacles face à cette intégration :

- « nombre élevé de sous-thèmes reliés au domaine de l'éducation à la santé »
- « grande diversité des contenus d'enseignement »
- « attribution des différents contenus à une variété d'intervenants »
- « difficulté de l'intégration des pratiques d'intervention en éducation à la santé aux contenus et démarches traditionnelles »
- « l'effort d'adaptation des enseignements aux besoins et aux capacités des élèves aux différents niveaux de scolarité et dans divers contextes sociaux ».

Même si l'enseignant d'éducation physique doit faire face à une multitude de contraintes, cela ne devrait pas l'empêcher d'aborder la santé. L'école est l'endroit idéal pour détecter les problèmes physiques et psychologiques des jeunes, il est donc capital que l'on y accorde une importance. En conséquence, un éducateur physique peut ainsi repérer un élève qui pourrait ne pas développer une bonne condition physique à long terme. À partir de ces observations envers ses élèves, l'enseignant peut donc orienter le contenu de ses cours en fonction des caractéristiques que présentent les élèves (Janis, 1984).

Le contexte scolaire et ses contraintes ne doivent pas empêcher l'éducateur physique d'investir dans la promotion des bonnes habitudes de vie reliées à l'alimentation. Le milieu scolaire est donc un environnement propice pour promouvoir la santé. En effet, l'école est le seul lieu fréquenté par la majorité des enfants (Santé Canada et Association canadienne pour la santé en milieu scolaire, 1993). Les établissements scolaires sont des endroits privilégiés, mais ils ne sont pas les seuls. Il existe un lien entre la santé et l'apprentissage, un élève en santé apprend mieux (Association canadienne pour l'éducation à la santé et al., 1999). En définitive, un enfant qui adopte des comportements sains au cours de son enfance est plus susceptible de les conserver à l'âge adulte, ce qui permettra d'avoir une meilleure santé pour la population (Santé Canada et Association canadienne pour la santé en milieu scolaire, 1993). Les efforts doivent donc s'arrimer à des changements de société.

En éducation physique, l'éducation à la santé est un excellent moyen pour situer l'élève au centre de son apprentissage. Pour l'enseignant, il est ainsi plus utile de démontrer par des situations concrètes provenant de ce que vivent les élèves, en fonction de leur milieu pour éduquer et trouver des pistes de solution pour la santé. En utilisant des faits réels, les élèves sont donc plus impliqués (Perrin, 2004). Si chaque niveau scolaire appliquait cette méthode, les élèves auraient plus d'outils pour s'aider ou s'entraider car les sujets abordés seraient ceux qui concernent directement les élèves et non ce qui les concernera dans deux ou trois ans. Ce sont des procédés applicables maintenant. Ainsi, le cheminement de l'élève en éducation à la santé serait basé sur des contextes véritables avec des moyens réalisables et efficaces.

Il y a un grand nombre d'associations qui s'entendent pour dire que la santé est dorénavant l'affaire de tous, entre autre : l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), Santé Canada et l'Association canadienne pour la santé, l'éducation physique, le loisir et la danse. « La santé est un domaine vaste et composite, et la multiplicité des découpages par problèmes (alcool, hépatites, mal de dos, accidents domestiques, contraception...) est une source intrinsèque d'incohérence et de saturation des politiques de prévention, et a fortiori des enseignements » (Manidi et Daffon-Arvanitou, 2000). L'école, les parents ainsi que la communauté ont leur rôle à jouer dans l'éducation pour la santé (Association canadienne pour l'éducation à la santé et al., 1999). Afin d'obtenir un résultat positif, il est nécessaire d'adapter la promotion et l'éducation à la santé face aux changements. La démarche doit suivre les progrès sur les connaissances et impliquer tous les éléments entourant les élèves (famille, école et communauté) (Association canadienne pour l'éducation à la santé, 1999).

La volonté du gouvernement fédéral mise en place est pertinente dans l'ordre d'idée où la plupart des jeunes fréquentent l'école durant plusieurs années. L'enseignant d'éducation physique est un des acteurs principaux qui peut directement intervenir auprès des jeunes pendant toutes ces années scolaires. Il peut donc mettre en place un fonctionnement qui lui permettrait de traiter différentes notions attachées à la santé et mettre celle-ci en priorité. Pour y parvenir, cela implique donc d'avoir un accès plus efficace, en terme de qualité, aux services de santé (tels qu'infirmière ou hygiéniste dentaire) et d'enseigner des cours d'éducation physique et à la santé mieux adaptés aux différents besoins des élèves (Association canadienne pour l'éducation à la santé, 1999).

## **1.9. L'alimentation**

Selon le Ministre de la santé et des services sociaux (2005), l'alimentation est au cœur de la croissance et du développement des jeunes, tout en étant essentielle à la réussite scolaire. L'alimentation saine permet aux jeunes d'être impliqués davantage dans leurs apprentissages. Cependant, au Québec, des études démontrent que plusieurs jeunes ne consomment pas régulièrement les portions recommandées par le guide alimentaire canadien (Lavallée, 2004).

En ce qui concerne l'alimentation, Renaud (2004) a établi clairement les relations entre les comportements et l'alimentation. Elle propose l'implantation d'un programme d'éducation à l'alimentation afin de pouvoir guider les comportements des élèves.

De plus, comme le mentionne le Conseil scolaire de l'île de Montréal (1995) des recherches telles que celle de Houde-Nadeau et Cotnoir (1992) démontrent aussi l'importance du lien entre l'alimentation et l'apprentissage. Les milieux défavorisés sont plus à risque puisqu'on parle d'alimentation appauvrie en termes de qualité, mais également en quantité (Conseil scolaire de l'île de Montréal, 1995).

Ce manque au niveau de l'alimentation est significatif car il influence sur le comportement des jeunes. La majorité des enfants ayant des manques au niveau de l'alimentation provient des milieux à faibles revenus. Il est important de noter que plusieurs d'entre eux ne déjeunent pas ou consomment beaucoup d'aliments à concentration élevée en sucre (Conseil scolaire de l'île de Montréal, 1995).

Bien que la famille joue un rôle prédominant dans les habitudes alimentaires, il reste que l'école et les pairs ont également une grande influence chez l'enfant. De plus, les jeunes d'aujourd'hui sont plus susceptibles de changer d'établissement scolaire qu'auparavant. C'est pourquoi il est essentiel, selon Lavallée (2004), de remettre au premier plan l'éducation alimentaire au niveau des enfants dans les écoles, puisqu'elles sont nombreuses à avoir abandonner les programmes d'éducation en nutrition. Le soutien des parents devient donc un facteur essentiel dans le développement des habitudes alimentaires chez les jeunes (Association canadienne pour l'éducation à la santé, 1999).

En addition, plusieurs programmes sur l'alimentation sont mis en place pour motiver les jeunes à manger mieux. Mais il manque certains éléments essentiels afin que les élèves puissent faire des choix adéquats. Afin qu'un élève soit apte à prendre des décisions éclairées, il doit tout d'abord se connaître lui-même. Il doit apprendre à se connaître ainsi qu'être capable d'analyser ses besoins au niveau de l'alimentation. Il doit également apprendre à être critique face aux différents stéréotypes présentés ainsi qu'à la publicité. Bien

que l'élève prenne conscience des décisions qu'il a à prendre, il faut que son sens critique soit développé, au sein de l'école, pour qu'il puisse le mettre en pratique dans la vie de tous les jours (Jourdan, 2004).

Bien que l'alimentation ne fasse pas parti des savoirs essentiels de la compétence « Adopter un mode de vie sain et actif » au primaire, plusieurs enseignants ont décidé d'aborder l'alimentation dans le cadre de leur cours d'éducation physique, même s'ils éprouvent certaines difficultés à répondre au nouveau programme dans le domaine de l'éducation à la santé (Turcotte, 2006).

Les différentes notions présentées sur l'alimentation peuvent répondre à un besoin mais les informations sont les mêmes pour tout le groupe. Brigitte Sandrin Berthon (1997) stipule que « l'éducateur à la santé ne peut pas se contenter de diffuser des messages prédéterminés. Il devra, à chaque fois, construire avec le groupe un nouveau champ de connaissances adaptées à cette situation particulière... On ne devrait pas parler d'équilibre nutritionnel à des enfants, dans une perspective d'éducation pour la santé, sans connaître les habitudes alimentaires et culinaires de leurs familles ».

De plus, il est également important de savoir qu'« apporter une information, donner un conseil de santé sans prendre en compte l'expérience, les habitudes et les connaissances de la personne à laquelle on s'adresse, risque non seulement d'être inutile mais de provoquer un désarroi » (Sandrin Berthon, 1997).

Plusieurs recherches sur l'alimentation portent sur l'omission du petit déjeuner ou sur le comportement des jeunes face à l'alimentation. Cependant, ces énoncés démontrent clairement que l'école doit s'impliquer d'avantage au niveau de l'éducation à l'alimentation comme c'est le cas dans d'autres provinces ou pays. Dans d'autres provinces, certains programmes sur l'alimentation existent dans les écoles (Renaud, 2004).

En effet, en Ontario, un programme sur les habitudes alimentaires est déjà en place dans le cadre de leur curriculum de la première à la huitième année. Ce programme met en lien

l'équilibre énergétique, les choix alimentaires personnels ainsi que l'analyse des habitudes alimentaires dans le quotidien. Dès la 1<sup>ière</sup> année, l'élève doit être en mesure de distinguer les aliments qui sont bons ou moins bons pour la santé. De plus, l'enfant doit être capable de classer les aliments dans les différents groupes alimentaires (Ministère de l'Éducation et de la Formation de l'Ontario, 2000).

En Saskatchewan, le curriculum donne la possibilité aux jeunes d'utiliser leurs connaissances afin d'avoir une meilleure santé. En effet, ils apprennent à connaître, à faire des choix sains et à réfléchir sur les diverses notions de la santé, et ce, dès le début du primaire (Ministère de l'Éducation de la Saskatchewan, 1998). Ce programme de la Saskatchewan met en place ce qui est valorisé par Santé Canada (1999). Suite à cela, il est reconnu que les habitudes alimentaires qui seront adoptées par les enfants peuvent avoir une influence sur leur santé, même à long terme.

Le Ministre de la santé et des services sociaux du Québec (2005), mentionne l'importance qu'accordent certains jeunes à diverses méthodes pour perdre du poids. Il parle entre autre de boulimie, de médication ou même de jeûne. Ces procédés ont des répercussions sur la santé des jeunes, tant au niveau physique que psychologique.

Par le fait même, l'agence de la santé publique du Canada (2002) a observé que les filles sautent plus de déjeuner que les garçons, et à l'inverse, se sont ces derniers qui consomment le plus d'aliments sucrés. Bien que les filles mangent plus d'aliments nourrissants que les garçons, ces dernières sont plus enclines à utiliser des régimes amaigrissants pour perdre du poids (Agence de santé publique du Canada, 2004).

Ces quelques constatations au niveau de l'augmentation de l'embonpoint chez les jeunes montrent l'urgence et la pertinence d'aborder la santé à l'école. Même s'il existe des programmes gouvernementaux, l'enseignant d'éducation physique et à la santé joue un rôle clé dans l'adoption de saines habitudes de vie puisqu'il peut créer des liens majeurs avec les élèves. Bien que l'alimentation soit au cœur du domaine général de formation Santé et Bien-Être dans le programme de l'école québécoise du primaire, les savoirs essentiels rattachés à

l'alimentation ne sont pas attribués à un enseignant en particulier. C'est donc la responsabilité de l'équipe-école de l'aborder et de l'enseigner. Cependant, il serait important et pertinent de traiter du sujet de l'alimentation chez les jeunes en éducation physique et à la santé au primaire afin qu'ils adoptent au plutôt de saines habitudes alimentaires et qu'ils aient plus de chance de les conserver à l'âge adulte. C'est pour ces différentes motivations, que cette étude est pertinente et importante.

### **1.10. La question de recherche et justification**

Est-ce que les élèves de 4<sup>ième</sup> année du primaire qui ont reçu de l'information sur le guide alimentaire canadien de la part de l'enseignant d'éducation physique ont plus de connaissances que des élèves de 4<sup>ième</sup> année qui n'en ont pas eu?

#### **1.10.1. Justification**

Les connaissances ne sont pas suffisantes pour modifier un comportement chez une personne. Comme le mentionne LeGrand (2002), même si les individus ont les connaissances, plusieurs éprouvent de la difficulté à les appliquer. Cependant, il faut d'abord posséder des connaissances avant de vouloir modifier un comportement.

Lecompte (1993) mentionne également que « les facultés d'apprentissage sont conçues comme des capacités d'action effective ou symbolique liée à l'existence de schèmes mentaux issus de l'action ». Il faut donc être impliqué pour apprendre.

En prenant en considération que l'apprentissage est lié à un schème mental, il faut passer à l'action pour apprendre. Cependant, pour y arriver, l'individu doit connaître certains éléments avant de passer à l'action. D'où l'importance des connaissances dans le processus d'apprentissage.

C'est pourquoi je voudrais comparer les connaissances en alimentation des élèves qui, par l'entremise de l'enseignant d'éducation physique, ont eu des informations sur l'alimentation par rapport à ceux qui n'en ont pas eu. Par la suite, aller vérifier d'où proviennent les informations de ceux qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique. L'enfant qui n'a pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique peut également posséder certaines connaissances en alimentation. Mais d'où proviennent-elles ? C'est pourquoi, pour chaque question du questionnaire, il y a une sous-section qui demande à l'élève d'où lui provient cette information. Deux hypothèses de recherche découlent de ce questionnement.

### **1.11. Hypothèses de recherche**

Suite aux éléments présentés, voici mes hypothèses de recherche:

- Hypothèse de recherche 1 : Les élèves ayant eu de l'information sur l'alimentation de la part de l'enseignant d'éducation physique auront des meilleures connaissances alimentaires.
- Hypothèse de recherche 2 : Les élèves n'ayant pas eu d'information sur le guide alimentaire canadien de la part de l'enseignant d'éducation physique auront d'autres sources d'où provient l'information qui leur permettra de répondre aux différentes questions.



## **Chapitre II**

### **2. Cadre théorique**

L'éducation à la nutrition à l'école a comme objectif de donner aux élèves des moyens pour adopter des comportements sains et de leur fournir les bons outils afin qu'ils puissent faire de bons choix pour leur santé. Cette éducation s'appuie sur les connaissances et les savoirs (Jourdan, 2004).

En effet, il existe de nombreuses problématiques reliées à l'alimentation et au poids. Des études démontrent que dès l'âge de neuf ans, les jeunes filles commencent à être préoccupée par leur poids. 74 % des adolescentes canadiennes désirent perdre du poids. De ce 74 %, plusieurs sont à la diète ou tentent de maigrir. Ces statistiques sont inquiétantes puisque ces jeunes filles qui désirent diminuer leur masse corporelle n'ont pourtant pas un surplus de poids. Cette image d'elle-même est déformée de la réalité. Afin de pouvoir perdre du poids, plusieurs moyens utilisés laissent à désirer. Le jeûne, sauter des repas, se faire vomir, prendre des pilules amaigrissantes ou utiliser des laxatifs sont des moyens utilisés pour maigrir, alors que faire de l'exercice ou avoir une alimentation équilibrée aiderait à perdre du poids et serait moins nocive pour la santé des jeunes (Fédération des producteurs de porcs du Québec, 1995).

De plus, les habitudes alimentaires des jeunes peuvent être influencées par beaucoup d'éléments. Que ce soit la télévision, l'expérience personnelle, les valeurs et les croyances, la santé, la mode ou les amis, ces facteurs ne sont pas toujours les meilleurs pour la santé des jeunes. Il est important pour ces adolescents que l'information qui leur est transmis soit réalisable dans la vie de tous les jours (Fédération des producteurs de porcs du Québec, 1995).

Afin d'aborder le thème de l'alimentation pour sensibiliser les gens sur l'importance de la santé, la promotion, la prévention ainsi que l'éducation à la santé peuvent être utilisés. Selon Magny (2007), « l'objectif principal de la promotion et de l'éducation pour la santé est d'inciter les individus à modifier certains comportements liés à leur mode de vie et de les encourager à adopter ceux plus favorables ».

Également, dans les milieux scolaires, une évolution a été observée parmi les concepts utilisés afin d'améliorer la santé des jeunes. À cet effet, le moyen utilisé au départ était la prévention. Bien que cette dernière possède toujours une place importante dans la société actuelle, elle a quand même ouvert la porte à la promotion de la santé. Cette promotion passe entre autre par l'éducation à la santé (Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm), 2001).

## **2.1. Définitions de la santé**

En fait, il existe une variété de définitions de la santé. Selon le dictionnaire Larousse, la santé est un « état de quelqu'un dont l'organisme fonctionne normalement » (Larousse 2005). Le site de l'Organisation mondiale de la santé (2004) et Santé Canada (1999) complètent la définition du dictionnaire Larousse et s'entendent pour dire que la santé n'est pas que l'absence d'une maladie. Il faut qu'il y est un complet bien-être physique, mental et social.

Bien qu'il existe plusieurs définitions de la santé, celle utilisée par Corbin, Lindsay, Welk et Corbin (2004) semble complète et appropriée pour ma recherche étant donné qu'ils prennent en considération les habiletés propres d'une personne. Pour eux, la santé est : « État de bien-être qui contribue à la qualité de vie. La santé ne représente plus que l'absence de maladie. La santé optimale inclut un haut niveau de bien-être mental, social, émotionnel, spirituel et physique, compte tenu des limites de l'hérédité et des habiletés propres d'une personne ».

Puisque ces définitions de la santé tiennent compte du volet social dans leurs définitions. Tel que le mentionne l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (2001), la santé doit être considérée autant de façon individuelle que collective.

En considérant que la santé est autant individuelle que collective, il faut, à prime à bord, que l'individu soit en mesure de développer de saines habitudes de vie (Magny, 2007) avant de chercher à modifier les habitudes de façon collective.

Par conséquent, pour que l'individu prenne conscience de ses habitudes, décide de les modifier, les modifie et les conserve, il faut qu'il soit informé des démarches qu'il a à faire par le biais de l'apprentissage. Cet apprentissage peut se faire de façon directive (prévention) ou avec l'implication de la personne concernée (promotion et éducation à la santé).

En fait, l'objectif de cet apprentissage est d'avoir une « bonne santé ». Mais comme le mentionne Magny (2007), « la santé est en quelque sorte cet état d'équilibre qu'il réussit à un moment donné et pendant seulement un court laps de temps. Ce moment est dû à des circonstances spécifiques ». L'individu ne peut donc être en santé pour toute la vie. Il peut tenter de la maintenir mais rien ne peut assurer qu'une fois cet état acquis, que la santé restera pour toujours.

## **2.2. Les déterminants de la santé**

La santé repose sur cinq piliers principaux (Mongeau, 1982) :

- l'alimentation;
- l'exercice;
- lutter contre le stress;
- l'environnement;
- le bonheur.

De ces cinq piliers identifiés par Mongeau, Magny (2007) en retient quatre. Il les identifie comme étant:

- « alimentation personnalisée
- activité physique adaptée
- gestion des agents stresseurs
- environnement sain»

En effet, il est important de noter que ces piliers sont unis. Chacun doit être considéré avec la même importance afin d'assurer un équilibre (Magny, 2007).

En addition, au niveau de l'alimentation, Raine (2005) complète en ajoutant des spécificités. De façon individuelle, l'individu repose ses choix sur un ou plusieurs facteurs qu'il prend en considération : l'influence psychologique, les préférences alimentaires, les connaissances en nutrition, les perceptions et les facteurs psychologiques. De façon collective, les facteurs sont : l'influence interpersonnel, l'environnement physique, l'environnement économique ainsi que l'environnement social. Il y a donc plusieurs facteurs qui justifient les choix d'un individu au niveau de son alimentation.

Mongeau (1982) rappelle cependant le lien entre plusieurs maladies et l'alimentation. Il parle, entre autre, de cancer et de diabète. Les choix peuvent être influencés, par exemple, par la publicité ou le marketing (Mongeau, 1982).

De plus, les différents facteurs présentés par Raine (2005) sont similaires aux déterminants de la santé présentés par Santé Canada (1999). L'Organisation mondiale de la santé (1999) définit les déterminants de la santé comme étant des «facteurs personnels, sociaux, économiques et environnementaux qui déterminent l'état de santé des individus ou des populations».

En effet, Santé Canada mentionne douze déterminants de la santé qui peuvent avoir un impact sur les choix et les habitudes des individus. Voici les douze déterminants de la santé présentés par Santé Canada (1999) :

- Le revenu et le statut social

- Les réseaux de soutien social
- L'emploi et le milieu de travail
- L'éducation
- L'environnement social
- L'environnement naturel et environnement créé
- Les pratiques de santé personnelles
- Les capacités individuelles et les habiletés d'adaptation
- Les facteurs génétiques et biologiques
- Services de santé et services sociaux
- La culture
- Le sexe

Bien que plusieurs déterminants influencent la santé des individus, la prévention, la promotion et l'éducation à la santé peuvent influencer leurs choix.

### **2.3. Prévention de la santé**

À cet effet, la prévention de la santé est un concept qui présente la santé comme l'absence de maladie. Ce concept chevauche sur les principes de maladies et de risques. Pour certains, il peut être considéré comme une notion qui interdit ou effectue un contrôle sur les individus (Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm) , 2001).

L'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm), (2001) décrit la prévention comme « l'identification d'un risque à prévenir». L'Organisation mondiale de la santé (1999) définit la prévention comme étant «des mesures qui visent non seulement à empêcher l'apparition de la maladie, telle que la lutte contre les facteurs de risques, mais également à en arrêter les progrès et à en réduire les conséquences.

Pour compléter cette définition de l'OMS, cette dernière (OMS, 2004), Magny (2007) et l'Inserm (2001) définissent les 3 niveaux de prévention.

- 1- Prévention primaire : « Elle tente d'éviter l'apparition d'un problème de santé » (Inserm, 2001). Magny (2007) donne comme exemple les différentes recommandations sur l'alimentation.
- 2- Prévention secondaire : « Elle tente d'éviter la transformation du problème de santé en maladie déclarée » (Inserm, 2001).
- 3- Prévention tertiaire : « Elle entre en jeu, soit pour éviter les rechutes ou lorsque la déficience et l'invalidité se sont installées » (Magny, 2007).

Legendre (2005) définit prévention comme suit : « Processus mettant en cause un ensemble de mesures prises en vue d'inhiber ou d'annuler les facteurs causant l'inadaptation scolaire et sociale ». Ces facteurs peuvent aussi bien s'adresser à une population ou à un groupe. La prévention fait également partie de la promotion de la santé en présentant son côté négatif. Elle vise à prévenir les dommages.

En ce qui concerne l'alimentation, la prévention peut s'exercer de plusieurs façons. En effet, il existe une multitude d'informations sur la prévention du cancer par l'alimentation (Béliveau et Gingras, 2005). De plus, la prévention des maladies cardio-vasculaire et du diabète passe par l'alimentation (Mongeau, 1982).

La définition de Legendre démontre que l'intérêt de l'individu n'est pas en compte. L'Inserm (2001) mentionne l'importance de partir des intérêts des adolescents afin d'intervenir auprès d'eux. Cependant, en partant de leurs intérêts, cela représente de la promotion. La prochaine section traitera donc de la promotion à la santé.

## **2.4. Promotion de la santé**

L'OMS ( 2004 ) propose une définition de la promotion de la santé : « *La promotion de la santé est le processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci. Cette démarche relève d'un concept définissant la « santé » comme la mesure dans laquelle un groupe ou un individu peut, d'une part, réaliser ses ambitions et satisfaire ses besoins, et d'autre part, évoluer avec le milieu ou*

*s'adapter à celui-ci. La santé est donc perçue comme une ressource de la vie quotidienne, et non comme le but de la vie ; il s'agit d'un concept positif mettant en valeur les ressources sociales et individuelles, ainsi que les capacités physiques».*

En fait, l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm) (2001) va dans la même direction que l'OMS en mentionnant que «la promotion vise aussi le maintien et l'amélioration de la «bonne santé» par une approche participative de l'éducation pour la santé, c'est-à-dire où les jeunes sont placés en situation décideurs ou codécideurs avec les professionnels, tant pour la détermination des questions et sujets de santé à traiter que pour le choix des méthodes et des moyens»

Lorsque l'Inserm (2001) aborde la notion de participation de l'éducation pour la santé, c'est que l'éducation pour la santé est une des stratégies importantes de la promotion. En effet, l'éducation pour la santé cherche à augmenter et solidifier les capacités individuelles afin d'agir sur sa propre santé (Inserm, 2001).

Il y a 5 principales stratégies de promotion véhiculées par l'Inserm (2001) :

- « - l'éducation pour la santé;
- la réorientation des services d'action sanitaire et médicale (soins de santé primaires) vers la détection (examen de santé), le dépistage, la protection (vaccination);
- l'action environnementale (mesure de protection et de modification de l'environnement);
- l'apport communautaire (participation et ressources);
- les mesures légales (règlements et lois en faveur de la santé)». (Inserm, 2001)

L'objectif de ces principales stratégies est de faire en sorte que les individus soit apte à prendre leur santé en main sans devoir leur dicter leur conduite mais bien en les guidant dans ce cheminement d'apprentissage et de modification de comportement (Inserm, 2001).

De plus, l'idée de la promotion de la santé propose des moyens pour améliorer la santé. Cependant, pour l'améliorer, il faut d'abord posséder certains déterminants de la santé. Il faut

donc avoir des conditions essentielles de base pour que notre santé puisse s'améliorer (Larue, 2000).

À ce propos, Renaud et Gomez Zamudio (1999) précisent que des facteurs peuvent être reliés à certains problèmes de santé. En effet, il peut y avoir des facteurs d'ordre biologique, comportemental ou environnemental. Les facteurs biologiques, pour leur part, représentent l'individu. Ils sont le sexe, l'âge, tout ce qui peut être génétique et ne se modifient pas. En ce qui concerne les facteurs comportementaux, ceux-ci sont liés aux habitudes de l'individu. Finalement, les facteurs environnementaux représentent toutes les conditions dans lesquelles un individu vit.

Par le fait même, il existe donc des facteurs qui vont intervenir chez l'individu pour la modification de comportements. En effet, Renaud et Gomez Zamudio (1999) définissent ses facteurs en trois catégories :

- «facteurs prédisposants : antérieurs au comportement. Ils correspondent aux facteurs qui nourrissent le rationnel ou la motivation du comportement»
- «facteurs facilitants : également antérieurs au comportement. Ils facilitent la réalisation d'une action motivée»
- «facteurs de renforcement : subséquents au comportement. Ils sont la «récompense» ou l'incitatif au comportement et contribuent à son maintien, à sa répétition ou à son élimination, s'il y a lieu».

Les déterminants de la santé jouent également un rôle important. Un individu peut être sensibilisé par l'importance de la santé sans toutefois pouvoir y accéder. Une personne peut être sensibilisée sur l'importance de bien manger mais s'il n'a pas les ressources financières adéquates, il ne pourra pas y accéder.

C'est donc dans ce sens que Larue mentionne qu'il faut avoir des conditions essentielles pour améliorer notre santé (Larue, 2000). Pour créer un environnement favorable pour améliorer sa santé, il faut déjà avoir certains atouts tels que l'éducation, un abri, la nourriture, un revenu... Qu'en est-il des personnes à qui certains atouts manquent ?



En ce sens, la Charte d'Ottawa (1986) mentionne certaines actions pour promouvoir la santé. Néanmoins, ces faits ne représentent pas des actions qui sont à la base de la santé, ce sont des moyens qui sont réalisables si certains éléments dits fondamentaux sont présents. Par exemple, la Charte suggère d'acquérir des aptitudes individuelles (afin de modifier un comportement pour sa santé) pour donner aux gens plus de contrôle sur leur vie (Larue, 2000). Mais comment peuvent-ils faire des choix judicieux s'ils ne sont pas préalablement sensibilisés et éduqués sur ce qu'est un choix judicieux en santé?

C'est dans ces conditions que Magny (2007) mentionne la nécessité de promouvoir la santé en milieu scolaire. Comme évoqué précédemment, l'école est un endroit idéal car il est le seul lieu fréquenté par la majorité des enfants (Santé Canada et Association canadienne pour la santé en milieu scolaire, 1993). Bien que la santé des enfants soit influencée par plusieurs facteurs (Magny, 2007), Mullen et coll (1995) «concluent que différents programmes majeurs d'éducation pour la santé dans les écoles ont eu une influence certaine sur les connaissances, attitudes et comportements des jeunes, notamment dans le domaine du tabagisme, du comportement sexuel, et de l'alimentation» (Mullen et coll (1995), cités dans Inserm, p.22).

## **2.5. Éducation à la santé**

En premier lieu, il est important de mentionner que l'approche préventive, bien qu'encore présente, a évolué pour faire place à la promotion de la santé (Inserm, 2001).

Les définitions de l'éducation à la santé sont nombreuses puisque le rôle de l'éducation à la santé a été modifié depuis 1985. Aujourd'hui, l'éducation à la santé est vue comme une composante de la promotion de la santé. Elle fait également référence à la notion d'individualité et de collectivité (Perrin, 2004).

Tout d'abord, la définition de l'éducation à la santé de Green : «L'éducation pour la santé, c'est toute combinaison d'expériences d'apprentissage planifiées, destinées à faciliter

l'adoption volontaire de comportements conduisant à la santé» (Green 1980, cité par Magny, 2007, p. 89).

La définition de l'OMS, pour sa part, est similaire à celle présentée par Green. Par contre, Magny (2007) stipule que cette dernière prévaut actuellement. Cependant, elle complète en ajoutant que le but est autant de changer de comportement mais également d'atteindre un objectif qui a été déterminé à l'avance (OMS, (1983), cité dans Magny, 2007, p. 75).

En ce sens, l'éducation à la santé doit amener l'individu à mobiliser ses ressources par l'entremise d'actions et d'interactions (Inserm, 2001). Il faut augmenter les connaissances des individus mais également développer une autonomie qui amènera la personne à comprendre et effectuer des choix pour sa santé (Magny, 2007).

Contrairement à l'enseignement, qui a pour but de transmettre seulement ces connaissances, l'éducation tient compte de l'ensemble de l'élève (Manderscheid et Pithon, 2000). Le paradigme de l'enseignement le démontre bien. En effet, dans le paradigme de l'enseignement, l'enseignant est celui qui possède les connaissances (les savoirs) (Jouquan et Bail, 2003). En considérant que l'éducation s'adresse à l'ensemble de l'école, qu'elle implique l'élève et qu'elle en tient compte, Manderscheid et Pithon (2000) mentionnent que l'éducation à la santé ne devrait pas devenir une discipline comme le français ou les mathématiques. (Manderscheid et Pithon, 2000).

Par ailleurs, l'éducation à la santé, selon Legendre (2005) se définit comme étant : «Éducation qui vise à faire adopter des attitudes et des comportements favorables au maintien et au développement de la santé chez les personnes, les groupes d'individus et les populations». Legendre (2005) propose également une seconde définition : « Ensemble d'interventions qui visent à informer, à faciliter et à aider la population à adopter et à maintenir des comportements sains, à promouvoir les modifications de l'environnement requises ainsi qu'à assurer la formation professionnelle et la recherche nécessaire à l'accomplissement de ces tâches ».

L'éducation à la santé existe depuis longtemps. En effet, cette dernière est apparue au courant du 19<sup>ième</sup> siècle. Depuis ce moment, l'éducation à la santé a toujours été pour la population. Au Québec, l'éducation à la santé, vers les années soixante-dix, abordait surtout l'hygiène et l'éducation sexuelle (Turcotte, 2006).

En 1984 apparaît la discipline FPS (formation personnelle et sociale) à l'école. Cette discipline comporte cinq principaux volets : l'éducation à la sexualité, l'éducation à la consommation, l'éducation à la vie en société, l'éducation aux relations interpersonnelles et l'éducation à la santé (MEQ, 1984).

L'éducation à la santé est un terme qui cause beaucoup de difficulté autant dans sa définition que dans son application. Selon Larue (2000), l'éducation à la santé se réalise pendant toute une vie et « au sens large, l'éducation à la santé peut se définir comme la somme de toutes les influences qui, collectivement, déterminent nos connaissances, nos croyances et nos comportements par rapport à la promotion, le maintien et la restauration de la santé des personnes et des groupes sociaux. Ces influences incluent l'éducation formelle et informelle au sein de la famille, de l'école et plus généralement de la société, ainsi que dans le cadre plus spécifique des activités des services de la santé » (Larue, 2000).

Dans ce sens, l'éducation de la santé vise à améliorer la santé pour l'ensemble de la population et non seulement une ou des classes sociales visées (Larue, 2000). Dans ce cadre, l'éducateur physique a un rôle important à jouer autant que la famille et la collectivité. L'éducateur peut par son attitude, créer des liens avec ses élèves, ce qui lui permettra d'apprendre aux élèves ce qui est important pour la santé et par le fait même, leur apprendre comment faire des choix et ensuite les respecter. Évidemment, tout ceci devrait idéalement se faire avec l'appui de la famille et de la collectivité. Ce processus de conscientisation vise donc à responsabiliser l'élève face à ses choix en autant que celui-ci lui permettra de se responsabiliser.

Parmi les modèles d'éducation pour la santé, le modèle préventif fût souvent utilisé dans les campagnes de sensibilisation. Ces dernières tentaient d'augmenter la perception du risque

afin d'éviter que les individus adoptent ce comportement. Ce modèle peut s'avérer inefficace et augmenter le risque d'adopter ce comportement si la peur provoquée est supérieure à la normale (Larue, 2000).

De nos jours, d'autres modèles sont utilisés dans le cadre de l'éducation pour la santé :

1- Le modèle éducatif, implique chaque élève dans son développement. Il met en place des éléments qui pourront lui permettre de prendre des décisions ou de faire des choix éclairés tout en tenant compte de chaque élève (Larue, 2000).

2- Le modèle utilisant la pédagogie participative s'avère efficace, quant à lui, si les individus se sentent maîtres de leurs décisions et qu'ils ont le sentiment qu'ils partagent la même opinion que la majorité du groupe (Manderscheid et Pithon, 2000).

3- Le modèle d'apprentissage par résolution de problème requiert des connaissances et des méthodes de la part de l'enseignant car ce dernier doit s'abstenir d'expliquer ou d'enseigner. Le cheminement de l'élève le place au centre de son apprentissage et demande une grande autonomie de la part des élèves (Manderscheid et Pithon, 2000).

4- Le modèle de l'apprentissage par l'action et le jeu de rôle, quant à lui, donne l'occasion de placer les élèves dans un contexte où ils doivent trouver des solutions en utilisant leurs connaissances et adopter les comportements appropriés (Manderscheid et Pithon, 2000).

Pour parvenir à faire des choix éclairés, l'élève doit donc faire des schémas mentaux et acquérir des compétences puisque le simple fait de transmettre ses connaissances à un élève ne signifie pas que l'élève en question modifiera ses comportements (Lecompte, 1993). En effet, Rochon (1988) et Renaud et Gomez Zamudio (1999), tiennent compte des connaissances dans l'élaboration de leur modèle de modification de comportement respectif. Ces modèles seront détaillés dans la section abordant la modification de comportement (2.9).

Par le fait même, la Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux (2007) mentionne que pour parvenir à favoriser des choix éclairés et sains, «des éléments tels que l'offre d'activités physiques, l'offre de transport public, l'aménagement urbain, la disponibilité des aliments et l'accessibilité aux aliments doivent être considérés». De plus, pour le moment, les différentes actions qui ont été posées «ont surtout permis de modifier les environnements afin de rendre plus facile l'adoption de saines habitudes de vie». (Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux, 2007)

Plusieurs travaux démontrent l'importance de prendre l'éducation à la santé dans son ensemble. Il est important d'avoir des connaissances, mais il faut également tenir compte des perceptions et des représentations sociales. L'absence de maladie a elle seule ne peut ainsi plus représenter la santé. Un ensemble de facteurs s'articule autour de la notion de l'éducation à la santé (Billon, 2000).

À cet effet, Calandre (2002) mentionne l'importance qu'on les perceptions dans l'adoption ou non d'un comportement. L'individu a sa propre façon d'interpréter les perceptions de risques. «Selon les valeurs auxquelles croit l'individu, son style de vie, il craindra ou ignorera certains risques. Il peut s'exposer au danger, soit par ignorance, sans en avoir conscience, soit sciemment en recherchant la prise de risque».

De plus, les en ce qui concerne les représentations sociales, il est beaucoup plus difficile de faire qu'un individu se conforme à une norme que si l'information lui provient d'une autre source plus près de lui (Calandre, 2002).

Finalement, pour y parvenir, les intervenants doivent être formés de façon adéquate. Ces derniers doivent également utiliser des actions qui sont à la fois significatives pour la population visée mais également adaptées en fonction des besoins (Magny, 2007). Dans les écoles, plusieurs actions concertées ont été mises sur pied afin de promouvoir et d'éduquer pour la santé.

## **2.6. La santé globale dans les écoles**

La santé globale dans les écoles est un concept qui naît avec Santé Canada. Ce concept est mis en application par l'Association canadienne pour l'éducation à la santé ( 1993 ). Il s'agit d'une démarche de promotion de la santé qui touche autant le comportement individuel que l'environnement des jeunes et du personnel scolaire. Cette démarche qui s'effectue dans le milieu scolaire, permet aux différents gouvernements de se situer face aux besoins des différents milieux (Association canadienne pour l'éducation à la santé, 1999).

À cet effet, le but de ce projet est de renforcer de façon positive l'importance de la santé. Ce volet de promotion active se déroule autant à l'intérieur qu'à l'extérieur de l'école. Quatre éléments essentiels sont nécessaires pour l'optimisation des résultats : l'enseignement, les services de soutien, le soutien social et un milieu sain (Santé Canada, 2002).

Tout d'abord, l'enseignement permet de transmettre et d'augmenter les connaissances et les comportements relatifs à une bonne santé (Santé Canada, 2002). Par la suite, le service de soutien, quant à lui, concerne les différents organismes. Leurs rôles sont d'orienter, de traiter, d'évaluer la santé et de réadapter (Santé Canada, 2002). En troisième lieu, le soutien social est important car ce dernier peut influencer ou sensibiliser sur l'importance de la santé. Il est entendu que ce soutien doit être positif. Et finalement, le milieu sain aide à la prévention des blessures et des maladies (Santé Canada, 2002).

## **2.7. Le guide alimentaire canadien**

Le Guide alimentaire canadien propose une alimentation au lieu de prescrire un régime. Ce guide existe depuis 1942, il a été créé afin d'aider les Canadiens dans leurs choix alimentaires et de favoriser la santé de la population en réduisant le risque de maladies qui sont liées à l'alimentation. Bien qu'il ait été modifié plusieurs fois, le but a toujours été le même et les modifications apportées ont toujours été pour le meilleur (Stefa W, 2007).

Cependant, Renaud (2004) nous fait part qu'un groupe de recherche s'est penché sur le Guide alimentaire canadien. Ce groupe mentionne que l'utilisation du Guide alimentaire canadien peut réduire de façon limitée le risque de maladies (Renaud, 2004).

En 2002, une étude a été réalisée sur le guide alimentaire canadien. Cette étude a permis d'élaborer, sur les forces de l'ancien guide, le nouveau guide alimentaire pour manger sainement. Les modifications apportées ont permis au nouveau guide alimentaire canadien d'éliminer les principales lacunes identifiées dans l'ancien guide alimentaire (Stefa W, 2007).

En éliminant certaines lacunes, plusieurs forces ressortent du guide alimentaire canadien. Ce dernier est entre autre flexible, simple, attrayant visuellement et conforme à la science actuelle. Les spécificités entourant le nombre de portions ou le nombre de portions recommandées ont été améliorées pour le nouveau guide alimentaire (Stefa W, 2007).

Santé Canada (2007) a ajouté une variété d'informations et de conseils pratiques sur le guide alimentaire canadien afin de donner le plus d'informations possibles aux individus. Une des principales forces du nouveau guide alimentaire canadien est qu'il met en évidence les fruits et légumes avec l'arc-en-ciel. Il présente également le lien entre les aliments et leur origine avec l'image de fond. Les dessins d'aliments démontrent la diversité qui est disponible au Canada.

Au niveau des portions, des illustrations démontrent la quantité d'une portion. Il donne également des exemples concrets de portions et comment les calculer (Santé Canada, 2007).

Le nouveau guide alimentaire canadien ne parle pas seulement de nourriture. Il aborde entre autre la qualité et la quantité, l'eau, les recommandations pour les femmes enceintes, sur le fait d'être actif et donne également des conseils pratiques afin de bien manger. Finalement, il présente le tableau des valeurs nutritives (Santé Canada, 2007).

Finalement, le guide alimentaire canadien suggère de nombreuses recommandations qui peut aider les individus à «atteindre un état de santé global et de bien-être». Sa principale

recommandation est de manger le nombre de portions recommandées par groupe alimentaire par jour en fonction de son âge. Par la suite, il fournit aux individus des informations pour chaque groupe alimentaire. Par exemple, le groupe des fruits et des légumes, il recommande, entre autre, de manger un légume ou un fruit vert et orange par jour.

Cependant, le nouveau guide alimentaire canadien a utilisé certains concepts du modèle de la pyramide du Dr Willett, directeur du Département de nutrition de l'École de santé publique de l'Université Harvard. Ses principales recommandations touchent entre autre, à la pratique d'activité physique à tous les jours, de la consommation de bons gras, des céréales entières et éviter les pommes de terre mais manger autant de fruits et de légumes car ils ont des effets bénéfiques, par exemple, contre le cancer. Il y a également de prendre moins de produits laitiers par jour, d'utiliser avec modération l'alcool et de prendre une multivitamine par jour (passeport-santé.net, consulté le 22 juillet 08).

Le guide alimentaire canadien est une bonne base pour aider une personne qui veut prendre sa santé en main. En effet, ce dernier présente beaucoup d'informations afin d'aider les individus à manger sainement et à être actif. Cependant, bien que les informations soient transmises cela peut s'avérer difficile d'appliquer les connaissances afin d'améliorer notre santé (LeGrand, 2002). Cela peut s'avérer difficile car plusieurs facteurs déterminent nos habitudes alimentaires.

## **2.8. Les habitudes alimentaires**

Étant donné qu'il y a un lien entre l'alimentation et l'apprentissage (Dumais, 2004). Plusieurs écoles du Québec participent aux clubs des petits déjeuners afin d'aider plusieurs enfants à commencer la journée du bon pied. Cependant, il serait important de se questionner sur ce qui est offert comme repas aux enfants (Renaud, 2004).



Il est important de situer l'alimentation et les habitudes alimentaires. Comme identifié plus haut, l'alimentation est un pilier de la santé (Mongeau, 1982). Dumais (2004) mentionne également que 90 % des maladies peuvent être attribuées à notre alimentation.

De plus, il y a un lien entre l'alimentation et le comportement (Dumais, 2004). En effet, «les produits alimentaires transformés contiennent une grande variété de substances qui peuvent avoir des répercussions sur le comportement et sur l'apprentissage de l'enfant». Certains enfants peuvent avoir de la difficulté à se concentrer ou deviennent agités.

Parallèlement, le style de vie tel que fumer, consommer de l'alcool ou faire de l'exercice et les facteurs psychosociaux (stress, événements importants) ont également un effet sur la santé. La santé des femmes serait surtout influencée par les contextes et les déterminants psychosociaux tels que le stress et le niveau de l'estime de soi. Alors que les hommes seraient plus influencés par le style de vie comme par exemple, fumer ou faire de l'exercice (Margareta, 2005).

En outre, les comportements alimentaires sont d'abord et avant tout déterminés par l'instinct. À cet effet, l'instinct représente «Pulsion d'origine interne tendant à la satisfaction d'un besoin inné.». Il peut entre autre s'agir de la faim, de la peur, de la soif ou du sommeil (Office québécois de la langue française, consulté en ligne le 15 décembre 08).

De plus, plusieurs déterminants existent au niveau des habitudes alimentaires. Tout d'abord, les déterminants biologiques font références au besoin de se nourrir pour que le corps soit fonctionnel. Il existe deux contraintes majeures qui sont la quantité et la qualité de la nourriture qui influencent le besoin de se nourrir (Gedrich, 2003).

Par ailleurs, d'autres concepts tel que la variété, la satiété et la complémentarité ont des effets sur l'alimentation. Pour ce faire, l'Office québécois de la langue française (consulté en ligne le 15 décembre 08), décrit la satiété comme étant «État survenant après l'ingestion d'aliments et caractérisé par la suppression de la sensation de faim et la perte de l'appétit.». Il y a

également des habitudes telles que le renforcement et la punition qui affecte la satiété (Office québécois de la langue française, consulté en ligne le 15 décembre 08).

Bien que les déterminants biologiques soient importants, il y a également des déterminants économiques à prendre en considération. Le budget accordé à l'alimentation varie selon plusieurs facteurs tels que l'âge, le contexte socio-économique et les besoins (Gedrich, 2003).

Les déterminants psychologiques ont également un impact sur l'alimentation. Il existe des facteurs internes et externes qui modifient nos habitudes. Les émotions, la motivation, les attitudes ou l'apprentissage sont parmi les facteurs les plus importants (Gedrich, 2003). Il existe également des déterminants socioculturels, économiques ou situationnels qui font que nos habitudes alimentaires changent ou se modifient (Gedrich, 2003).

De plus, Calandre (2002), mentionne également que la culture peut avoir un impact sur les choix alimentaires. Ensuite, elle porte une attention particulière au niveau sensoriel. Les choix alimentaires sont donc influencés par le goût, l'odeur, la texture... Il y a également les croyances relatives à la santé qui affectent les choix alimentaires. En effet, les différents concepts tels qu'aliments «sans danger», «nourissants» ou «nutritifs» vont influencer les choix alimentaires (Calandre, 2002).

Tout comme les croyances relatives à la santé peuvent influencer les choix alimentaires, les croyances de sexe et de genre le peuvent également. Ces dernières concernent des aliments qui sont classés selon le sexe ou le genre. Par exemple, les aliments peu épicés conviennent mieux aux enfants (Calandre, 2002).

Dans un autre ordre d'idée, la prévention commence très tôt chez l'enfant. En effet, les bons comportements alimentaires qui sont appris jeunes réduisent le risque de maladies chroniques à l'âge adulte. En effet, la famille est l'aspect qui influence le plus pour l'adoption de saines habitudes alimentaires en bas âge.

Bien que ces éléments soient importants, il existe plusieurs autres recherches qui démontrent la corrélation entre les habitudes alimentaires des parents et celles des enfants (Vareecken, Keukelier et Maes, 2004). Les habitudes alimentaires des enfants s'acquièrent à la maison. Ce qui est transmis varie donc d'une famille à l'autre (Jourdan, 2004).

Cependant, il est intéressant de noter que le milieu familial, étant perçu comme un lieu où l'alimentation est saine, devient un endroit idéal où parler d'alimentation et éduquer (Paquette, 2006).

L'intervention réalisée auprès des enfants comporte certaines limites. Donc cette intervention doit tenir compte de la réalité de chaque famille, car il existe plus d'une façon de bien se nourrir. Plusieurs programmes d'éducation sont développés à l'école mais ces derniers sont peu pertinents puisqu'ils laissent peu de pouvoir sur sa propre santé (Jourdan, 2004).

Il existe trois types de parents face à l'alimentation. Chaque type d'éducation a une influence et des répercussions directes chez les habitudes que développera l'enfant.

- 1) Tout d'abord, les pratiques autoritaires utilisent des directives ou des commandements. L'utilisation de la nourriture pour acheter la paix ou pour une récompense est également considérée comme des pratiques autoritaires.
- 2) Les pratiques permissives sont celles qui donnent libre choix à l'enfant. Il mange ce qu'il veut et lui laisse une grande liberté.
- 3) Finalement, les pratiques démocratiques utilisent le questionnement et la négociation pour aider l'enfant à se créer un guide de référence et donner de l'autonomie à l'enfant (Dulude, 2006).

Cette autonomie peut se définir comme étant la «possibilité pour une personne, d'effectuer sans aide les principales activités de la vie courante, qu'elles soient physiques, mentales, sociales ou économiques, et de s'adapter à son environnement.» (Office québécois de la langue française, consulté en ligne le 15 décembre 08).

Par contre, pour Barbot et Camatarri (1999), le concept d'autonomie fait référence à la fin du processus d'apprentissage. Ce concept réfère donc à un savoir-faire pour l'individu, une méthode qui est devenue intériorisée.

Par ailleurs, le contrôle ou les permissions excessives peuvent avoir des effets négatifs chez les enfants. Tandis que les pratiques autoritaires facilitent le contrôle chez l'enfant ainsi que le développement de saines habitudes alimentaires (Dulude, 2006).

En effet, lorsqu'il y a restriction alimentaire, l'alimentation est modifiée. Ces changements apparaissent surtout au niveau de la consommation de l'aliment restreint. Par exemple, une jeune fille mangera davantage même en absence de faim, ce qui encourage le surplus de poids. Un aliment restreint peut donc attirer l'attention de l'enfant sur ce dernier et ainsi augmenter le désir (Dulude, 2006). Cependant, il est important de noter qu'il existe plusieurs facteurs de risque prédisposant aux troubles du comportement alimentaire (Corcos, 2005).

En effet, Corcos (2005), identifie plusieurs facteurs de risque :

- Facteurs socioculturels
  - Ce sont toutes les pressions sociales sur l'image du corps et du poids chez la femme.
- Facteurs génétiques
  - L'auteur mentionne qu'il est difficile de prédire à l'aide des facteurs génétiques la prédisposition à l'anorexie car il n'y a pas d'étude comportant un grand nombre de patients. Par contre, il mentionne que la vulnérabilité génétique doit être associée à d'autres vulnérabilités génétiques pour que se développe le TCA.
- Prédominance féminine
  - Majorité féminine dans les TCA
- Impact de la puberté
  - Impact des changements physiques sur le corps et l'estime de soi.
- Antécédents d'abus sexuels dans l'enfance

- Lien important qui est affecté sur l'estime de soi et l'image corporelle lorsqu'il y a un abus durant l'enfance.
- La dimension dépressive et la vulnérabilité narcissique
  - Lien entre faible estime de soi et prédiction aux TCA
- Fonctionnement familial, interrelations précoces
  - Impact majeur sur la façon dont l'entourage réagit au TCA
  - Importance de la dynamique familiale :
    - En effet, chez les boulimiques, la famille est plutôt désorganisée.
    - Par contre, chez les anorexiques, la famille présente une source d'anxiété, de maîtrise importante et de contrôle.
- Problématique d'attachement
  - Les parents sont la première source de sécurité donc si le lien est brisé, cela devient un facteur de risque des TCA.
- Troubles de la personnalité
  - Les boulimiques sont identifiées comme des personnes borderline, histrioniques, narcissiques et antisociales.
  - Les anorexiques, quant à elles, sont caractérisées comme des personnes évitantes, dépendantes, obsessives compulsives et passives-agressives.
- Cormorbidité – coaddiction
  - Ce facteur de risque est le lien entre le TCA et les différentes dépendances (consommation de drogues, alcool et ou médicaments) (Corcos, 2005).

Ces facteurs de risque peuvent amener à une dysfonction majeure au niveau alimentaire. En effet, un sur-contrôle ou une limitation au niveau de l'alimentation peut causer un trouble du comportement alimentaire (TCA). Le TCA inclut principalement les troubles de l'anorexie mentale, la boulimie mentale et la compulsion alimentaire. Ces troubles sont en majorité reliés à une faible estime de soi (Warbrick, 2004).

Tout d'abord, l'anorexie est reliée au désir de perdre du poids. Une personne souffrante d'anorexie peut présenter comme caractéristiques un état de détresse, des épisodes d'anxiété et un manque d'estime de soi profond. Ces caractéristiques sont également associées à des comportements reliés à l'anorexie : une restriction alimentaire excessive, une image de son corps qui est erronée et une maigreur extrême (Warbrick, 2004).

Par la suite, la boulimie est caractérisée par «des épisodes de fringales incontrôlables suivies de phases de purges où ils essaient de rejeter toute la nourriture qu'ils ont ingéré soit en se faisant vomir soit en prenant des laxatifs ». Une personne souffrant de boulimie présente de l'anxiété, de la culpabilité et des remords (Warbrick, 2004).

Finalement, la compulsion alimentaire ou hyperphagie incontrôlée est présente lorsqu'une personne ne peut pas arrêter de manger. Cette personne devient obsédée par la nourriture. La majorité des personnes souffrants de ce type de TCA présentent un surplus de poids car ces dernières ne se font pas vomir pour perdre du poids (Warbrick, 2004).

En conclusion de cette partie, il est important de connaître les éléments qui déterminent les habitudes alimentaires ainsi que les différents comportements à risque. Cependant, même si on connaît les différents risques, pour modifier une habitude, il faut être prêt à changer ce comportement ou cette habitude. La prochaine section abordera donc la modification de comportement.

## **2.9. La modification de comportement**

Un questionnement a lieu de se poser lorsque l'on parle de modification de comportement au niveau des habitudes alimentaires. Il n'est pas évident pour un adulte de modifier un comportement ou une habitude. Pour un enfant, est-ce la même chose?

Dans le cadre de cette étude, il n'est pas question de modification de comportement proprement dit mais je crois pertinent d'en parler puisque le début de la modification de comportement concerne le concept de soi et l'estime de soi. Par la suite, le fait de savoir peut

jouer un impact important sur leurs décisions. Donc si les enfants savent, que doivent-ils faire par la suite pour modifier cette habitude?

En ce qui concerne le concept d'estime de soi, Rokeach (1973) différencie le concept d'estime de soi et de satisfaction personnelle. En effet, ce dernier identifie le concept de soi comme étant une caractéristique plus ou moins durable chez un individu. Tandis que le concept de satisfaction personnelle est spécifique à une situation. En effet, ce dernier peut varier d'une situation à l'autre (Rokeach, 1973).

Par ailleurs, c'est le concept d'insatisfaction personnelle qui peut, selon Rokeach (1973) initier le processus de changement chez l'individu. En effet, l'insatisfaction personnelle a un effet sur les valeurs de l'individu et ce, peut importe les valeurs. L'effet sur les valeurs tente d'éliminer ou de réduire le sentiment d'insatisfaction que vit la personne, qui peut résulter à une modification de comportement (Rokeach, 1973).

Par le fait même, lorsque l'on parle de savoir, il est important de distinguer le concept de paradigme d'enseignement et celui du paradigme de l'apprentissage. En effet, le paradigme d'enseignement est lorsque l'enseignant transmet de l'information pour les apprenants. Contrairement à ce dernier, le paradigme d'apprentissage implique l'apprenant dans sa démarche. Il situe l'apprenant au centre de son apprentissage car ce dernier peut intervenir sur les connaissances qu'il veut se construire (Jouquan et Bail, 2003).

Les modifications de comportement au niveau de l'alimentation sont peu efficaces puisque les déterminants de celui-ci sont peu connus. Afin de faire une promotion efficace sur l'alimentation, il faudrait comprendre et connaître ces différents déterminants ainsi que leur fonctionnement (Paquette, 2006).

Turcotte (2006) a mentionné que si une intervention avait une influence positive, nous pourrions donc croire qu'une modification d'un comportement ou d'une habitude sera faite. Par contre, il y a plusieurs questionnements face à cette modification. Entre autre, pourquoi

les personnes qui ont reçu l'intervention ne modifient pas tous leurs comportements? D'autres facteurs sont en cause.

Si le simple fait de comprendre les effets nocifs ou négatifs d'une habitude devrait suffire à nous empêcher de le faire, comment se fait-il qu'il y ait encore autant de personnes qui fument, sont sédentaires ou ne modifient pas leurs habitudes alimentaires ? Le simple fait de connaître, ne signifie pas que nous modifierons nos habitudes alimentaires pour adopter un meilleur comportement.

Le Ministère de la santé et des services sociaux (2006) mentionne qu'il est important d'agir sur l'individu mais également sur l'environnement (autant la famille que l'école) pour adopter ou modifier les comportements au niveau des habitudes alimentaires.

Bien qu'il soit important d'agir sur tout ce qui entoure l'individu, l'adoption d'une habitude ou d'un comportement n'est pas si simple. Il s'agit, en effet, d'un processus qui n'est pas totalement connu. Plusieurs facteurs, contrôlés ou pas, peuvent intervenir dans cette complexe évolution. Ce changement peut également être influencé par plusieurs éléments, tel que l'attitude, nos croyances ou nos connaissances sur le sujet (Larue, 2000).

Tel que le mentionne Fishbein et Ajzen (1975), les croyances déterminent les attitudes, les intentions et les comportements de la personne. En effet, les individus ont des croyances sur les différents sujets. De ces croyances découlent l'attitude qu'aura l'individu face à ce sujet. Tel que le démontre la figure 2.1, l'attitude l'individu face à un sujet peut amener différents comportements. Ces comportements, par la suite, vont solidifier ou modifier avec les croyances (Fishbein et Ajzen, 1975).

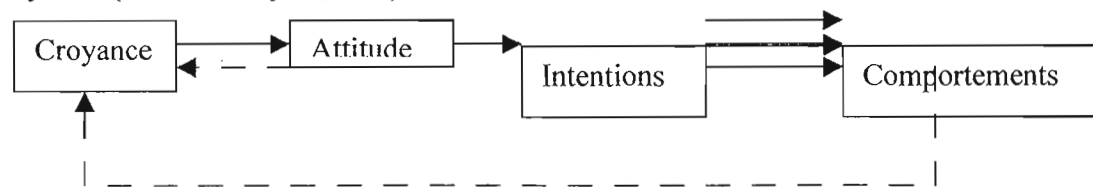


Figure 2.1 Schéma représentant les croyances, les attitudes, les intentions et les comportements (tiré de Fishbein et Ajzen, 1975, p. 15)



Par ailleurs, chacun des éléments présentés ci-haut possède ses propres déterminants. En premier lieu, les croyances sont construites avec les expériences vécues en lien avec ces croyances (Fishbein et Ajzen, 1975).

En second lieu, voyons les attitudes. L'individu peut posséder une multitude de croyances sur un sujet. Par contre, comme l'indique Fishbein et Ajzen (1975), bien que l'individu ait plusieurs croyances, seulement certaines d'entre elles vont déterminer les attitudes.

En troisième lieu, les intentions possèdent deux principaux déterminants : la composante attitude et la composante normative. En effet, la composante attitude est reliée à l'attitude de cette personne concernant la performance du comportement en question. Par la suite, la composante normative est reliée à la motivation et aux croyances de la personne à savoir si elle adopte ou non le comportement (Fishbein et Ajzen, 1975).

Il va sans dire que l'opinion des autres a également son poids dans la balance pour l'adoption de cette habitude. Les parents, les amis ou même l'opinion de l'enseignant peut peser d'un côté ou de l'autre de la balance (Larue, 2000).

De plus, Ajzen et Fishbein (1980) proposent un modèle de l'action raisonnée. À cet effet, les individus ont des comportements qui sont prédéterminés par les intentions. Ces intentions sont déterminées par deux éléments. Le premier est relié à ce qui est personnel. En effet, le facteur personnel est considéré comme l'évaluation de la personne en ce qui concerne le comportement (Fishbein et Ajzen, 1975).

Par la suite, pour ce qui est de l'influence sociale, il s'agit des différentes pressions sociales que peut ressentir un individu pour l'adoption ou non d'un comportement (Fishbein et Ajzen, 1975).

Toutefois, Godin (1996) va plus loin en mentionnant que pour modifier un comportement, il faut tenir compte que les individus ne se situent pas tous au même endroit. En effet, chacun à

sa propre expérience. Il mentionne également qu'un des problèmes pour l'adoption de comportements en santé est qu'il y a un manque au niveau des déterminants (Godin, 1991).

Par ailleurs, Rochon (1988) identifie les déterminants du comportement. En effet, ces derniers se classifient en deux principales catégories : les facteurs personnels et les facteurs environnementaux.

En premier lieu, les facteurs personnels constituent tous les éléments internes qui peuvent influencer un individu à adopter un comportement. Il peut s'agir de besoins, d'habiletés, de connaissances, de croyances, du sexe, de l'âge et du revenu pour ne nommer que ceux-ci (Rochon, 1988). Les connaissances, comme le vérifie ma recherche, peuvent donc être à la base pour influencer un individu à adopter un comportement.

En second lieu, les facteurs environnementaux sont externes à l'individu. Ce sont donc les facteurs externes qui peuvent influencer l'individu. Il y a, entre autre, les relations interpersonnelles, les liens avec les services et ressources, le lieu de travail, de loisir et de résidence (Rochon, 1988).

Cependant, il est important de noter que le fait de donner de l'information sans tenir compte de ce qui entoure l'individu peut s'avérer inefficace mais également avoir un impact sur ce dernier (Sandrin Berthon, 1997).

Plusieurs tentatives pour modifier les comportements au niveau de la santé ont échoué (Godin, 1991). Face à cet échec, une conclusion a été tirée par des intervenants du milieu de la santé. Ils ont conclu qu'afin de modifier les comportements des individus, il ne fallait pas tenter de les convaincre mais bien identifier les facteurs psychosociaux qui sont responsables de l'adoption d'un comportement ou d'une habitude (Godin, 1991).

À cet égard, Renaud et Gomez Zamudio (1999) présentent une séquence d'adoption du comportement (PRECEDE). Cette séquence se développe comme suit :

- «une personne a une raison initiale, une impulsion ou une motivation pour agir (facteur prédisposant)»;
- «le facteur prédisposant peut être suffisant pour déclencher un comportement. Il est néanmoins insuffisant à son maintien, dans la mesure où la personne n'a pas les ressources et les habiletés pour ce faire»;
- «la motivation est suivie du déploiement ou de l'utilisation de ressources pour faciliter le comportement (facteur facilitant)»;
- «l'action qui en découlera sera suivie d'une réaction émotionnelle, physique ou sociale (facteur de renforcement)»;
- «le facteur de renforcement consolide le comportement»;
- «la présence de facteurs facilitants fournit un contexte positif au comportement et augmente l'apport aux facteurs prédisposants»;
- «les «récompenses» et les satisfactions provenant du comportement le rendront plus attirant. Dans ce contexte, les facteurs de renforcement deviennent les facteurs prédisposants futurs»;
- «et finalement, le renforcement social d'un comportement facilitera l'action».

Certes, les facteurs prédisposants font référence à la motivation. Fait important, il y a également les connaissances dans cette catégorie. Renaud et Gomez Zamudio (1999) démontre donc que les connaissances sont essentielles pour qu'une action s'accomplisse. De plus, elles font parties des facteurs prédisposants à la modification d'un comportement. Cependant, elles ne sont pas seules. En effet, il y a également «les attitudes, les croyances, les valeurs, les besoins perçus et la capacité à agir».

En ce qui concerne les facteurs facilitants, ces derniers font référence à la disponibilité et à l'accessibilité des ressources. Pour leur part, les facteurs de renforcement sont ceux qui, après l'action, auront une influence positive chez l'individu afin qu'il maintienne son comportement (Renaud et Gomez Zamudio, 1999).

D'autres modèles de modification du comportement existent comme celui présenté dans Rochon (1988). En effet, ce dernier présente les phases d'apprentissage du comportement.

Les différentes phases sont présentées comme suit :

- «Être au courant de l'existence du comportement»;
- «Être intéressé à en savoir plus long»;
- «Ressentir le besoin de prendre une décision à ce sujet»;
- «Prendre une décision à ce sujet»;
- «Essayer le comportement correspondant à cette décision»;
- «Adopter ce comportement»;
- «Adapter le comportement ( modifier, substitution, cessation ou reprise) »;
- «Intérioriser le comportement».

À ce propos, le modèle de Rochon a été construit sur la base de d'autres modèles comme celui de Gagné (tiré de Rochon, 1988). Ce dernier, décrit son modèle d'enseignement en

7 étapes :

- 1- «informer la personne des objectifs d'apprentissage»
- 2- «présenter les stimuli»
- 3- «augmenter l'attention de la personne»
- 4- «réveiller les pré-requis»
- 5- «faciliter les conditions permettant la performance»
- 6- «déterminer la séquence d'apprentissage»
- 7- «guider l'apprentissage»

Dans un autre ordre d'idée, des éléments comme le plaisir immédiat, la pression des pairs, l'envie de faire comme les autres ou la nécessité de prendre des risques sont des éléments qui peuvent influencer le comportement de l'individu (Sandrin Berthon, 1997).

Bien que plusieurs programmes diffusent de l'information dans le but de motiver les individus à modifier leurs comportements ou habitudes, cela s'avère plutôt inefficace. Godin (1991), suggère que dans certaines circonstances, le réseau social entourant l'individu ou la réglementation aurait plus d'influence. Dans d'autres cas, l'intervention éducative peut être

appropriée dans la mesure où l'intervention est jugée adéquate et bien préparée. Ma recherche permet de vérifier les connaissances chez les élèves. Tel que le mentionne Godin (1991), si à la suite de mon questionnaire, une intervention adéquate et bien préparée est présentée aux élèves, celle-ci pourrait avoir de l'influence. Mais il faut cependant commencer par le début et aller vérifier ce que connaissent les élèves afin que l'intervention soit la plus adéquate possible.

La citation suivante de Sandrin Berthon (1997) démontre bien le rôle et l'importance de l'éducateur pour la santé : « L'éducateur pour la santé ne peut pas se contenter de diffuser des messages prédéterminés. Il devra, à chaque fois, construire avec le groupe un nouveau champ de connaissance adapté à cette situation particulière et résultant du savoir scientifique et du savoir profane. On ne devrait pas parler d'équilibre alimentaire nutritionnel à des enfants, dans une perspective d'éducation pour la santé, sans connaître les habitudes alimentaires et culinaires de leurs familles».

En effet, plusieurs théories de modification de comportement existent. Ces théories démontrent bien que l'individu a besoin de plusieurs autres éléments ou facteurs afin d'adopter ou de modifier un comportement que le simple fait de connaître des informations sur le sujet.

Plusieurs recherches prouvent qu'une saine alimentation favorise un comportement adéquat à l'école. Les notions qui permettent d'identifier ce qu'est une alimentation saine ou adéquate doivent être véhiculées ou enseignées afin de permettre aux jeunes de faire des choix appropriés. En sachant que l'enseignant peut avoir une grande influence chez les élèves, si l'enseignant d'éducation physique ne parle pas d'alimentation auprès des élèves, qui leur permet ou comment font-ils pour obtenir les informations? Est-ce que leurs connaissances sont semblables ou déficientes par rapport à un groupe d'élèves qui a eu des informations reliées à l'alimentation ?

Comme le mentionne Billon (2000), il ne faut pas simplement donner une explication pour le comportement soit modifié. Il faut que l'individu apprenne à utiliser ses connaissances pour

construire un modèle et mettre en place les outils qui feront en sorte que l'individu va décider de changer de comportement.

## **Chapitre III**

### **3. Méthodologie**

Tout d'abord, dans ce chapitre sera présenté la démarche de l'étude. On y traitera également la population cible des participants. L'instrument de mesure sur lequel s'appuieront les résultats de l'étude sera également présenté. Les procédures pour contacter et solliciter les participants seront détaillées. Il sera notamment expliqué avec quel outil informatique nous analyserons nos données. En conclusion de ce chapitre, les résultats attendus, les limites et les retombées de la présente recherche seront exposés.

#### **3.1. Démarche de l'étude**

En premier lieu, le projet a été accepté par le comité de déontologie du département de Kinanthropologie de l'UQAM. Cette étude est de type quantitative. Elle répond aux questions de la recherche qui sont :

- vérifier si les élèves ayant eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique sur le guide alimentaire canadien ont de meilleures connaissances sur l'alimentation et les saines habitudes alimentaires;
- vérifier d'où proviennent les informations. Que les élèves donne la bonne réponse ou non à la question, de qui provient cette information? Car les élèves peuvent également apprendre à l'extérieur de l'école.

#### **3.2. Instruments et procédure**

##### **3.2.1. L'instrument de mesure**

L'instrument de mesure comporte 27 questions portant sur le guide alimentaire canadien. Ce questionnaire a été constitué à partir du guide alimentaire canadien car aucun questionnaire

n'existe sur les connaissances reliées au guide alimentaire canadien. Toutes les questions demandées trouvent leur réponse dans le guide alimentaire canadien (Santé Canada, 2007).

Singly (2005) mentionne l'importance de «définir à l'avance les notions qui seront au centre de l'enquête». En déterminant à l'avance les notions désirées, cela évite les longueurs (Javeau, 1992).

C'est pour cela que le questionnaire a été créé en 3 sections. Les portions, les groupes alimentaires ainsi que les habitudes alimentaires. Il y a également une question sur l'identification des groupes alimentaires ainsi que sur la motivation à modifier ses habitudes.

Voici les énoncés qui se retrouvent dans le questionnaire :

- 1) Quels sont les 4 groupes alimentaires présentés dans le Guide alimentaire canadien ?
- 2) Le Guide alimentaire canadien nous informe sur :
  - 1) le nombre de calories qu'il faut manger
  - 2) le nombre de portions par mois
  - 3) le nombre de calories qu'il faut dépenser
  - 4) le nombre de portions par jour
  - 5) je ne sais pas
- 3) Combien de portions de fruits et de légumes dois-tu consommer par jour pour ton âge?
- 4) Combien de portions de produits céréaliers dois-tu consommer par jour pour ton âge?
- 5) Combien de portions de lait et substituts dois-tu consommer par jour pour ton âge?
- 6) Combien de portions de viandes et substituts dois-tu consommer par jour pour ton âge?
- 7) Les pâtes alimentaires font parties de quel groupe alimentaire?
- 8) Le tofu fait parti de quel groupe alimentaire?
- 9) Les œufs font partis de quel groupe alimentaire?
- 10) Le jus fait parti de quel groupe alimentaire?
- 11) Les légumes cuits font partis de quel groupe alimentaire?
- 12) Les boissons de soya font parties de quel groupe alimentaire?
- 13) Le pain fait parti de quel groupe alimentaire?
- 14) Les noix font parties de quel groupe alimentaire?
- 15) Le riz fait parti de quel groupe alimentaire?
- 16) La pizza faite maison ( pepperoni, champignons et fromage) fait partie de quel(s) groupe(s) alimentaire(s)?
- 17) Combien de portions de poisson devrait-on consommer chaque semaine selon le Guide alimentaire canadien?
- 18) Lequel ne fait pas parti du groupe alimentaire des viandes et substituts ?
- 19) Quels sont les endroits où l'on peut bien manger?



- 20) Il est important de :
- 1) manger n'importe quoi, n'importe quand.
  - 2) manger les mêmes aliments tout le temps.
  - 3) manger au moins 1 légume vert et 1 légume orangé chaque jour.
  - 4) choisir des aliments riches en lipides, sucre.
  - 5) je ne sais pas
- 21) Il est important de :
- 1) manger des aliments variés.
  - 2) manger 4 repas par jour.
  - 3) manger des collations sucrées.
  - 4) manger après le souper ou avant d'aller se coucher.
  - 5) je ne sais pas
- 22) Selon le Guide alimentaire canadien, pour avoir un mode de vie sain, il faut :
- 1) seulement bien manger.
  - 2) renforcer nos muscles.
  - 3) bien manger et être actif.
  - 4) seulement être actif.
- 23) Le maïs éclaté et les desserts font partis de quel groupe alimentaire?
- 24) Mes connaissances sur l'alimentation :
- 1) me donne le goût de modifier mes habitudes alimentaires.
  - 2) ne me donne pas le goût de modifier mes habitudes alimentaires.
  - 3) ne me servent à rien.
  - 4) m'ont aidé à modifier mes habitudes alimentaires.

Par la suite, le questionnaire comporte, pour chaque question, une sous-question qui se lit comme suit :

Je le sais grâce à :

- a) mon enseignant d'éducation physique
- b) mon enseignant de classe
- c) mes parents
- d) la télévision
- e) autre : \_\_\_\_\_

Cette sous-question est la même pour toutes les questions et demande à l'élève d'identifier grâce à qui il connaît l'information.

Le questionnaire a été validé auprès de 37 élèves de 4<sup>ième</sup> année du primaire de la région de Montréal. Leurs commentaires ont été très constructifs. Plusieurs ont suggéré d'ajouter un exemple et de le faire avec eux sur la première page afin de vérifier leur compréhension. Par la suite, ils ont également suggéré d'ajouter un choix «je ne sais pas» afin d'éviter qu'ils choisissent au hasard un des 4 choix qui étaient présentés. Comme le mentionne Javeau

(1992), le choix «je ne sais pas» doit être prévu dans certains cas. Mais il faut l'utiliser de façon adéquate.

Les élèves n'ont pas trouvé le questionnaire très long à répondre puisque plusieurs questions portent sur le même sujet. Par exemple, en ce qui concerne les questions sur l'identification du groupe alimentaire, elles sont sensiblement de même formulation.

Il faut entre 20 et 30 sujets afin de valider un questionnaire. En ce qui concerne la compréhension, Javeau (1992) mentionne qu'il est important que la moindre question apporte une correction. «Il faut éviter de devoir fournir des explications sur les termes utilisés aux futurs répondants».

Dans le questionnaire, une seule question a causé un questionnement chez 8 élèves. Ils se demandaient qu'est-ce que les boissons de soya. Par contre, il y a 12 élèves qui savaient ce que c'était sans nécessairement savoir à quel groupe alimentaire il appartenait. Suite à cela, la question a été conservée.

Au niveau de la validité, il s'agit de vérifier si le questionnaire mesure vraiment ce qu'il est censé mesurer (Office québécois de la langue française, 2003, consulté en ligne le 15 décembre 08). Le questionnaire vérifie les connaissances sur le guide alimentaire canadien et sur les habitudes alimentaires.

Au niveau de la fidélité, il s'agit de vérifier si le questionnaire est fidèle dans la mesure où si on reprenait le questionnaire chez ces élèves, est-ce qu'on aurait les mêmes réponses (Office québécois de la langue française, 2003, consulté le 15 décembre 08)? Le questionnaire est fidèle dans la mesure où il est important de considérer que les élèves sont en apprentissage et qu'ils peuvent apprendre à tous les jours. Par contre, le questionnaire a été distribué au mois de mars-avril. Il faut également prendre ce fait en considération.

Les thèmes abordés dans le questionnaire sont les groupes alimentaires, l'identification d'un aliment au groupe alimentaire, le nombre de portions recommandées, ainsi que les habitudes alimentaires.

### **3.2.2. Passation du questionnaire**

Par la suite, les enseignants (titulaires) des écoles concernées ont été rencontrés pour avoir leur accord, suite à l'explication de la recherche. Par la suite, un formulaire de consentement a été remis afin qu'ils le distribuent aux élèves de leur classe. La date de passation du questionnaire a également été fixée avec chaque enseignant.

Une fois le formulaire de consentement parental signé et remis aux enseignants, l'intervenant est allé dans chaque classe afin de faire passer le questionnaire en fournissant des consignes claires. Les élèves n'avaient pas à inscrire leur nom afin de garantir l'anonymat. Ils ont également été informés que s'ils le désirent, ils peuvent se retirer à tout moment et ce sans préjudices. Un point important a été mentionné aux élèves. Lorsque les élèves répondaient aux questions, ils ne pouvaient pas revenir en arrière (car certaines réponses se retrouvent dans les pages suivantes).

Une fois les consignes données, le questionnaire a été distribué aux élèves qui avaient obtenu l'accord de leurs parents. Le temps de passation pour le questionnaire est d'environ 30 minutes. Ce questionnaire permet de vérifier leurs connaissances sur l'alimentation et sur les saines habitudes alimentaires ainsi que la source d'où leur provient l'information.

Finalement, les élèves et les enseignants ont été remerciés pour leur participation au projet. Une fois l'étude terminée, l'intervenant s'engage également à fournir à l'enseignant les résultats afin qu'il puisse les utiliser pour son enseignement.

### **3.3. Participants**

Les sujets de cette étude sont âgés de 9 et 10 ans parce que dès cet âge, certaines filles et garçons commencent à vouloir perdre du poids afin de modifier leur image corporelle alors qu'ils débutent leur période de croissance (Ministère de la santé et des services sociaux, 2006). Ce sont des garçons et des filles, âgés de 9 et 10 ans, de 4<sup>ième</sup> année du primaire. Ils proviennent de trois écoles primaires et par la même occasion, de différentes classes sociales.

Pour arriver à ce résultat, composé de 127 sujets, il y a eu 134 questionnaires qui ont été distribués. Les autres questionnaires ( 7 ) étaient soit mal remplis ou incomplet et par le fait même inutilisable. Il y a donc 127 sujets dans l'étude.

Le nombre de sujets est de 127 élèves. Il s'agit de trois écoles de la région montréalaise, de milieux socio-économiques différents. La répartition des élèves entre les trois écoles est au pro rata du nombre d'élèves inscrits à l'étude par école. La première école comporte 25 élèves (soit 19,7 %) qui ont participé à l'étude. La deuxième école comporte 30,7 % (39 élèves) qui ont participé à l'étude. Et finalement, la dernière école représente 49,6 % ( 63 élèves) des répondants.

L'échantillon sélectionné sera de convenance car il n'y a pas de procédure aléatoire afin de choisir les sujets. Pour qu'un groupe participe à la recherche, l'accord de l'enseignant était nécessaire.

### **3.4. Procédures d'analyse**

#### **3.4.1. Variables et type d'analyse**

Dans cette étude, il y a trois type de variables; les variables indépendantes, les variables dépendantes et les variables confondantes.

Les variables indépendantes sont les réponses au questionnaire ainsi que le sexe.

Le taux de réussite sera comparé entre les élèves qui ont eu ou n'ont pas eu d'information sur le guide alimentaire canadien.

De plus, les variables dépendantes sont les connaissances sur le guide alimentaire canadien et les saines habitudes alimentaires selon Santé Canada ( 2007 ).

Quant au milieu socio-économique, celui-ci est une variable confondante. Même si les écoles ne sont pas du même niveau socio-économique, ce sont les connaissances que le questionnaire vérifie. Il ne vérifie pas les habitudes alimentaires chez les élèves. Étant donné que le questionnaire vérifie les connaissances, le milieu socio-économique est donc une variable confondante.

Dans un autre ordre d'idée, en ce qui concerne la quantification, une base de données a été créée dans SPSS (version 16.0) afin d'entrer toutes les réponses des élèves.

Suite à cette compilation, des tableaux de tableau de croisement de données, du Chi-deux, test T, des tableaux de fréquences, une analyse de variance ainsi que des histogrammes ont été créés.

Pour l'analyse des données, chaque réponse a été validée avec le guide alimentaire canadien. Il y a eu une comparaison des réponses pour voir s'il y a une différence significative entre les deux groupes d'élèves (avec ou sans information), le sexe et/ou l'âge.

Pour chaque question, un tableau des fréquences, un tableau de croisement de données, un Chi-deux et un histogramme ont été fait. Que la question comporte une différence significative ou non, l'analyse du pourcentage de réussite peut donner de bons indices. De plus, pour chaque question, les tableaux représentant les sous-questions sont affichés.

Pour l'analyse des groupements, un test T et une analyse des variances a été effectué. Ces 3 groupements incluent les questions 2 à 23.

Pour l'interprétation des résultats, une question est dite significative si  $p < 0,05$ . Les questions seront traitées de façon globale et par la suite de façon individuelle.

### **3.4.2. Portée du projet**

Selon le domaine général de formation Santé et Bien-être présent dans le programme du MEQ (2003), l'alimentation devrait être abordée par les enseignants de l'école. Les attentes sont donc que les élèves connaissant les réponses par l'entremise soit de l'enseignant de l'éducation physique ou du titulaire.

Ainsi, les données recueillies pourront être réinvesties dans les écoles puisque les résultats seront transmis aux enseignants d'éducation physique qui auront participé à l'étude. Ils pourront, par la suite, utiliser ces données afin de vérifier quelles sont les connaissances de leurs élèves sur le guide alimentaire canadien. Ils pourront donc partir de ces données pour leurs élèves.

De plus, cette étude pourrait être importante pour démontrer l'importance de l'enseignant d'éducation physique à aborder le volet alimentation lors de ses cours d'éducation physique et à la santé.

### **3.4.3. Limites**

Le questionnaire vérifie seulement les connaissances donc amène une limite dans une éventuelle intervention. Par contre, les résultats obtenus peuvent être des indicateurs afin de poursuivre le cheminement de l'éducation à la santé dans les milieux scolaire.

Cette étude comporte certaines limites. L'échantillonnage est non représentatif, au niveau du pourcentage d'information fournie par l'enseignant d'éducation physique, car seulement trois écoles ont été choisies et l'échantillon est divisé presque également en ce qui concerne le fait

d'avoir eu ou non de l'information. Par contre, dans les milieux scolaires, le pourcentage d'élèves qui ont eu de l'information sur le guide alimentaire canadien de la part de l'enseignant d'éducation physique n'est pas connu. Il ne peut donc pas y avoir de comparaison à grande échelle.

L'échantillon est de convenance car ce sont les enseignants de la classe qui décidaient premièrement de la passation ou non du questionnaire à leur classe.

Les résultats seront difficilement transférables dans la population en général mais nous donnera quand même une excellente idée sur le fait de donner aux enseignants d'éducation physique ou non le mandat de parler d'alimentation à l'école.

Finalement, il n'y a que le guide alimentaire canadien qui est pris pour compte alors qu'il existe plusieurs autres sources d'information.

## **Chapitre IV**

### **4. Les résultats**

Dans ce chapitre, seront présentés les différents résultats obtenus en fonction du questionnaire. Les résultats seront présentés de façon globale, par la suite question par question, en fonction du sexe et finalement en fonction de l'âge. Il y a également une partie pour chaque sous-question.

#### **4.1. La description de l'échantillon**

La description de l'échantillon est présentée dans cette partie. En premier lieu, est présenté l'échantillon total. En second lieu, l'échantillon est présenté en fonction du sexe et finalement en fonction de l'âge.

Il y a 127 sujets dans l'échantillon total. Les 127 sujets sont des élèves de 4<sup>ième</sup> année du primaire. Sur 127 élèves, il y en a 63 élèves qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique sur le guide alimentaire canadien et 64 élèves qui en ont eu. Le tableau suivant représente si les élèves ont eu ou non de l'information, en fonction de leur sexe, sur le guide alimentaire canadien par l'enseignant d'éducation physique.



**Tableau 4.1**

Répartition des élèves selon le sexe et sans/avec information

Information	Filles	Garçons	Total information
Non	<b>34</b>	<b>29</b>	<b>63</b>
	53.1 % 34/64	46 % 29/63	
Total	26.77 % 34/127	22.83 % 29/127	49.6 % 63/127
Oui	<b>30</b>	<b>34</b>	<b>64</b>
	46.9 % 30/64	53.1 % 34/63	
Total	23.6 % 30/127	26.77 % 34/127	50.4 % 64 /127
Total sexe	<b>64</b>	<b>63</b>	<b>127/127</b>
	50.4 % 64/127	49.6 % 63/127	100 %

Le tableau 4.1 démontre que des 127 élèves, il y en a 64 qui sont de filles et 63 qui sont des garçons. Des 64 filles, il y a 34 d'entre elles qui n'ont pas reçu d'information sur le guide alimentaire canadien de la part de l'enseignant d'éducation physique. Par contre, il y en a 30 qui en ont reçu. Il y a donc 26.77 % des tous les sujets qui sont des filles et qui n'ont pas reçu d'information et 23.6 % des sujets sont des filles et ont reçu de l'information.

Chez les 63 garçons, ce sont 29 d'entre eux qui n'ont pas reçu d'information sur le guide alimentaire canadien et 34 qui en ont reçu. Il y a donc 22.83 % des sujets qui sont des garçons et qui n'ont pas reçu d'information et 26.77 % des sujets sont des garçons et ont reçu de l'information. Le tableau suivant indique le nombre d'élèves qui ont 9 ou 10 ans lors de la passation du questionnaire.

**Tableau 4.2**

Répartition des élèves selon l'âge et le sexe

Âge	Filles (N=64)	Garçons (N=63)	Total âge
9 ans	<b>36</b>	<b>38</b>	<b>74</b>
	56.25 % 36/64	60.32 % 38/63	
Total	28.35 % 36/127	29.92 % 38/127	58.3 % 74/127
10 ans	<b>28</b>	<b>25</b>	<b>53</b>
	43.75 % 28/64	39.7 % 25/63	
Total	22.05 % 28/127	19.7 % 25/127	41.7 % 53 /127
Total sexe	<b>64</b>	<b>63</b>	<b>127/127</b>
	50.4 % 64/127	49.6 % 63/127	100 %

Le tableau 4.2 indique que des 127 élèves, il y en a 74 qui ont 9 ans et 53 qui ont 10 ans lors de la passation du questionnaire. Il y a 56.25 % des filles ont 9 ans et 43.75 % des filles ont 10 ans. Les filles de 9 ans représentent 28.35 % des sujets de la recherche et celles de 10 ans représentent 22.05 %.

De leur côté, les garçons ont 9 ans dans 60.32 % des cas et 10 ans dans 39.7 %. Les garçons de 9 ans représentent 29.92 % des sujets de la recherche et ceux de 10 ans représentent 19.7 %.

Les tableaux suivants représentent le nombre respectif d'élèves en fonction de l'information, du sexe selon l'âge, pour les élèves de 9 ans et de 10 ans. Ils démontrent le nombre de filles ou de garçons qui ont reçu ou pas de l'information en fonction de leur âge respectif.

**Tableau 4.3**

Répartition des 9 ans selon le sexe et sans/avec information

Information	Filles (N=64)	Garçons (N=63)	Total info
Non	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>
	31.25 % 20/64	31.75 % 20/63	
	15.75 % 20/127	15.75 % 20/127	31.5 % 40/127
Oui	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>34</b>
	25 % 16/64	28.57 % 18/63	
	12.6 % 16/127	14.17 % 18/127	26.77 % 34/127
Total sexe	<b>36</b>	<b>38</b>	<b>74</b>
	56.25 % 36/64	60.32 % 38/63	
	28.35 % 36/127	29.92 % 38/127	58.27 % 74/127

Le tableau 4.3 montre les répondants de 9 ans, selon leur sexe et s'ils ont eu ou pas de l'information. On peut remarquer que le nombre de filles et de garçons qui n'ont pas eu de l'information et qui ont 9 ans est de 20. En ce qui concerne ceux qui ont eu de l'information, il y a 16 filles de 9 ans et 18 garçons du même âge.

**Tableau 4.4**

Répartition des 10 ans selon le sexe et sans/avec information

Information	Filles (N=64)	Garçons (N=63)	Total information
Non	<b>14</b>	<b>9</b>	<b>23</b>
	21.88% 14/64	14.29 % 9/63	
	11.02 % 14/127	7.09 % 9/127	18.11 % 23/127
Oui	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>30</b>
	21.88% 14/64	25.4 % 16/63	
	11.02 % 14/127	12.6 % 16/127	23.62 % 30/127
Total sexe	<b>28</b>	<b>25</b>	<b>53</b>
	43.75 % 28/64	39.7 % 25/63	
	22.05 % 28/127	19.7 % 25/127	41.73 % 53/127

Le tableau 4.4 montre la répartition des répondants de 10 ans selon leur sexe et s'ils ont eu ou non de l'information. Il y a 14 filles de 10 ans qui n'ont pas eu d'information et également 14 filles de 10 ans qui en ont eu. Du côté des garçons, il y en a 9 de 10 ans qui n'ont pas eu d'information et 16 des 10 ans qui ont eu de l'information.

## 4.2. Les groupements

Trois groupements ont été faits pour les questions du même type. Tout d'abord, il y a des questions qui sont reliées aux différentes portions du guide alimentaire canadien. Ces questions sont les questions 3, 4, 5, 6 et 17. Par la suite, un groupement a été fait pour l'identification des aliments selon le groupe alimentaire. Ce sont les questions 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18 et 23. Finalement, le dernier groupe est relié aux connaissances sur les habitudes alimentaires. Ce sont les questions 2, 19, 20, 21 et 22. En ce qui concerne les 3 groupements, les tableaux suivants donnent les moyennes pour chaque groupe ainsi que les résultats du test T.

**Tableau 4.5**  
Moyennes des différents groupements

	Information	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Somme_Questions	sans info	63	9,35	3,273	,412
	avec info	64	12,84	3,286	,411
Somme_Portions	sans info	63	1,37	1,005	,127
	avec info	64	1,86	1,258	,157
Somme_Groupes alimentaires	sans info	63	5,17	2,269	,286
	avec info	64	7,50	2,462	,308
Somme_Habitudes alimentaires	sans info	63	2,81	1,378	,174
	avec info	64	3,48	1,054	,132

Le tableau 4.5 démontre les moyennes statistiques des groupements selon l'information. Il est important de mentionner que le groupement questions se rapporte à l'ensemble des questions 2 à 23. La moyenne est de 9.35 sur 22 pour les élèves sans information et de 12.87 pour les élèves avec information. Le groupement portions se rapporte aux questions 3, 4, 5, 6 et 17. La moyenne est de 1.37 sur 5 pour ceux qui n'ont pas eu d'information et de 1.86 sur 5 pour ceux qui en ont eu. En ce qui concerne le groupement des groupes alimentaires, ce sont les questions 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18 et 23. La moyenne est de 5.17 sur 12 pour ceux sans information et de 7.50 sur 12 pour ceux avec information. Finalement, le dernier groupe, celui des connaissances sur les habitudes alimentaires se rapporte aux questions 2, 19, 20, 21 et 22, la moyenne est 2.81 sur 5 pour ceux sans information et de 3.48 sur 5 avec information.

**Tableau 4.6**  
Test-t des groupements

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Somme_Questions	Equal variances assumed	,068	,794	-6,003	125	,000	-3,495	,582	-4,647	-2,342
	Equal variances not assumed			-6,003	124,982	,000	-3,495	,582	-4,647	-2,343
Somme_Portions	Equal variances assumed	1,522	,220	-2,444	125	,016	-,494	,202	-,895	-,094
	Equal variances not assumed			-2,448	119,929	,016	-,494	,202	-,894	-,095
Somme_Groupes alimentaires	Equal variances assumed	,800	,373	-5,533	125	,000	-2,325	,420	-3,157	-1,494
	Equal variances not assumed			-5,536	124,458	,000	-2,325	,420	-3,157	-1,494
Somme_Habitudes alimentaires	Equal variances assumed	2,735	,101	-3,103	125	,002	-,675	,217	-1,105	-,244
	Equal variances not assumed			-3,097	116,087	,002	-,675	,218	-1,106	-,243

Tout d'abord, il y a une différence significative pour toutes les questions prises ensemble (questions 2 à 23). Le résultat est de  $p = ,000$  et le degré de liberté est de 125. Il y a également une différence significative pour les 3 groupements qui ont été fait. En effet, en ce qui concerne le groupement des portions, le résultat est de  $p = ,016$  pour un degré de liberté de 125. Pour l'identification des groupes alimentaires, le résultat est de  $p = ,000$  pour un degré de liberté de 125. Finalement, pour le groupe des habitudes alimentaires, le résultat est de  $p = ,002$  pour un degré de liberté de 125. La différence significative démontre l'impact d'avoir eu ou non de l'information sur le guide alimentaire canadien par l'enseignant d'éducation physique, pour ces différents groupements.

Les tableaux suivants présentent l'analyse de la variance de ces groupements en plan factoriel complètement aléatoire (groupes x âges x sexes).

**Tableau 4.7**

Analyse de la variance : Variable dépendante = Somme\_Questions

Sources	SC	DL	MC	F	p	Puis.
<b>Information</b>	<b>369.451</b>	<b>1</b>	<b>369.451</b>	<b>33.950</b>	<b>.000</b>	<b>1.000</b>
Âge	3.106	1	3.106	.285	.594	.083
Sexe	12.705	1	12.705	1.167	.282	.188
Info * Âge	3.452	1	3.452	.317	.574	.086
Info * Sexe	14.177	1	14.177	1.303	.256	.205
Âge * Sexe	1.935	1	1.935	.178	.674	.070
Info * Âge *	7.926	1	7.926	.728	.395	.135
Sexe						
Erreur	1294.979	119	10.882			
Total	17409.000	127				

SC = Sommes de carrés. DL = Degrés de liberté. MC = Moyennes de carrés. p = probabilité d'erreur de type 1. Puis = Puissance statistique.

**Tableau 4.8**

Analyse de la variance : Variable dépendante = Somme\_Portions

Sources	SC	DL	MC	F	p	Puis.
<b>Information</b>	<b>8.505</b>	<b>1</b>	<b>8.505</b>	<b>6.322</b>	<b>.013</b>	<b>.703</b>
Âge	.488	1	.488	.363	.548	.092
Sexe	.007	1	.007	.005	.943	.051
Info * Âge	.206	1	.206	.153	.696	.067
Info * Sexe	.714	1	.714	.531	.468	.112
Âge * Sexe	1.022	1	1.022	.760	.385	.139
Info * Âge *	.327	1	.327	.243	.623	.078
Sexe						
Erreur	160.086	119	1.345			
Total	501.000	127				

SC = Sommes de carrés. DL = Degrés de liberté. MC = Moyennes de carrés. p = probabilité d'erreur de type 1. Puis = Puissance statistique.

**Tableau 4.9**

Analyse de la variance : Variable dépendante = Somme\_Groupes

Sources	SC	DL	MC	F	p	Puis.
<b>Information</b>	<b>148.433</b>	<b>1</b>	<b>148.433</b>	<b>26.830</b>	<b>.000</b>	<b>.999</b>
Âge	.482	1	.482	.087	.768	.060
Sexe	2.001	1	2.001	.362	.549	.092
Info * Âge	10.001	1	10.001	1.808	.181	.266
Info * Sexe	2.279	1	2.279	.412	.522	.098
Âge * Sexe	.164	1	.164	.030	.864	.053
Info * Âge *	21.192	1	21.192	3.831	.053	.493
Sexe						
Erreur	658.356	119	5.532			
Total	5988.000	127				

SC = Sommes de carrés. DL = Degrés de liberté. MC = Moyennes de carrés. p = probabilité d'erreur de type 1. Puis = Puissance statistique.



Tableau 4.10

Analyse de la variance : Variable dépendante = Somme\_Habitudes

Sources	SC	DL	MC	F	p	Puis.
<b>Information</b>	<b>16.987</b>	<b>1</b>	<b>16.987</b>	<b>11.220</b>	<b>.001</b>	<b>.913</b>
Âge	.137	1	.137	.090	.764	.060
Sexe	4.985	1	4.985	3.292	.072	.436
Info * Âge	.723	1	.723	.477	.491	.105
Info * Sexe	1.989	1	1.989	1.314	.254	.206
Âge * Sexe	.616	1	.616	.407	.525	.097
Info * Âge *	1.480	1	1.480	.978	.325	.165
Sexe						
Error	180.169	119	1.514			
Total	1462.000	127				

SC = Sommes de carrés. DL = Degrés de liberté. MC = Moyennes de carrés. p = probabilité d'erreur de type 1. Puis = Puissance statistique.

### Présentation des résultats

Pour les 4 variables dépendantes, seulement l'effet des groupes (avec ou sans information) présente une différence statistiquement différente :  $F_{1,119} = 33,95$  ( $p = 0,000$  et Puissance = 1,000) pour la variable dépendante Somme\_Q,  $F_{1,119} = 6,32$  ( $p = 0,013$  et Puissance = 0,703) pour la variable dépendante Somme\_Portions,  $F_{1,119} = 26,83$  ( $p = 0,000$  et Puissance = 0,999) pour la variable dépendante Somme\_Groupes,  $F_{1,119} = 11,22$  ( $p = 0,000$  et Puissance = 0,913) pour la variable dépendante Somme\_Habitudes.

### 4.3. Les réponses aux questions 2 à 23

Dans cette section sont présentés le nombre de répondants qui ont eu la bonne réponse (1) et ceux qui n'ont pas eu la bonne réponse (0) en fonction d'avoir eu ou non de l'information (oui ou non) de l'enseignant d'éducation physique. De plus, les tableaux représentant les chi-deux seront présentés pour chaque question afin de déterminer si elle est significative ( $p < 0,05$ ) ou non, avec leur degré de liberté respectif.

Pour débiter, la **question 2** demande à l'élève sur quoi nous informe le guide alimentaire canadien.

**Tableau 4.11**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 2

Count		Q2A		
		0	1	Total
Info	NON	34	29	63
	OUI	16	48	64
	Total	50	77	127

Le tableau 4.11 présente le nombre de répondants qui ont eu la bonne réponse à la question 2. En effet, 29 élèves n'ayant pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique ont eu la bonne réponse. En ce qui concerne les élèves ayant eu de l'information, 48 d'entre eux ont eu la bonne réponse.

**Tableau 4.12**  
Test du Chi-deux de la question 2

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	11,161 <sup>a</sup>	1	,001		
Continuity Correction <sup>b</sup>	9,981	1	,002		
Likelihood Ratio	11,357	1	,001		
Fisher's Exact Test				,001	,001
Linear-by-Linear Association	11,073	1	,001		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 24.80.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.12 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 2. Le degré de liberté est de 1. Il y a une différence significative ( $X^2 = 11,161$  et  $p = ,001$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

Par la suite, la **question 3** demande le nombre de portions recommandées de fruits et de légumes par jour pour leur âge.

**Tableau 4.13**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 3

Count				
		Q3A		
		0	1	Total
Info	NON	54	9	63
	OUI	39	25	64
	Total	93	34	127

Le tableau 4.13 démontre que cette question a été réussie par seulement 9 répondants chez ceux qui n'ont pas eu d'information et 25 chez les répondants qui en ont eu. Au total, seulement 34 répondants sur 127 ont trouvé la bonne réponse, ce qui représente 27 % de réussite.

**Tableau 4.14**

Test du Chi-deux de la question 3

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	9,942 <sup>a</sup>	1	,002		
Continuity Correction <sup>b</sup>	8,718	1	,003		
Likelihood Ratio	10,257	1	,001		
Fisher's Exact Test				,002	,001
Linear-by-Linear Association	9,863	1	,002		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 16.87.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.14 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 3. Le degré de liberté est de 1. Il y a, tout comme à la question deux, une différence significative ( $X^2 = 9,942$  et  $p = ,002$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

En ce qui concerne la **question 4**, elle est en lien avec le nombre de portions recommandées par jour de produits céréaliers pour leur âge.

**Tableau 4.15**

Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 4

Count				
		Q4A		
		0	1	Total
Info	NON	58	5	63
	OUI	52	12	64
Total		110	17	127

Le tableau 4.15 indique que seulement 17 répondants sur 127 ont trouvé la bonne réponse à la question. Cela représente un taux de réussite de 13 %. En effet, parmi les répondants qui n'ont pas eu d'information, seulement 5 ont trouvé la bonne réponse. Quant aux répondants qui ont eu de l'information, seulement 12 d'entre eux ont eu la bonne réponse.

**Tableau 4.16**

Test du Chi-deux de la question 4

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3,202 <sup>a</sup>	1	,074		
Continuity Correction <sup>b</sup>	2,337	1	,126		
Likelihood Ratio	3,289	1	,070		
Fisher's Exact Test				,116	,062
Linear-by-Linear Association	3,177	1	,075		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 8.43.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.16 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 4. Le degré de liberté est de 1. Il n'y a pas de différence significative ( $X^2 = 3,202$  et  $p = ,074$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

La **question 5**, quant à elle, demande le nombre de portions par jour de laits et substituts qu'ils doivent consommer pour leur âge.

**Tableau 4.17**

Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 5

Count				
		Q5A		
		0	1	Total
Info	NON	35	28	63
	OUI	28	36	64
	Total	63	64	127

Le tableau 4.17 indique le nombre de répondants qui ont eu la bonne réponse à la question 5. Comme le démontre le tableau 4.17, parmi ceux qui n'ont pas eu d'information, 28 répondants ont trouvé la bonne réponse. Parmi ceux qui ont eu de l'information, il y a 36 répondants qui ont trouvé la bonne réponse.

**Tableau 4.18**

Test du Chi-deux de la question 5

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	1,770 <sup>a</sup>	1	,183		
Continuity Correction <sup>b</sup>	1,329	1	,249		
Likelihood Ratio	1,774	1	,183		
Fisher's Exact Test				,216	,124
Linear-by-Linear Association	1,756	1	,185		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 31.25.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.18 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 5. Le degré de liberté est de 1. Tout comme la question précédente, il n'y a pas de différence significative ( $X^2 = 1,770$  et  $p = ,183$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

Puis, la **question 6** vérifie le nombre de portions de viandes et substituts qu'ils doivent consommer par jour en fonction de leur âge.

**Tableau 4.19**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 6

Count				
		Q6A		
		0	1	Total
Info	NON	35	28	63
	OUI	35	29	64
Total		70	57	127

Le tableau 4.19 indique qu'il y a 28 répondants parmi ceux qui n'ont pas eu d'information qui ont la bonne réponse et 29 répondants parmi ceux qui ont eu de l'information qui ont la bonne réponse à la question 6.

**Tableau 4.20**

Test du Chi-deux de la question 6

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	,010 <sup>a</sup>	1	,922		
Continuity Correction <sup>b</sup>	,000	1	1,000		
Likelihood Ratio	,010	1	,922		
Fisher's Exact Test				1,000	,532
Linear-by-Linear Association	,010	1	,922		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 28.28.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.20 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 6. Le degré de liberté est de 1. Il n'y a pas de différence significative ( $X^2 = ,010$  et  $p = ,922$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

D'autre part, la **question 7**, demande à l'élève d'identifier dans quel groupe alimentaire se situe les pâtes alimentaires.

**Tableau 4.21**

Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 7

Count				
		Q7A		
		0	1	Total
Info	NON	33	30	63
	OUI	23	41	64
	Total	56	71	127



Le tableau 4.21 mentionne que parmi ceux qui n'ont pas eu d'information, 30 répondants ont eu la bonne réponse. Il mentionne également que parmi ceux qui ont eu de l'information, 41 répondants ont eu la bonne réponse.

**Tableau 4.22**

Test du Chi-deux de la question 7

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3,482 <sup>a</sup>	1	,062		
Continuity Correction <sup>b</sup>	2,847	1	,092		
Likelihood Ratio	3,499	1	,061		
Fisher's Exact Test				,075	,046
Linear-by-Linear Association	3,455	1	,063		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 27.78.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.22 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 7. Le degré de liberté est de 1. Encore une fois, il n'y a pas de différence significative ( $X^2 = 3,482$  et  $p = ,062$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

Puis, la **question 8** demande à l'élève d'identifier dans quel groupe alimentaire se situe le tofu.

**Tableau 4.23**

Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 8

Count		Q8A		
		0	1	Total
Info	NON	42	21	63
	OUI	22	42	64
Total		64	63	127

Le tableau 4.23, pour sa part, informe que 21 répondants ont eu la bonne réponse parmi ceux qui n'ont pas eu d'information et que 42 répondants ont eu la bonne réponse parmi ceux qui en ont eu.

**Tableau 4.24**

Test du Chi-deux de la question 8

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	13,243 <sup>a</sup>	1	,000		
Continuity Correction <sup>b</sup>	11,983	1	,001		
Likelihood Ratio	13,484	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	13,139	1	,000		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 31.25.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.24 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 8. Le degré de liberté est de 1. Par conséquent, il y a une différence significative ( $X^2 = 13,243$  et  $p = ,000$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

Ensuite, la **question 9** demande à l'élève d'identifier dans quel groupe alimentaire se situe les oeufs.

**Tableau 4.25**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 9

Count		Q9A		
		0	1	Total
Info	NON	56	7	63
	OUI	30	34	64
Total		86	41	127

Le tableau 4.25 démontre que parmi ceux qui n'ont pas eu d'information, seulement 7 répondants ont trouvé la bonne réponse. Par contre, parmi ceux qui ont eu de l'information, 34 répondants ont eu la bonne réponse.

**Tableau 4.26**

Test du Chi-deux de la question 9

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	25,635 <sup>a</sup>	1	,000		
Continuity Correction <sup>b</sup>	23,749	1	,000		
Likelihood Ratio	27,337	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	25,433	1	,000		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 20.34.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.26 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 9. Le degré de liberté est de 1. Tout comme la question précédente, il y a une différence significative ( $X^2 = 25,635$  et  $p = ,000$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

Puis, la **question 10**, demande à l'élève d'identifier dans quel groupe alimentaire se situe le jus.

**Tableau 4.27**

Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 10

Count				
		Q10A		
		0	1	Total
Info	NON	32	31	63
	OUI	22	42	64
	Total	54	73	127

Le tableau 4.27 présente le nombre de répondants qui ont eu la bonne réponse. À cet effet, 31 répondants ont eu la bonne réponse, parmi ceux qui n'ont pas eu d'information. Parmi ceux qui ont eu de l'information, ce sont 42 répondants qui ont eu la bonne réponse.

**Tableau 4.28**

Test du Chi-deux de la question 10

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3,502 <sup>a</sup>	1	,061		
Continuity Correction <sup>b</sup>	2,862	1	,091		
Likelihood Ratio	3,519	1	,061		
Fisher's Exact Test				,074	,045
Linear-by-Linear Association	3,474	1	,062		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 26.79.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.28 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 10. Le degré de liberté est de 1. Il y n'a pas de différence significative ( $X^2 = 3,502$  et  $p = ,061$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

La **question 11**, quant à elle, demande à l'élève d'identifier dans quel groupe alimentaire se situent les légumes cuits.

**Tableau 4.29**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 11

Count		Q11A		
		0	1	Total
Info	NON	14	49	63
	OUI	10	54	64
	Total	24	103	127

Le tableau 4.29 indique que 49 répondants ont eu la bonne réponse parmi ceux qui n'ont pas eu d'information et que 54 répondants ont eu la bonne réponse parmi ceux qui en ont eu.

**Tableau 4.30**  
Test du Chi-deux de la question 11

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	,902 <sup>a</sup>	1	,342		
Continuity Correction <sup>b</sup>	,522	1	,470		
Likelihood Ratio	,905	1	,342		
Fisher's Exact Test				,373	,235
Linear-by-Linear Association	,894	1	,344		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 11.91.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.30 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 11. Le degré de liberté est de 1. Comme à la question précédente, il y n'a pas de différence significative ( $X^2 = ,902$  et  $p = ,342$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

D'autre part, la **question 12** demande à l'élève d'identifier dans quel groupe alimentaire se situent les boissons de soya.

**Tableau 4.31**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 12

Count				
		Q12A		
		0	1	Total
Info	NON	25	38	63
	OUI	35	29	64
Total		60	67	127

Le tableau 4.31 montre que parmi les répondants qui ont eu la bonne réponse, ce sont ceux qui n'ont pas eu d'information qui se sont démarqués. En effet, parmi ceux qui n'ont pas eu d'information, 38 répondants ont la bonne réponse. Tandis que parmi ceux qui ont eu de l'information, seulement 29 répondants ont eu la bonne réponse.

**Tableau 4.32**

Test du Chi-deux de la question 12

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	2,868 <sup>a</sup>	1	,090	,111	,065
Continuity Correction <sup>b</sup>	2,297	1	,130		
Likelihood Ratio	2,879	1	,090		
Fisher's Exact Test					
Linear-by-Linear Association	2,845	1	,092		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 29.76.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.32 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 12. Le degré de liberté est de 1. Cette question ne présente donc pas de différence significative ( $X^2 = 2,868$  et  $p = ,090$ ) entre le groupe avec de l'information et le groupe sans information.

En ce qui concerne la **question 13**, elle demande à l'élève d'identifier dans quel groupe alimentaire se situe le pain.

**Tableau 4.33**

Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 13

Count				
		Q13A		
		0	1	Total
Info	NON	13	50	63
	OUI	9	55	64
Total		22	105	127



Le tableau 4.33 démontre que la majorité des répondants ont trouvé la bonne réponse à la question 13. En effet, parmi ceux qui n'ont pas eu d'information, 50 répondants ont eu la bonne réponse. Parmi ceux qui ont eu de l'information, ce sont 55 répondants qui ont eu la bonne réponse.

**Tableau 4.34**

Test du Chi-deux de la question 13

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	,958 <sup>a</sup>	1	,328		
Continuity Correction <sup>b</sup>	,554	1	,457		
Likelihood Ratio	,962	1	,327		
Fisher's Exact Test				,357	,229
Linear-by-Linear Association	,950	1	,330		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 10.91.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.34 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 13. Le degré de liberté est de 1. Encore une fois, il n'y a pas de différence significative ( $X^2 = ,958$  et  $p = ,328$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

Par la suite, la **question 14** demande à l'élève d'identifier dans quel groupe alimentaire se situent les noix.

**Tableau 4.35**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 14

Count		Q14A		
		0	1	Total
Info	NON	59	4	63
	OUI	28	36	64
	Total	87	40	127

Le tableau 4.35 indique que seulement 4 répondants ont trouvé la bonne réponse parmi ceux qui n'ont pas eu d'information. Par contre, ce sont 36 répondants qui ont eu la bonne réponse parmi ceux qui en ont eu.

**Tableau 4.36**  
Test du Chi-deux de la question 14

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	36,640 <sup>a</sup>	1	,000		
Continuity Correction <sup>b</sup>	34,364	1	,000		
Likelihood Ratio	40,730	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	36,352	1	,000		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 19.84.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.36 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 14. Le degré de liberté est de 1. Par contre, pour cette question, il y a donc une différence significative ( $X^2 = 36,640$  et  $p = ,000$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

La **question 15**, quant à elle, demande à l'élève d'identifier dans quel groupe alimentaire se situe le riz.

**Tableau 4.37**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 15

Count				
		Q15A		
		0	1	Total
Info	NON	32	31	63
	OUI	21	43	64
Total		53	74	127

Le tableau 4.37 mentionne que parmi ceux qui n'ont pas eu d'information, 31 répondants ont eu la bonne réponse. Parmi ceux qui ont eu de l'information, ce sont 43 répondants qui ont eu la bonne réponse.

**Tableau 4.38**  
Test du Chi-deux de la question 15

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	4,221 <sup>a</sup>	1	,040		
Continuity Correction <sup>b</sup>	3,514	1	,061		
Likelihood Ratio	4,246	1	,039		
Fisher's Exact Test				,049	,030
Linear-by-Linear Association	4,188	1	,041		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 26.29.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.38 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 15. Le degré de liberté est de 1. Il y a donc une différence significative ( $X^2 = 4,221$  et  $p = ,040$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

Pour sa part, la **question 16**, demande à l'élève d'identifier dans quels groupes alimentaires se situe la pizza faite maison (pepperoni, champignon, fromage).

**Tableau 4.39**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 16

**Nombre de réponses selon avec/sans information**

Count				
		Q16A		
		0	1	Total
Info	NON	36	27	63
	OUI	23	41	64
	Total	59	68	127

Le tableau 4.39 mentionne que 27 répondants ont eu la bonne réponse parmi ceux qui n'ont pas eu d'information et 41 répondants ont eu la bonne réponse parmi ceux qui ont eu de l'information.

**Tableau 4.40**

Test du Chi-deux de la question 16

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5,739 <sup>a</sup>	1	,017		
Continuity Correction <sup>b</sup>	4,918	1	,027		
Likelihood Ratio	5,783	1	,016		
Fisher's Exact Test				,021	,013
Linear-by-Linear Association	5,694	1	,017		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 29.27.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.40 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 16. Le degré de liberté est de 1. Il y a donc, encore une fois, une différence significative ( $X^2 = 5,739$  et  $p = ,017$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

Puis, la **question 17**, demande à l'élève : Combien de portions de poisson devrait-on consommer par semaine selon le guide alimentaire canadien ?

**Tableau 4.41**

Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 17

Count				
		Q17A		
		0	1	Total
Info	NON	47	16	63
	OUI	47	17	64
Total		94	33	127

Le tableau 4.41 démontre que seulement 16 répondants ont trouvé la bonne réponse parmi ceux qui n'ont pas eu d'information et que seulement 17 répondants ont eu la bonne réponse parmi ceux qui ont eu de l'information.

**Tableau 4.42**

Test du Chi-deux de la question 17

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	,022 <sup>a</sup>	1	,881		
Continuity Correction <sup>b</sup>	,000	1	1,000		
Likelihood Ratio	,022	1	,881		
Fisher's Exact Test				1,000	,521
Linear-by-Linear Association	,022	1	,881		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 16.37.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.42 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 17. Le degré de liberté est de 1. Cette question ne présente pas de différence significative ( $X^2 = ,022$  et  $p = ,882$ ) entre les deux groupes (avec et sans information).

Par la suite, la **question 18**, demande à l'élève d'identifier l'aliment qui ne fait pas parti du groupe alimentaire des viandes et substituts parmi les choix présentés.

**Tableau 4.43**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 18

Count				
		Q18A		
		0	1	Total
Info	NON	53	10	63
	OUI	42	22	64
	Total	95	32	127

Le tableau 4.43 présente le nombre de répondants qui ont eu la bonne réponse à la question 18. Pour cette question, il y a 10 répondants qui ont eu la bonne réponse parmi les élèves qui n'ont pas eu d'information et 22 répondants qui ont eu la bonne réponse parmi les élèves qui en ont eu.

**Tableau 4.44**  
Test du Chi-deux de la question 18

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5,766 <sup>a</sup>	1	,016		
Continuity Correction <sup>b</sup>	4,826	1	,028		
Likelihood Ratio	5,881	1	,015		
Fisher's Exact Test				,024	,014
Linear-by-Linear Association	5,721	1	,017		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 15.87.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.44 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 18. Le degré de liberté est de 1. Il y a donc une différence significative ( $X^2 = 5,766$  et  $p = ,016$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

En ce qui concerne la **question 19**, elle demande à l'élève d'identifier les endroits où l'on peut bien manger, parmi les choix présentés.

**Tableau 4.45**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 19

**Nombre de réponses selon avec/sans information**

Count				
		Q19A		
		0	1	Total
Info	NON	43	20	63
	OUI	44	20	64
Total		87	40	127

Le tableau 4.45 démontre qu'il y a 20 répondants qui ont eu la bonne réponse parmi les élèves qui n'ont pas eu d'information mais également chez ceux qui en ont eu.



**Tableau 4.46**

Test du Chi-deux de la question 19

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	,004 <sup>a</sup>	1	,952	1,000	,552
Continuity Correction <sup>b</sup>	,000	1	1,000		
Likelihood Ratio	,004	1	,952		
Fisher's Exact Test					
Linear-by-Linear Association	,004	1	,952		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 19.84.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.46 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 19. Le degré de liberté est de 1. Cette question ne présente donc pas de différence significative ( $X^2 = ,004$  et  $p = ,952$ ).

Pour sa part, la **question 20** demande à l'élève d'identifier parmi les choix proposés, une recommandation que fait le guide alimentaire canadien.

**Tableau 4.47**

Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 20

Count				
		Q20A		
		0	1	Total
Info	NON	25	38	63
	OUI	15	49	64
Total		40	87	127

Le tableau 4.47 montre que 38 répondants ont eu la bonne réponse à la question 20 parmi ceux qui n'ont pas eu d'information. En ce qui concerne ceux qui ont eu de l'information, 49 répondants ont eu la bonne réponse.

**Tableau 4.48**

Test du Chi-deux de la question 20

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3,883 <sup>a</sup>	1	,049		
Continuity Correction <sup>b</sup>	3,167	1	,075		
Likelihood Ratio	3,913	1	,048		
Fisher's Exact Test				,058	,037
Linear-by-Linear Association	3,853	1	,050		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 19.84.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.48 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 20. Le degré de liberté est de 1. Encore une fois, il y a une différence significative ( $X^2 = 3,883$  et  $p = ,049$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

Puis, la **question 21** demande également à l'élève d'identifier parmi les choix proposés, une recommandation que fait le guide alimentaire canadien.

**Tableau 4.49**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 21

Count		Q21A		
		0	1	Total
Info	NON	18	45	63
	OUI	14	50	64
Total		32	95	127

Le tableau 4.49 démontre que 45 répondants, parmi ceux qui n'ont pas eu d'information, ont eu la bonne réponse. De plus, 50 répondants ont eu la bonne réponse parmi ceux qui ont eu de l'information.

**Tableau 4.50**  
Test du Chi-deux de la question 21

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	,755 <sup>a</sup>	1	,385		
Continuity Correction <sup>b</sup>	,442	1	,506		
Likelihood Ratio	,757	1	,384		
Fisher's Exact Test				,419	,253
Linear-by-Linear Association	,749	1	,387		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 15.87.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.50 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 21. Le degré de liberté est de 1. Ici, il n'y a pas de différence significative ( $X^2 = ,755$  et  $p = ,385$ ).

Ensuite, la **question 22** demande à l'élève ce qu'il faut faire pour avoir un mode de vie sain selon le guide alimentaire canadien.

**Tableau 4.51**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 22

Count				
		Q22A		
		0	1	Total
Info	NON	18	45	63
	OUI	8	56	64
	Total	26	101	127

Le tableau 4.51 démontre que 45 répondants ont eu la bonne réponse parmi ceux qui n'ont pas eu d'information et que 56 répondants ont eu la bonne réponse parmi ceux qui ont eu de l'information.

**Tableau 4.52**  
Test du Chi-deux de la question 22

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5,037 <sup>a</sup>	1	,025	,029	,021
Continuity Correction <sup>b</sup>	4,098	1	,043		
Likelihood Ratio	5,140	1	,023		
Fisher's Exact Test					
Linear-by-Linear Association	4,997	1	,025		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 12.90.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.52 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 22. Le degré de liberté est de 1. Pour cette question, il y a donc une différence significative ( $X^2 = 5,037$  et  $p = ,025$ ) entre les deux groupes (avec et sans information).

Finalement, la **question 23** demande à l'élève d'identifier à quel groupe alimentaire appartient le maïs éclaté et les desserts.

**Tableau 4.53**  
Nombre de réponses selon avec/sans information pour la question 23

Count				
		Q23A		
		0	1	Total
Info	NON	35	28	63
	OUI	23	41	64
	Total	58	69	127

Le tableau 4.53 démontre que 28 répondants parmi ceux qui n'ont pas eu d'information ont eu la bonne réponse. Il y a également 41 répondants qui ont eu la bonne réponse parmi ceux qui ont eu de l'information.

**Tableau 4.54**

Test du Chi-deux de la question 23

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	4,924 <sup>a</sup>	1	,026		
Continuity Correction <sup>b</sup>	4,166	1	,041		
Likelihood Ratio	4,957	1	,026		
Fisher's Exact Test				,033	,020
Linear-by-Linear Association	4,886	1	,027		
N of Valid Cases	127				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 28.77.

b. Computed only for a 2x2 table

Le tableau 4.54 montre le résultat du test du Chi-deux pour la question 23. Le degré de liberté est de 1. Pour cette dernière question, il y a donc une différence significative ( $X^2 = 4,924$  et  $p = ,026$ ) entre les deux groupes pour cette question (avec et sans information).

Cela dit, il est également important de voir le taux de réussite question par question. La prochaine section présente donc les différents taux de réussite de chaque question mais également les choix aux sous-questions en ce qui concerne d'où provient l'information.

#### **4.4. Pourcentage de réussite des questions pour l'échantillon total en ce qui concerne les questions 2 à 23.**

Le tableau suivant indique la proportion de réussite des questions de tous les répondants. Le degré de liberté de ce tableau est de 1 et  $N = 127$ . Ce tableau démontre de façon globale les taux de réussite à chaque question. Dans la prochaine partie sera détaillée de façon plus spécifique chaque question.

Tableau 4.55

Proportions de réussite des questions de tous les répondants

	SANS INFORMATION			AVEC INFORMATION			X <sup>2</sup>	P	% RÉUSSITE
	NON RÉUSSI	RÉUSSI	% R	NON RÉUSSI	RÉUSSI	% R			
Q2A	34	29	46%	16	48	75%	11,161	,001	61%
Q3A	54	9	14%	39	25	39%	9,942	,002	27%
Q4A	58	5	8%	52	12	19%	3,202	,074	13%
Q5A	35	28	44%	28	36	56%	1,770	,183	50%
Q6A	35	28	44%	35	29	45%	,010	,922	45%
Q7A	33	30	48%	23	41	64%	3,482	,062	56%
Q8A	42	21	33%	22	42	66%	13,243	,000	50%
Q9A	56	7	11%	30	34	53%	25,635	,000	32%
Q10A	32	31	49%	22	42	66%	3,502	,061	57%
Q11A	14	49	78%	10	54	84%	,902	,342	81%
Q12A	25	38	60%	35	29	45%	2,868	,090	53%
Q13A	13	50	79%	9	55	86%	,958	,328	83%
Q14A	59	4	6%	28	36	56%	36,640	,000	31%
Q15A	32	31	49%	21	43	67%	4,221	,040	58%
Q16A	36	27	43%	23	41	64%	5,739	,017	54%
Q17A	47	16	25%	47	17	27%	,022	,881	26%
Q18A	53	10	16%	42	22	34%	5,766	,016	25%
Q19A	43	20	32%	44	20	31%	,004	,952	31%
Q20A	25	38	60%	15	49	77%	3,883	,049	69%
Q21A	18	45	71%	14	50	78%	,755	,385	75%
Q22A	18	45	71%	8	56	88%	5,037	,025	80%
Q23A	35	28	44%	23	41	64%	4,924	,026	54%

Dans le tableau 4.55, on peut constater qu'il y a onze questions sur vingt-deux qui présentent une différence significative (où  $p < 0,05$ ) dans les proportions de bonnes réponses. Ceci représente 50 %.

Il y a trois questions où le taux de réussite global est égal ou supérieur à 80 %. En effet, à la question 11, le taux de réussite est de 81 %. Par la suite, à la question 13, le taux de réussite est de 83 %. Finalement, à la question 22, le taux de réussite est de 80 %.

De plus, il n'y a qu'une seule question où le pourcentage de réussite est inférieur à 20 %. En effet, la question 4 présente un taux de réussite de 13 %.

Finalement, il y a deux questions où le pourcentage de réussite est supérieur chez les élèves qui n'ont pas eu d'information. À cet effet, ceux qui n'ont pas eu d'information à la question 12 ont réussi à 60 % comparé à 45 % pour ceux qui ont eu de l'information. De plus, à la question 19, ceux qui n'ont pas eu d'information ont réussi à 32 % comparé à 31 % pour ceux qui ont eu de l'information.

#### **4.5. Pourcentage de réussite de chaque question en ce qui concerne les questions 2 à 23.**

Il y a 11 questions qui sont significatives sur 22 ce qui représente 50 %.

Plusieurs tableaux sont présentés pour chaque question. Tout d'abord, il y a un tableau qui présente les réponses données par les élèves à la question. La bonne réponse est ombragée. Par la suite, sera présenté l'histogramme de ces réponses. Il y a également deux tableaux qui représentent de l'endroit d'où provient l'information pour le répondant. Le premier de ces tableaux détermine d'où provient l'information pour les élèves qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question. Le second tableau présente d'où provient l'information pour tous les répondants.



En ce qui concerne les valeurs manquantes, le 77 représente lorsqu'un répondant a choisi «je ne sais pas» à la question. S'il ne peut répondre à la question, il ne peut donc pas être en mesure d'identifier de qui provient l'information. De même que le 99 qui représente une donnée manquante. Donc, le répondant n'a pas répondu à la question.

Débutons tout d'abord par la **question 2**. Tel que le démontre le tableau 4.55 (Proportions de réussite des questions de tous les répondants), la question 2 est significative ( $X^2 = 11,161$  et  $p = ,001$ ). Il y a une différence importante dans les pourcentages. En effet, 75 % des élèves ayant eu de l'information ont eu la bonne réponse à la question 2 tandis que seulement 46 % de ceux qui n'ont pas eu d'information ont eu la bonne réponse. Le tableau suivant donne les réponses fournies par les élèves. La bonne réponse pour cette question est 4.

**Tableau 4.56**  
Réponses données par les élèves à la question 2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	16	12,6	12,7	12,7
	2	10	7,9	7,9	20,6
	3	7	5,5	5,6	26,2
	4	74	58,3	58,7	84,9
	5	19	15,0	15,1	100,0
	Total	126	99,2	100,0	
Missing	99	1	,8		
Total		127	100,0		

Dans le tableau 4.56, on peut remarquer que la majorité des répondants ont choisi la réponse 4, qui est la bonne réponse. Il y a également 19 répondants qui ont choisi «je ne sais pas». La figure 4.1 représente les réponses données par les élèves à la question 2. On y remarque, entre autre, que la majorité des répondants ont choisi la réponse 4.

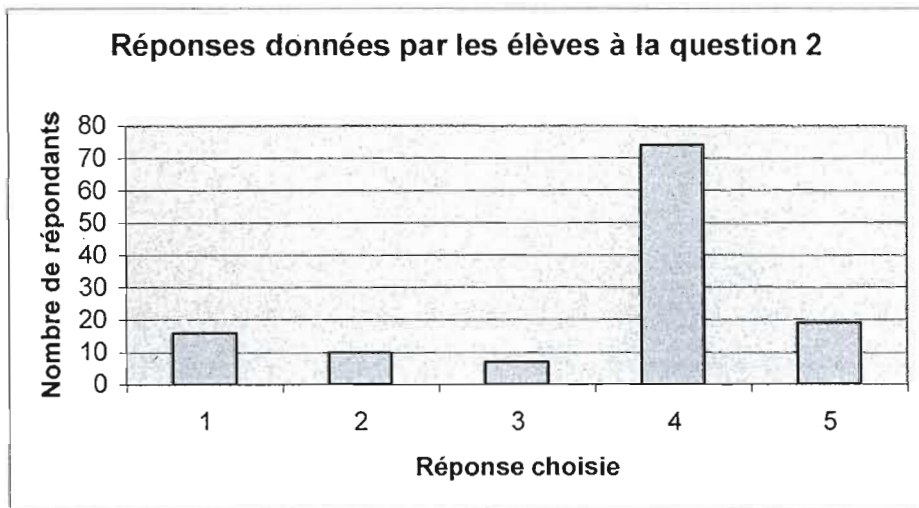


Figure 4.1 : Réponses données par les élèves à la question 2

Tout d'abord, parmi les élèves qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse, voici les différentes proportions de leur choix en ce qui concerne la façon dont ils ont obtenu l'information. Le tableau suivant présente l'endroit d'où provient l'information selon ces répondants.

Tableau 4.57

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse  
à la question 2

			Info		
			NON	OUI	Total
Q2B	ENSEIGNANT	Count	0	31	31
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	64,6%	40,3%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	40,3%	40,3%
	ENSEIGNANT	Count	9	1	10
		% within Info	31,0%	2,1%	13,0%
		% of Total	11,7%	1,3%	13,0%
	PARENTS	Count	11	8	19
		% within Info	37,9%	16,7%	24,7%
		% of Total	14,3%	10,4%	24,7%
	TÉLÉVISION	Count	2	1	3
		% within Info	6,9%	2,1%	3,9%
		% of Total	2,6%	1,3%	3,9%
	GUIDE	Count	6	5	11
	ALIMENTAIRE	% within Info	20,7%	10,4%	14,3%
	CANADIEN	% of Total	7,8%	6,5%	14,3%
	AUTRE	Count	1	2	3
		% within Info	3,4%	4,2%	3,9%
		% of Total	1,3%	2,6%	3,9%
	Total	Count	29	48	77
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	37,7%	62,3%	100,0%

On peut remarquer dans le tableau 4.57, que pour ceux qui ont répondu et qui ont eu une bonne réponse, la majorité des répondants qui ont eu de l'information ont obtenu cette information par l'enseignant d'éducation physique. En effet, 31 répondants sur 48 ont dit que celle-ci provenait de l'enseignant d'éducation physique.

Par la suite, il est intéressant de constater que parmi les élèves qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ce sont les parents qui sont les premiers informateurs (11 sur 29). Suivi de très près par l'enseignant de la classe (9 sur 29).

Le tableau suivant (tableau 4.58) présente l'endroit d'où l'information provient peu importe le résultat à la question.

**Tableau 4.58**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	39	30,7	36,4	36,4	
	ENSEIGNANT PARENTS	14	11,0	13,1	49,5	
	TÉLÉVISION	25	19,7	23,4	72,9	
	ENTOURAGE	7	5,5	6,5	79,4	
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	3	2,4	2,8	82,2	
	AUTRE	13	10,2	12,1	94,4	
	Total	6	4,7	5,6	100,0	
	Total	107	84,3	100,0		
	Missing	77	19	15,0		
		99	1	,8		
Total		20	15,7			
Total		127	100,0			

Le tableau 4.58 indique que 39 fois, c'est l'enseignant d'éducation physique qui a donné l'information, et ce peu importe le résultat à la question 2. Les parents aussi ont donné de l'information dans 25 cas. Dans plus de la moitié des cas, ce sont soit l'enseignant d'éducation physique ou les parents qui ont donné l'information. Par la suite, il y a l'enseignant de la classe (14), le guide alimentaire canadien (13), la télévision (7), autre (6) et finalement l'entourage (3).

Poursuivons avec la **question 3**. Tel que le démontre le tableau 4.55 (Proportions de réussite des questions de tous les répondants), la question 3 est significative ( $X^2 = 9,942$  et  $p = ,002$ ). Le tableau suivant donne les réponses fournies par les élèves. La bonne réponse pour cette question est 1.

**Tableau 4.59**  
Réponses données par les élèves à la question 3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	35	27,6	27,8	27,8
	2	54	42,5	42,9	70,6
	3	7	5,5	5,6	76,2
	4	15	11,8	11,9	88,1
	5	15	11,8	11,9	100,0
	Total	126	99,2	100,0	
Missing	99	1	,8		
Total		127	100,0		

Le tableau 4.59 indique que 35 répondants ont eu la bonne réponse (1). La majorité d'entre eux ont choisi la réponse 2 (54 fois). Il y a 15 répondants qui ont choisi «je ne sais pas». Comme on peut le constater avec la figure 4.2, la majorité des répondants ont choisi les choix 1 et 2 à la question 3.

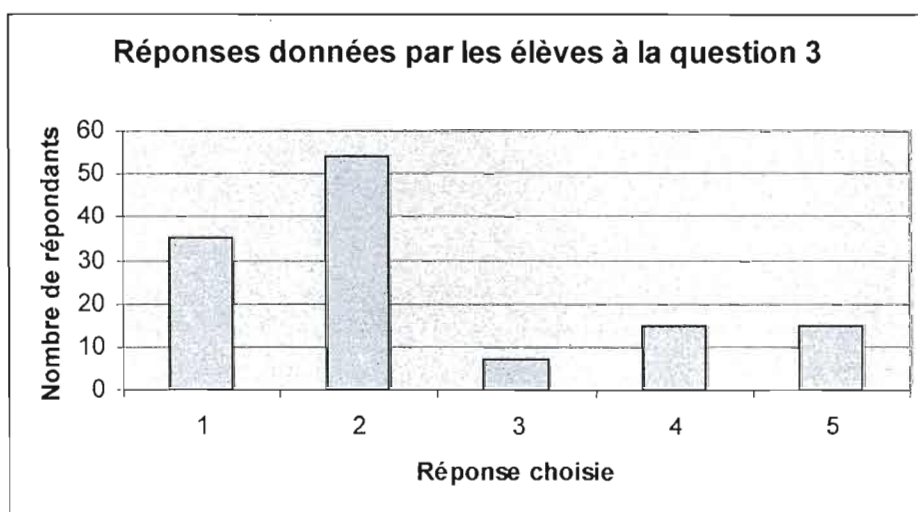


Figure 4.2 : Réponses données par les élèves à la question 3

Tableau 4.60

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse

			Info		
			NON	OUI	Total
Q3B	ENSEIGNANT	Count	0	17	17
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	68,0%	50,0%
	PHYSIQUE.	% of Total	,0%	50,0%	50,0%
	ENSEIGNANT	Count	0	1	1
		% within Info	,0%	4,0%	2,9%
		% of Total	,0%	2,9%	2,9%
	PARENTS	Count	4	4	8
		% within Info	44,4%	16,0%	23,5%
		% of Total	11,8%	11,8%	23,5%
	TÉLÉVISION	Count	2	0	2
		% within Info	22,2%	,0%	5,9%
		% of Total	5,9%	,0%	5,9%
	ENTOURAGE	Count	1	0	1
		% within Info	11,1%	,0%	2,9%
		% of Total	2,9%	,0%	2,9%
	GUIDE	Count	1	3	4
	ALIMENTAIRE	% within Info	11,1%	12,0%	11,8%
	CANADIEN	% of Total	2,9%	8,8%	11,8%
	AUTRE	Count	1	0	1
		% within Info	11,1%	,0%	2,9%
		% of Total	2,9%	,0%	2,9%
Total		Count	9	25	34
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	26,5%	73,5%	100,0%



Le tableau 4.60 indique que dans la majorité des cas de ceux qui ont eu de l'information et la bonne réponse, l'information provient de la part de l'enseignant d'éducation physique (17). En ce qui concerne les autres répondants (avec ou sans information), cela est divisé entre les parents (8), le guide alimentaire canadien (4), la télévision (2), l'entourage (1) et les autres (1).

Par contre, de façon plus spécifique, pour ceux qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, dans 17 cas, l'information provient de ce dernier. Dans 4 cas, l'information provient des parents. Par la suite, 3 cas pour le guide alimentaire canadien et 1 cas pour l'enseignant de la classe.

Pour ce qui est de ceux qui n'ont pas eu d'information, ce sont les parents à 4 reprises qui ont donné de l'information. Par la suite, il y a la télévision à 2 reprises et finalement, le guide alimentaire canadien, l'entourage et la catégorie autre qui ont donné de l'information à 1 reprise chacun.

**Tableau 4.61**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	37	29,1	33,3	33,3	
	ENSEIGNANT PARENTS	8	6,3	7,2	40,5	
	TÉLÉVISION	33	26,0	29,7	70,3	
	ENTOURAGE	15	11,8	13,5	83,8	
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	2	1,6	1,8	85,6	
	AUTRE	8	6,3	7,2	92,8	
	Total	111	87,4	100,0	100,0	
	Missing	77	15	11,8		
		99	1	,8		
		Total	16	12,6		
Total		127	100,0			

Le tableau 4.61 indique la fréquence des endroits d'où provient l'information et ce, sans tenir compte du fait que le répondant a eu ou non de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique. Dans la majorité des cas, c'est l'enseignant d'éducation physique (37) et les parents (33) qui ont donné l'information. Il est par contre intéressant de constater que sur les 37 fois où les répondants ont pris l'information de l'enseignant d'éducation physique, seulement 17 d'entre eux (voir tableau 4.60) ont eu la bonne réponse. Il va de même pour les parents. En effet, sur les 33 fois où les parents ont donné de l'information, seulement 8 d'entre eux ont eu la bonne réponse (voir tableau 4.60).

Par la suite, il y a la télévision dans 15 cas qui a donné l'information. En ce qui concerne l'enseignant, le guide alimentaire canadien et la catégorie autre, chacun d'eux a donné 8 fois l'information relative à la question. Et finalement, 2 fois l'entourage.

La **question 4**, quant à elle, n'a pas de différence significative. Au total, seulement 13 % des élèves ont trouvé la bonne réponse (3).

**Tableau 4.62**  
Réponses données par les élèves à la question 4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	34	26,8	26,8	26,8
	2	40	31,5	31,5	58,3
	3	17	13,4	13,4	71,7
	4	14	11,0	11,0	82,7
	5	22	17,3	17,3	100,0
	Total	127	100,0	100,0	

Le tableau 4.62 indique qu'un peu plus que la moitié des répondants ont choisi soit le choix 1 ou 2, alors que la bonne réponse est 3. Seulement 17 d'entre eux ont eu la bonne réponse. Il y a plus de répondants qui ont choisi «je ne sais pas» que de répondants qui ont eu la bonne réponse. La figure 4.3 démontre bien les choix de réponses variés des élèves en ce qui concerne la question 4. Cependant, c'est le choix 2 qui est en majorité.

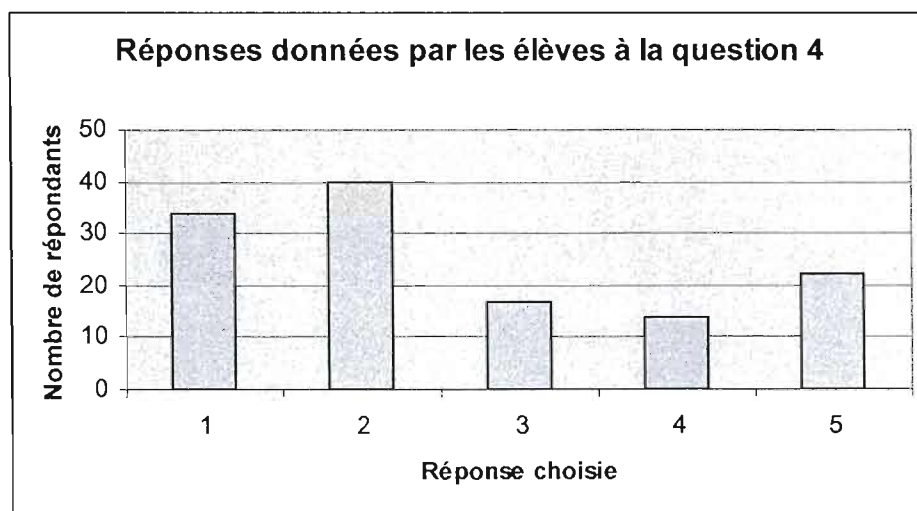


Figure 4.3 : Réponses données par les élèves à la question 4

**Tableau 4.63**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse  
à la question 4

			Info		
			NON	OUI	Total
Q4B	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	Count	0	9	9
		% within Info	,0%	75,0%	52,9%
		% of Total	,0%	52,9%	52,9%
	ENSEIGNANT	Count	1	0	1
		% within Info	20,0%	,0%	5,9%
		% of Total	5,9%	,0%	5,9%
	PARENTS	Count	4	2	6
		% within Info	80,0%	16,7%	35,3%
		% of Total	23,5%	11,8%	35,3%
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	Count	0	1	1
		% within Info	,0%	8,3%	5,9%
		% of Total	,0%	5,9%	5,9%
	Total	Count	5	12	17
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	29,4%	70,6%	100,0%

Peu de répondants ont réussi cette question. Parmi ceux qui ont eu la bonne réponse 52,9 % ont eu l'information par leur enseignant d'éducation physique, ce qui représente 9 répondants.

Pour ce qui est des répondants qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ce dernier a donné 9 fois de l'information. Par la suite, ce sont les parents dans 2 cas et le guide alimentaire canadien dans 1 cas.

En ce qui concerne ceux qui n'ont pas eu d'information, encore une fois, ce sont les parents qui ont donné le plus d'information (4 fois). Il y a également l'enseignant de la classe qui a donné de l'information à 1 reprise.

**Tableau 4.64**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	30	23,6	28,6	28,6
	ENSEIGNANT PARENTS	11	8,7	10,5	39,0
	TÉLÉVISION	37	29,1	35,2	74,3
	ENTOURAGE	9	7,1	8,6	82,9
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	3	2,4	2,9	85,7
	AUTRE	5	3,9	4,8	90,5
	Total	10	7,9	9,5	100,0
Missing	77	22	17,3		
Total		127	100,0		

Par contre, parmi tous les élèves, 29,1 % disent que l'information provient des parents. Encore une fois, il est intéressant de constater que, selon les répondants, les parents ont donné l'information dans 37 cas mais que dans seulement 6 cas, les répondants ont eu la bonne réponse.

Pour cette question, il en est de même pour l'enseignant d'éducation physique. Selon les répondants, il a donné de l'information dans 30 cas mais seulement 9 d'entre eux ont eu la bonne réponse.

Passons maintenant à la **question 5**. Cette dernière n'a pas de différence significative. Au total, 50 % des élèves ont trouvé la bonne réponse (1). Il y a très peu de différence entre les pourcentages des élèves sans information et des élèves avec information ( 44 % et 56 % respectivement).

**Tableau 4.65**

Réponses données par les élèves à la question 5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	64	50,4	50,4	50,4
	2	13	10,2	10,2	60,6
	3	6	4,7	4,7	65,4
	4	26	20,5	20,5	85,8
	5	18	14,2	14,2	100,0
	Total	127	100,0	100,0	

Tel qu'indiqué dans le tableau 4.65, la moitié des répondants ont choisi 1, soit la bonne réponse à cette question. La répartition des choix des autres répondants se situe surtout entre le choix 2, 4 et 5. Fait à noter, 18 répondants ont choisi «je ne sais pas». La figure 4.4 démontre bien la répartition des réponses données par les élèves à la question 5.

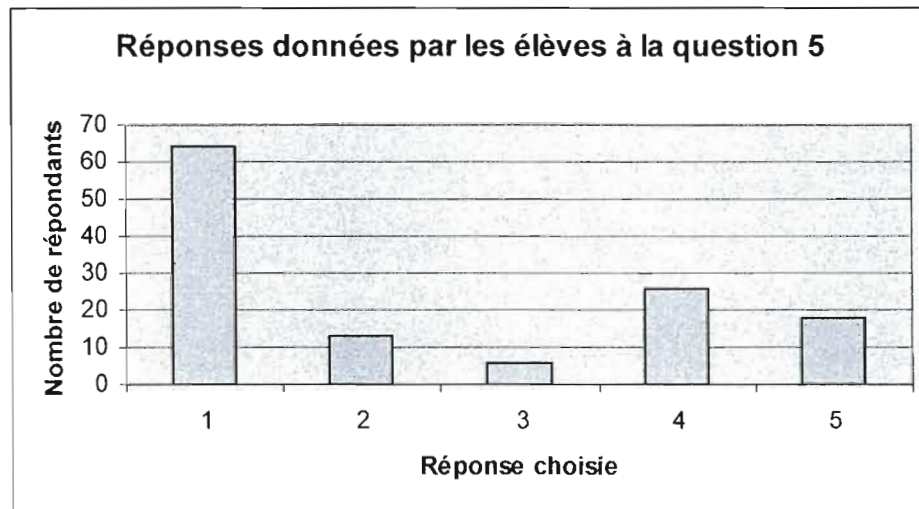


Figure 4.4 : Réponses données par les élèves à la question 5



Tableau 4.66

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse

			Info		
			NON	OUI	Total
Q5B	ENSEIGNANT	Count	1	21	22
	ÉDUCATION	% within Info	3,8%	58,3%	35,5%
	PHYSIQUE	% of Total	1,6%	33,9%	35,5%
	ENSEIGNANT	Count	7	1	8
		% within Info	26,9%	2,8%	12,9%
		% of Total	11,3%	1,6%	12,9%
	PARENTS	Count	10	9	19
		% within Info	38,5%	25,0%	30,6%
		% of Total	16,1%	14,5%	30,6%
	TÉLÉVISION	Count	3	2	5
		% within Info	11,5%	5,6%	8,1%
		% of Total	4,8%	3,2%	8,1%
	ENTOURAGE	Count	2	1	3
		% within Info	7,7%	2,8%	4,8%
		% of Total	3,2%	1,6%	4,8%
	GUIDE	Count	1	1	2
	ALIMENTAIRE	% within Info	3,8%	2,8%	3,2%
	CANADIEN	% of Total	1,6%	1,6%	3,2%
	AUTRE	Count	2	1	3
		% within Info	7,7%	2,8%	4,8%
		% of Total	3,2%	1,6%	4,8%
Total		Count	26	36	62
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	41,9%	58,1%	100,0%

Le tableau 4.66 présente les endroits d'où proviennent les informations selon les répondants. On peut remarquer que pour ceux qui ont eu de l'information, dans 21 cas sur 36, c'est de la part de l'enseignant d'éducation physique que provient l'information. Par la suite, dans 9 cas, ce sont les parents.

En ce qui concerne ceux qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, les informations proviennent en majorité des parents (10 fois sur 26). Par la suite, il y a l'enseignant de la classe (7) et la télévision (3).

**Tableau 4.67**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	32	25,2	29,9	29,9
	ENSEIGNANT PARENTS	12	9,4	11,2	41,1
	TÉLÉVISION	44	34,6	41,1	82,2
	ENTOURAGE	9	7,1	8,4	90,7
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	2	1,6	1,9	92,5
	AUTRE	4	3,1	3,7	96,3
	Total	4	3,1	3,7	100,0
	Missing	77	18	14,2	
	99	2	1,6		
Total	20	15,7			
Total	127	100,0			

Le tableau 4.67 démontre que selon tous les répondants, les informations pour cette question, proviennent en majorité des parents (44 fois sur 107). Par la suite, il y a l'enseignant d'éducation physique (32 sur 107).

Cependant, sur les 44 fois où les parents ont donné de l'information, 19 d'entre eux ont eu la bonne réponse. Pour ce qui concerne l'enseignant d'éducation physique, ce dernier a donné 32 fois de l'information alors que seulement 22 répondants ont eu la bonne réponse.

Abordons maintenant la **question 6**. Pour cette question, il n'y a pas de différence significative entre les 2 groupes. Les pourcentages sont presque identiques (44% et 45 % respectivement).

**Tableau 4.68**  
Réponses données par les élèves à la question 6

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	17	13,4	13,4	13,4
2	30	23,6	23,6	37,0
3	5	3,9	3,9	40,9
4	58	45,7	45,7	86,6
5	17	13,4	13,4	100,0
Total	127	100,0	100,0	

Comme le démontre le tableau 4.68 près de la moitié des répondants ont choisi la bonne réponse, soit le choix 4. Toutefois, la figure 4.5 démontre également une répartition identique entre le choix 1 et le choix «je ne sais pas» (17).

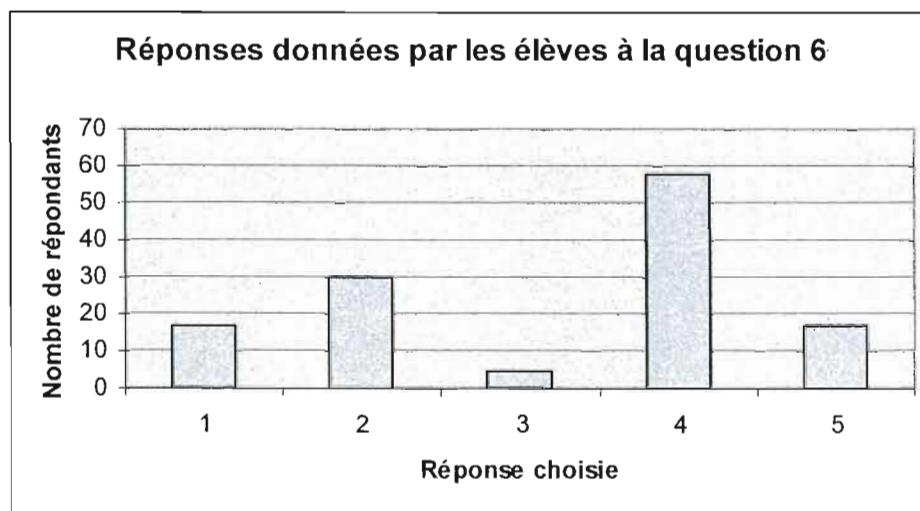


Figure 4.5 : Réponses données par les élèves à la question 6

Tableau 4.69

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse

			Info		
			NON	OUI	Total
Q6B	ENSEIGNANT	Count	0	19	19
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	65,5%	33,3%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	33,3%	33,3%
	ENSEIGNANT	Count	5	0	5
		% within Info	17,9%	,0%	8,8%
		% of Total	8,8%	,0%	8,8%
	PARENTS	Count	16	8	24
		% within Info	57,1%	27,6%	42,1%
		% of Total	28,1%	14,0%	42,1%
	TÉLÉVISION	Count	3	0	3
		% within Info	10,7%	,0%	5,3%
		% of Total	5,3%	,0%	5,3%
	ENTOURAGE	Count	2	0	2
		% within Info	7,1%	,0%	3,5%
		% of Total	3,5%	,0%	3,5%
	GUIDE	Count	1	1	2
	ALIMENTAIRE	% within Info	3,6%	3,4%	3,5%
	CANADIEN	% of Total	1,8%	1,8%	3,5%
	AUTRE	Count	1	1	2
		% within Info	3,6%	3,4%	3,5%
		% of Total	1,8%	1,8%	3,5%
Total	Count	28	29	57	
	% within Info	100,0%	100,0%	100,0%	
	% of Total	49,1%	50,9%	100,0%	

En ce qui concerne le tableau 4.69, il démontre que dans 19 cas, c'est l'enseignant d'éducation physique qui a donné l'information, pour ceux qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique. Par la suite, les parents ont donné de l'information dans 8 cas, le guide alimentaire canadien dans 1 cas et finalement 1 cas dans la catégorie autre.

Pour ce qui est de ceux qui n'ont pas eu d'information, ce sont les parents qui ont donné l'information 16 fois. Dans 5 cas, c'est l'enseignant de la classe. Par la suite, il y a la télévision à 3 reprises, l'entourage à 2 reprises, le guide alimentaire canadien à 1 fois et finalement la catégorie autre (1).

**Tableau 4.70**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	30	23,6	27,8	27,8
	ENSEIGNANT PARENTS	11	8,7	10,2	38,0
	TÉLÉVISION	45	35,4	41,7	79,6
	ENTOURAGE	11	8,7	10,2	89,8
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	2	1,6	1,9	91,7
	AUTRE	4	3,1	3,7	95,4
	Total	5	3,9	4,6	100,0
	Total	108	85,0	100,0	
	Missing	77	17	13,4	
99		2	1,6		
Total		19	15,0		
Total		127	100,0		

Par contre, il est à noter que le tableau 4.70 démontre que lorsque l'on place tous les répondants ensemble, et ce peu importe le résultat, pour cette question, ce sont les parents qui ont donné le plus d'information aux élèves (45 sur 108). Dans un deuxième temps, c'est l'enseignant d'éducation physique (30 sur 108). De ces 45, 24 d'entre eux ont eu la bonne réponse. Pour ce qui concerne l'enseignant d'éducation physique, sur les 30 fois où il a donné de l'information, seulement 19 d'entre eux ont eu la bonne réponse.

Par la suite, à la **question 7**, il n'y a pas de différence significative entre les 2 groupes. 48 % des élèves qui n'ont pas eu d'information et 64 % de ceux qui ont eu de l'information ont eu la bonne réponse. Le pourcentage de réussite de tous est de 56 %.

**Tableau 4.71**  
Réponses données par les élèves à la question 7

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2	71	55,9	55,9	55,9
3	15	11,8	11,8	67,7
4	23	18,1	18,1	85,8
5	18	14,2	14,2	100,0
Total	127	100,0	100,0	

Le tableau 4.71 identifie que la majorité des répondants ont choisi le choix 2, soit la bonne réponse. Il y a également 18 élèves qui ont choisi la réponse «je ne sais pas». Par la suite, la figure 4.6 démontre bien que la majorité des répondants a choisi le 2<sup>ième</sup> choix. Aucun n'a pris le choix 1.

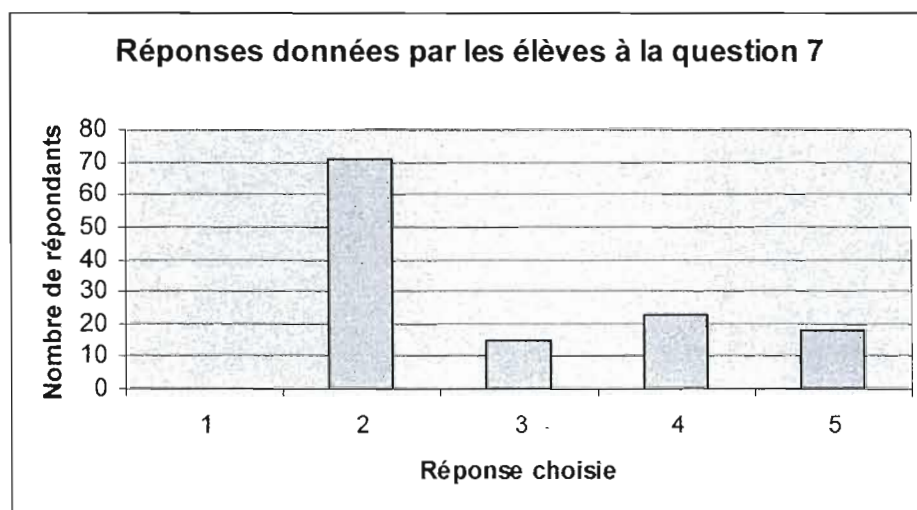


Figure 4.6 : Réponses données par les élèves à la question 7



Tableau 4.72

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse  
à la question 7

			Info		
			NON	OUI	Total
Q7B	ENSEIGNANT	Count	0	22	22
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	55,0%	31,4%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	31,4%	31,4%
	ENSEIGNANT	Count	9	5	14
		% within Info	30,0%	12,5%	20,0%
		% of Total	12,9%	7,1%	20,0%
	PARENTS	Count	12	10	22
		% within Info	40,0%	25,0%	31,4%
		% of Total	17,1%	14,3%	31,4%
	TÉLÉVISION	Count	3	0	3
		% within Info	10,0%	,0%	4,3%
		% of Total	4,3%	,0%	4,3%
	GUIDE	Count	3	0	3
	ALIMENTAIRE	% within Info	10,0%	,0%	4,3%
	CANADIEN	% of Total	4,3%	,0%	4,3%
	AUTRE	Count	3	3	6
		% within Info	10,0%	7,5%	8,6%
		% of Total	4,3%	4,3%	8,6%
	Total	Count	30	40	70
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	42,9%	57,1%	100,0%

Pour ce qui est du tableau 4.72, ce dernier présente pour les élèves qui ont reçu de l'information l'enseignant d'éducation physique comme étant celui qui a transmis

l'information 22 fois sur 40. Le second est l'enseignant de classe dans 10 cas. Par la suite, il y a l'enseignant de la classe dans 5 cas et finalement la catégorie autre dans 3 cas.

En ce qui concerne les élèves qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, celle-ci provient, selon les répondants, des parents dans 12 cas sur 30 mais également de l'enseignant de la classe dans 9 cas sur 30. Par la suite, il y a la télévision (3), le guide alimentaire canadien (3) et la catégorie autre (3).

**Tableau 4.73**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	32	25,2	29,6	29,6	
	ENSEIGNANT PARENTS	17	13,4	15,7	45,4	
	TÉLÉVISION	8	6,3	7,4	87,0	
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	6	4,7	5,6	92,6	
	AUTRE	8	6,3	7,4	100,0	
	Total	108	85,0	100,0		
	Missing	77	18	14,2		
		99	1	,8		
Total		19	15,0			
Total		127	100,0			

Le tableau 4.73 démontre, encore une fois, que ce sont les parents qui ont donné le plus d'information, selon les répondants pour cette question (37 sur 108) et par la suite, c'est l'enseignant d'éducation physique (32 sur 108).

Poursuivons avec la **question 8**, tel que le démontre le tableau 4.55 (Proportions de réussite des questions de tous les répondants), la question 8 est significative ( $X^2 = 13,243$  et  $p = ,000$ ). Le tableau suivant donne les réponses fournies par les élèves. La bonne réponse pour cette question est 4.

**Tableau 4.74**  
Réponses données par les élèves à la question 8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	18	14,2	14,3	14,3
	2	6	4,7	4,8	19,0
	3	14	11,0	11,1	30,2
	4	63	49,6	50,0	80,2
	5	25	19,7	19,8	100,0
	Total	126	99,2	100,0	
Missing	99	1	,8		
Total		127	100,0		

Le tableau 7.74 montre que la majorité ont eu la bonne réponse en choisissant le 4. Par contre, il y a quand même 25 élèves qui ont choisi la catégorie «je ne sais pas». C'est la seconde réponse qui a été la plus choisie. De toute évidence, le choix 4 est en majorité selon la figure 4.7.

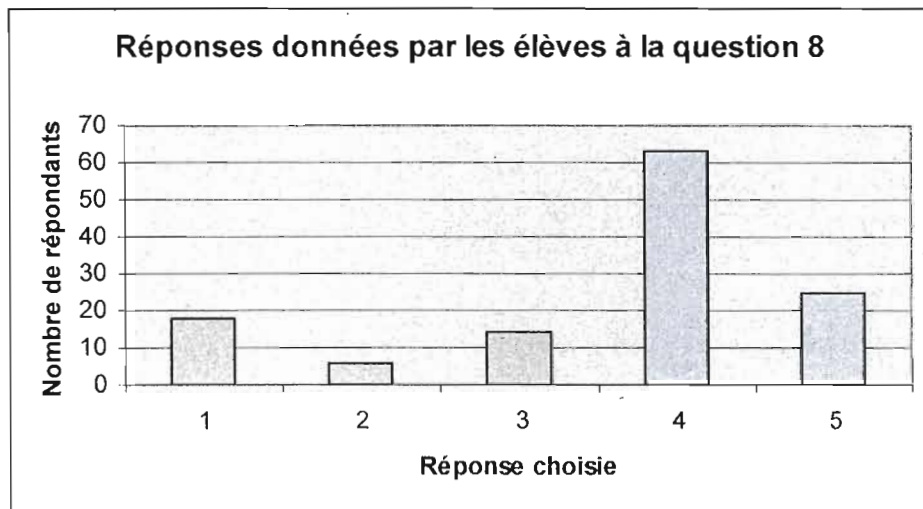


Figure 4.7 : Réponses données par les élèves à la question 8

Tableau 4.75

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse

			Info		
			NON	OUI	Total
Q8B	ENSEIGNANT	Count	0	22	22
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	52,4%	34,9%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	34,9%	34,9%
	ENSEIGNANT	Count	5	0	5
		% within Info	23,8%	,0%	7,9%
		% of Total	7,9%	,0%	7,9%
	PARENTS	Count	8	10	18
		% within Info	38,1%	23,8%	28,6%
		% of Total	12,7%	15,9%	28,6%
	TÉLÉVISION	Count	2	4	6
		% within Info	9,5%	9,5%	9,5%
		% of Total	3,2%	6,3%	9,5%
	ENTOURAGE	Count	0	1	1
		% within Info	,0%	2,4%	1,6%
		% of Total	,0%	1,6%	1,6%
	GUIDE	Count	1	4	5
	ALIMENTAIRE	% within Info	4,8%	9,5%	7,9%
	CANADIEN	% of Total	1,6%	6,3%	7,9%
	AUTRE	Count	5	1	6
		% within Info	23,8%	2,4%	9,5%
		% of Total	7,9%	1,6%	9,5%
Total	Count	21	42	63	
	% within Info	100,0%	100,0%	100,0%	
	% of Total	33,3%	66,7%	100,0%	

Le tableau 4.75 indique que pour ceux qui ont eu de l'information, celle-ci provient en majorité de l'enseignant d'éducation physique (22) mais également des parents(10). Puis, elle provient de la télévision (4), du guide alimentaire canadien (4), de l'entourage (1) et finalement de la catégorie autre (1).

Pour ceux qui n'en ont pas eu, les informations proviennent d'une part des parents (8) mais également de l'enseignant de la classe (5) ainsi que de la catégorie autre (5). Elle provient également de la télévision (2) et du guide alimentaire canadien (1).

**Tableau 4.76**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	27	21,3	27,3	27,3	
	ENSEIGNANT PARENTS	7	5,5	7,1	34,3	
	TÉLÉVISION	11	8,7	11,1	81,8	
	ENTOURAGE	2	1,6	2,0	83,8	
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	8	6,3	8,1	91,9	
	AUTRE	8	6,3	8,1	100,0	
	Total	99	78,0	100,0		
	Missing	77	25	19,7		
		99	3	2,4		
Total		28	22,0			
Total		127	100,0			

Le tableau 4.76 démontre que la majorité de l'information de tous les répondants provient des parents dans 36 cas sur 127. On peut par contre remarquer, comme indiqué dans le tableau 4.75 que seulement 18 répondants ont réussi la question lorsque l'information provient des parents. Dans le cas de l'enseignant d'éducation physique, il y a 22 répondants qui ont réussi la question sur 27 qui disent avoir eu de l'information par ce dernier.

En ce qui concerne la **question 9**, tel que le démontre le tableau (Proportions de réussite des questions de tous les répondants), celle-ci est significative ( $X^2 = 25,635$  et  $p = ,000$ ). Il y a une grande différence entre les pourcentages de réussite des élèves. En effet, seulement 11 % des élèves n'ayant pas eu d'information ont eu la bonne réponse alors que 53 % des élèves qui ont eu de l'information l'ont eu. Le tableau suivant donne les réponses fournies par les élèves. La bonne réponse pour cette question est 4.

**Tableau 4.77**  
Réponses données par les élèves à la question 9

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	4	3,1	3,1	3,1
2	14	11,0	11,0	14,2
3	53	41,7	41,7	55,9
4	41	32,3	32,3	88,2
5	15	11,8	11,8	100,0
Total	127	100,0	100,0	

Le tableau 4.77 démontre que la majorité ont fait le choix 3 alors que la bonne réponse est le 4. En effet, il y a 53 répondants ont choisi 3. Il y a 32 % des répondants qui ont eu la bonne réponse. La figure 4.8 démontre les différentes réponses données par les élèves à cette question. On peut remarquer que le choix 3 est celui qui a été le plus choisi. Il y a également 15 élèves qui ont choisi «je ne sais pas».

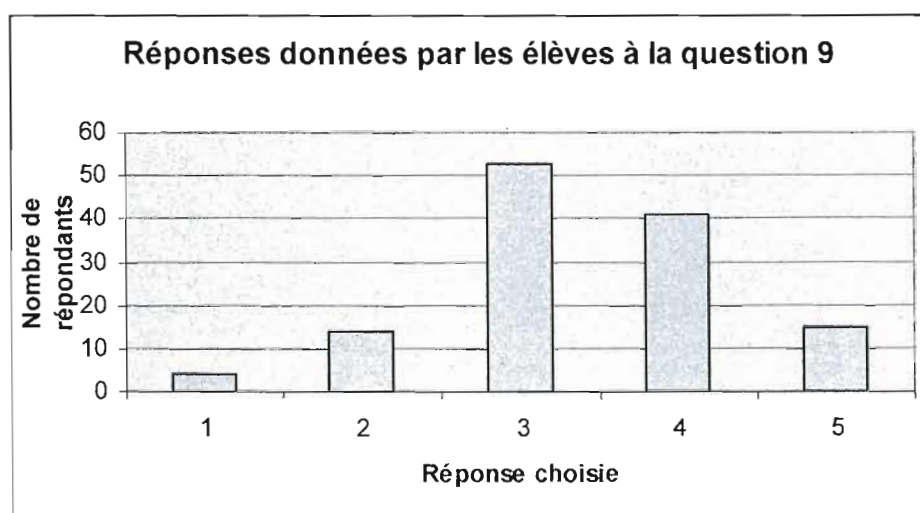


Figure 4.8 : Réponses données par les élèves à la question 9



**Tableau 4.78**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse  
à la question 9

			Info		
			NON	OUI	Total
Q9B	ENSEIGNANT	Count	0	15	15
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	44,1%	36,6%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	36,6%	36,6%
	ENSEIGNANT	Count	0	4	4
		% within Info	,0%	11,8%	9,8%
		% of Total	,0%	9,8%	9,8%
	PARENTS	Count	6	9	15
		% within Info	85,7%	26,5%	36,6%
		% of Total	14,6%	22,0%	36,6%
	TÉLÉVISION	Count	0	1	1
		% within Info	,0%	2,9%	2,4%
		% of Total	,0%	2,4%	2,4%
	GUIDE	Count	1	2	3
	ALIMENTAIRE	% within Info	14,3%	5,9%	7,3%
	CANADIEN	% of Total	2,4%	4,9%	7,3%
	AUTRE	Count	0	3	3
		% within Info	,0%	8,8%	7,3%
		% of Total	,0%	7,3%	7,3%
	Total	Count	7	34	41
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	17,1%	82,9%	100,0%

Le tableau 4.78 montre que dans 15 cas se sont les parents et l'enseignant d'éducation physique qui ont donné les informations autant à ceux qui ont eu de l'information qu'à ceux qui n'en ont pas eu.

Par contre, lorsque l'on observe de façon plus détaillée, on remarque que très peu d'élèves qui n'ont pas eu d'information ont réussi cette question. En fait, seulement 7 d'entre eux ont réussi. Parmi ces 7 élèves, les parents ont donné l'information dans 6 cas. C'est le guide alimentaire canadien qui a donné l'information à l'autre élève.

Lorsque l'on compare avec ceux qui ont eu de l'information, on remarque qu'encore une fois, c'est l'enseignant d'éducation physique (15) qui a donné le plus d'information mais également les parents (9) . Par la suite, il y a l'enseignant de la classe (4), la catégorie autre (3), le guide alimentaire canadien (2) et finalement, la télévision (1).

**Tableau 4.79**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	27	21,3	25,0	25,0
	ENSEIGNANT PARENTS	9	7,1	8,3	33,3
	TÉLÉVISION	45	35,4	41,7	75,0
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	15	11,8	13,9	88,9
	AUTRE	5	3,9	4,6	93,5
	Total	7	5,5	6,5	100,0
	Missing	77	15	11,8	
	99	4	3,1		
Total	19	15,0			
Total		127	100,0		

Tel que le démontre le tableau 4.79, les parents ont, une fois de plus, donné le plus d'informations, selon les répondants. Par contre, pour cette question, seulement 15 répondants sur 45 qui ont eu de l'information des parents ont trouvé la bonne réponse. En ce qui concerne l'enseignant d'éducation physique, c'est 15 sur 27 qui ont réussi.

Ensuite, la **question 10** n'est pas significative. Le pourcentage de réussite de tous est de 57 %. Parmi les élèves qui n'ont pas eu d'information, 49 % ont trouvé la bonne réponse et 66 % de ceux qui avaient de l'information ont eu la bonne réponse.

**Tableau 4.80**  
Réponses données par les élèves à la question 10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	73	57,5	58,4	58,4
	2	4	3,1	3,2	61,6
	3	36	28,3	28,8	90,4
	4	2	1,6	1,6	92,0
	5	10	7,9	8,0	100,0
	Total	125	98,4	100,0	
Missing	99	2	1,6		
Total		127	100,0		

Le tableau 4.80 et la figure 4.9 démontrent que plus de la moitié des répondants ont choisi 1, la bonne réponse. Il y en a quand même 36 qui ont choisi 3. En ce qui concerne les autres choix, ce sont 10 répondants et moins qui les ont choisis.

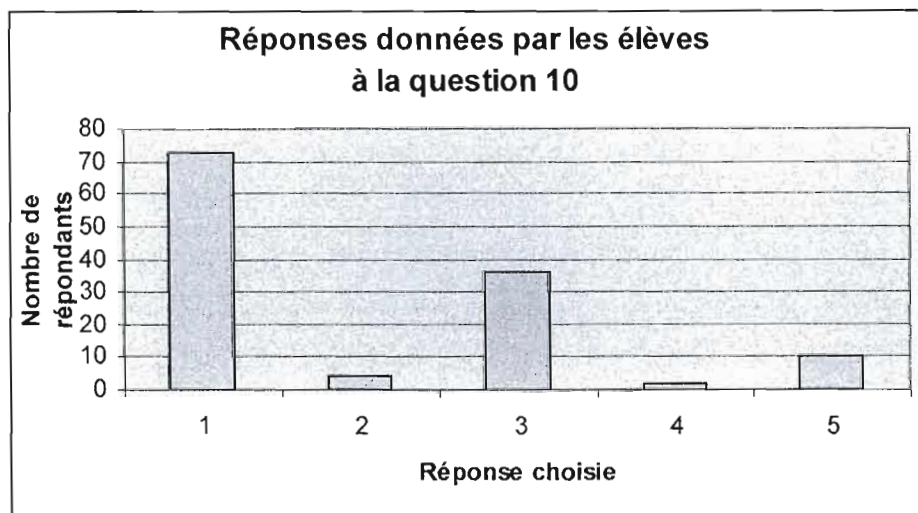


Figure 4.9 : Réponses données par les élèves à la question 10

Tableau 4.81

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse

			Info		
			NON	OUI	Total
Q10B	ENSEIGNANT	Count	0	22	22
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	52,4%	30,6%
	PHYSIQUE.	% of Total	,0%	30,6%	30,6%
	ENSEIGNANT	Count	3	1	4
		% within Info	10,0%	2,4%	5,6%
		% of Total	4,2%	1,4%	5,6%
	PARENTS	Count	18	12	30
		% within Info	60,0%	28,6%	41,7%
		% of Total	25,0%	16,7%	41,7%
	TÉLÉVISION	Count	5	1	6
		% within Info	16,7%	2,4%	8,3%
		% of Total	6,9%	1,4%	8,3%
	ENTOURAGE	Count	0	1	1
		% within Info	,0%	2,4%	1,4%
		% of Total	,0%	1,4%	1,4%
	GUIDE	Count	1	1	2
	ALIMENTAIRE	% within Info	3,3%	2,4%	2,8%
	CANADIEN	% of Total	1,4%	1,4%	2,8%
	AUTRE	Count	3	4	7
		% within Info	10,0%	9,5%	9,7%
		% of Total	4,2%	5,6%	9,7%
Total		Count	30	42	72
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	41,7%	58,3%	100,0%

Le tableau 4.81 indique, qu'encore une fois, en ce qui concerne les élèves qui ont eu de l'information, la majorité l'ont reçu de la part de l'enseignant d'éducation physique (dans 22 cas sur 42). Par la suite, ce sont les parents dans 12 cas, 1 fois l'enseignant de la classe, 1 fois la télévision, 1 fois l'entourage, 1 fois le guide alimentaire canadien et 4 fois la catégorie autre.

En ce qui concerne les élèves qui n'ont pas eu d'information, ce sont les parents dans 18 cas sur 30 qui ont donné l'information, selon les répondants. Par la suite, 5 fois pour la télévision, 3 fois pour l'enseignant, 3 fois pour la catégorie autre et finalement, 1 fois pour le guide alimentaire canadien.

**Tableau 4.82**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	28	22,0	25,5	25,5	
	ENSEIGNANT PARENTS	9	7,1	8,2	33,6	
	TÉLÉVISION	48	37,8	43,6	77,3	
	ENTOURAGE	12	9,4	10,9	88,2	
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	1	,8	,9	89,1	
	AUTRE	3	2,4	2,7	91,8	
	Total	9	7,1	8,2	100,0	
	Total	110	86,6	100,0		
	Missing	77	10	7,9		
		99	7	5,5		
Total		17	13,4			
Total		127	100,0			

En ce qui concerne le tableau 4.82, on peut également constater que pour cette question ce sont les parents qui ont donné le plus d'information, selon les répondants. En tenant compte de tous les répondants, ils ont donné de l'information dans 48 cas alors que seulement 30 d'entre eux ont eu la bonne réponse. En ce qui concerne l'enseignant d'éducation physique, les répondants ont réussi dans 22 cas sur 28.

D'autre part, la **question 11** n'a pas de différence significative. Par contre, le pourcentage de réussite est très élevé de la part des deux groupes. En effet, 78 % des élèves n'ayant pas eu d'information et 84 % de ceux qui ont eu de l'information ont réussi la question. La réussite de tous se situe à 81 %.

**Tableau 4.83**

Réponses données par les élèves à la question 11

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	103	81,1	81,7	81,7
	3	3	2,4	2,4	84,1
	4	9	7,1	7,1	91,3
	5	11	8,7	8,7	100,0
	Total	126	99,2	100,0	
Missing	99	1	,8		
Total		127	100,0		

Le tableau 4.83 et la figure 4.10 illustrent que la majorité des répondants ont choisi 1, soit la bonne réponse. On peut également constater que 11 répondants ont choisi 5 soit, «je ne sais pas».

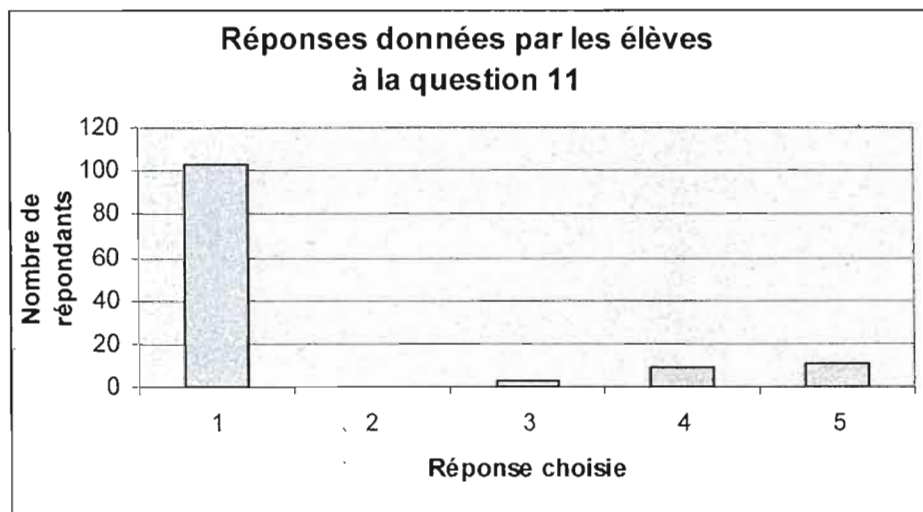


Figure 4.10 : Réponses données par les élèves à la question 11



**Tableau 4.84**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse

			Info		
			NON	OUI	Total
Q11B	ENSEIGNANT	Count	0	17	17
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	31,5%	17,0%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	17,0%	17,0%
	ENSEIGNANT	Count	7	3	10
		% within Info	15,2%	5,6%	10,0%
		% of Total	7,0%	3,0%	10,0%
	PARENTS	Count	24	19	43
		% within Info	52,2%	35,2%	43,0%
		% of Total	24,0%	19,0%	43,0%
	TÉLÉVISION	Count	6	3	9
		% within Info	13,0%	5,6%	9,0%
		% of Total	6,0%	3,0%	9,0%
	ENTOURAGE	Count	1	1	2
		% within Info	2,2%	1,9%	2,0%
		% of Total	1,0%	1,0%	2,0%
	GUIDE	Count	1	0	1
	ALIMENTAIRE	% within Info	2,2%	,0%	1,0%
	CANADIEN	% of Total	1,0%	,0%	1,0%
	AUTRE	Count	7	11	18
		% within Info	15,2%	20,4%	18,0%
		% of Total	7,0%	11,0%	18,0%
Total		Count	46	54	100
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	46,0%	54,0%	100,0%

Le tableau 4.84 démontre que pour l'ensemble des répondants, ce sont les parents qui ont donné le plus d'information. Par la suite, il s'agit de la catégorie autre et de l'enseignant d'éducation physique. En effet, les parents ont donné 24 fois l'information du côté de ceux qui n'ont pas eu d'information et pour ce qui est de ceux qui en ont eu, les parents en ont donné dans 19 cas.

Pour ceux qui ont eu de l'information, les parents (19) sont donc les premiers à avoir donné l'information. Par la suite, il s'agit de l'enseignant d'éducation physique dans 17 cas, la catégorie autre (11 fois), la télévision ( 3 ), l'enseignant de la classe ( 3 ) et l'entourage dans 1 cas.

Pour leur part, ceux qui n'ont pas eu d'information, ce sont les parents dans 24 cas sur 46 selon les répondants. Par la suite, 7 cas pour l'enseignant et pour la catégorie autre, 6 fois pour la télévision, et 1 pour l'entourage et pour le guide alimentaire canadien.

**Tableau 4.85**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 11

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	19	15,0	17,3	17,3	
	ENSEIGNANT PARENTS	11	8,7	10,0	27,3	
	PARENTS	46	36,2	41,8	69,1	
	TÉLÉVISION	10	7,9	9,1	78,2	
	ENTOURAGE	3	2,4	2,7	80,9	
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	2	1,6	1,8	82,7	
	AUTRE	19	15,0	17,3	100,0	
	Total	110	86,6	100,0		
	Missing	77	11	8,7		
		99	6	4,7		
Total		17	13,4			
Total		127	100,0			

En ce qui concerne le tableau 4.85, il indique que ce sont les parents, selon les répondants, qui ont donné l'information dans 46 cas. Pour cette question, les parents ont donné 46 fois et dans 43 cas, les élèves ont eu la bonne réponse.

Par ailleurs, pour l'enseignant d'éducation physique, il a donné de l'information dans 19 cas, selon les répondants, et 17 d'entre eux ont eu la bonne réponse.

Pour sa part, la **question 12** n'a pas de différence significative. La réussite de tous se situe à 53 %. Cette question fait parti des deux qui présente des résultats de bonnes réponses supérieurs pour les élèves n'ayant pas eu d'information. En effet, 60 % de ceux qui n'ont pas eu d'information ont eu la bonne réponse comparé à 45 % pour ceux qui ont eu de l'information.

**Tableau 4.86**

Réponses données par les élèves à la question 12

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	5	3,9	4,0	4,0
	2	11	8,7	8,8	12,8
	3	67	52,8	53,6	66,4
	4	13	10,2	10,4	76,8
	5	29	22,8	23,2	100,0
	Total	125	98,4	100,0	
Missing	99	2	1,6		
Total		127	100,0		

Comme le démontre le tableau 4.86, près de la moitié des répondants ont choisi 3, la bonne réponse. Par contre, on peut également remarquer dans la figure 4.11 qu'il y a plusieurs répondants qui ont choisi 5 soit «je ne sais pas».



Figure 4.11 : Réponses données par les élèves à la question 12

Tableau 4.87

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse

			Info		
			NON	OUI	Total
Q12B	ENSEIGNANT	Count	0	15	15
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	51,7%	23,1%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	23,1%	23,1%
	ENSEIGNANT	Count	4	0	4
		% within Info	11,1%	,0%	6,2%
		% of Total	6,2%	,0%	6,2%
	PARENTS	Count	16	6	22
		% within Info	44,4%	20,7%	33,8%
		% of Total	24,6%	9,2%	33,8%
	TÉLÉVISION	Count	5	3	8
		% within Info	13,9%	10,3%	12,3%
		% of Total	7,7%	4,6%	12,3%
	ENTOURAGE	Count	3	1	4
		% within Info	8,3%	3,4%	6,2%
		% of Total	4,6%	1,5%	6,2%
	GUIDE	Count	1	0	1
	ALIMENTAIRE	% within Info	2,8%	,0%	1,5%
	CANADIEN	% of Total	1,5%	,0%	1,5%
	AUTRE	Count	7	4	11
		% within Info	19,4%	13,8%	16,9%
		% of Total	10,8%	6,2%	16,9%
Total	Count	36	29	65	
	% within Info	100,0%	100,0%	100,0%	
	% of Total	55,4%	44,6%	100,0%	

Pour ce qui est du tableau 4.87, il y a 15 répondants qui mentionnent que l'information provient de l'enseignant de l'éducation physique parmi ceux qui ont eu de l'information. Il y a 6 d'entre eux disent que l'information provient des parents, 4 de la catégorie autre, 3 de la télévision et 1 de l'entourage.

Pour leur part, ceux qui n'ont pas eu d'information mentionnent que dans la majorité des cas, soit 16 fois sur 36, l'information provient des parents, dans 7 cas de la catégorie autre, 5 de la télévision, 4 de l'enseignant de la classe, 3 de l'entourage et 1 du guide alimentaire canadien.

**Tableau 4.88**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 12

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	21	16,5	22,3	22,3	
	ENSEIGNANT	6	4,7	6,4	28,7	
	PARENTS	35	27,6	37,2	66,0	
	TÉLÉVISION	13	10,2	13,8	79,8	
	ENTOURAGE	4	3,1	4,3	84,0	
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	2	1,6	2,1	86,2	
	AUTRE	13	10,2	13,8	100,0	
	Total	94	74,0	100,0		
	Missing	77	29	22,8		
		99	4	3,1		
Total		33	26,0			
Total		127	100,0			

En ce qui concerne le tableau 4.88, il démontre que pour tous les répondants, et ce peu importe le résultat à la question, dans 35 cas, ce sont les parents qui ont donné l'information. Par la suite, il y a l'enseignant d'éducation physique dans 21 cas.

Pour sa part, la **question 13**, quant à elle, n'est pas significative mais présente un pourcentage élevé de réussite (83 %). 79 % de ceux qui n'ont pas eu d'information ont eu la bonne réponse et 86 % de ceux qui ont eu de l'information ont obtenu la bonne réponse.

**Tableau 4.89**

Réponses données par les élèves à la question 13

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	2	1,6	1,6	1,6
	2	104	81,9	82,5	84,1
	3	11	8,7	8,7	92,9
	4	3	2,4	2,4	95,2
	5	6	4,7	4,8	100,0
	Total	126	99,2	100,0	
Missing	99	1	,8		
Total		127	100,0		



En ce qui concerne le tableau 4.89, la majorité des répondants ont choisi 2, la bonne réponse. Il y a près de 82 % d'entre eux qui ont eu la bonne réponse. Comme le montre la figure 4.12, il y a très peu de répondants qui ont pris les autres choix de réponse.

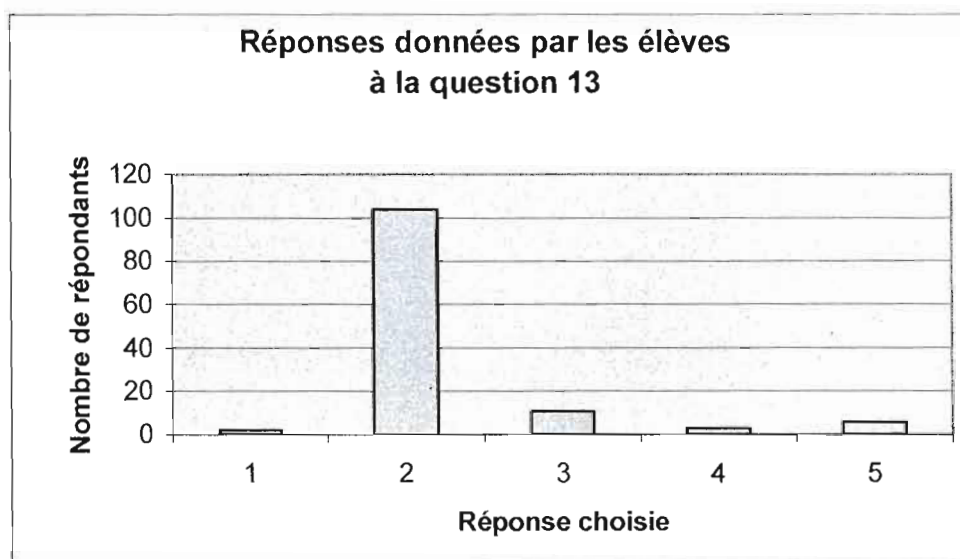


Figure 4.12 : Réponses données par les élèves à la question 13

**Tableau 4.90**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse  
à la question 13

			Info		
			NON	OUI	Total
Q13B	ENSEIGNANT	Count	0	26	26
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	47,3%	25,5%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	25,5%	25,5%
	ENSEIGNANT	Count	13	3	16
		% within Info	27,7%	5,5%	15,7%
		% of Total	12,7%	2,9%	15,7%
	PARENTS	Count	26	15	41
		% within Info	55,3%	27,3%	40,2%
		% of Total	25,5%	14,7%	40,2%
	TÉLÉVISION	Count	4	3	7
		% within Info	8,5%	5,5%	6,9%
		% of Total	3,9%	2,9%	6,9%
	GUIDE	Count	1	2	3
	ALIMENTAIRE	% within Info	2,1%	3,6%	2,9%
	CANADIEN	% of Total	1,0%	2,0%	2,9%
	AUTRE	Count	3	6	9
		% within Info	6,4%	10,9%	8,8%
		% of Total	2,9%	5,9%	8,8%
Total		Count	47	55	102
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	46,1%	53,9%	100,0%

Le tableau 4.90 montre, qu'encore une fois, ce sont les parents qui ont donné le plus d'information selon les répondants. Par contre, lorsque l'on regarde de plus près, on peut

constater que lorsque les répondants ont eu de l'information, c'est de la part de l'enseignant de l'éducation physique qu'ils en ont le plus. En effet, ce dernier a donné 26 fois de l'information à ceux qui ont eu la bonne réponse. Par la suite, ce sont les parents dans 15 cas, 6 pour la catégorie autre, 3 pour l'enseignant et la télévision et 2 pour le guide alimentaire canadien.

Pour ce qui concerne les élèves qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ce sont les parents qui ont, en majorité, donné de l'information (26 sur 47). Par la suite, il s'agit de l'enseignant de la classe (13), la télévision (4), la catégorie autre (3) et finalement, le guide alimentaire canadien pour 1 cas.

**Tableau 4.91**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 13

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	28	22,0	24,3	24,3
	ENSEIGNANT PARENTS	17	13,4	14,8	39,1
	TÉLÉVISION	10	7,9	8,7	87,8
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	4	3,1	3,5	91,3
	AUTRE	10	7,9	8,7	100,0
	Total	115	90,6	100,0	
	Missing	77	6	4,7	
	99	6	4,7		
Total	12	9,4			
Total		127	100,0		

Comme le démontre le tableau 4.93, ce sont encore une fois les parents qui ont donné le plus d'information aux répondants. Cependant, sur 46 fois où les parents ont donné de l'information, il y a 41 répondants qui ont eu la bonne réponse. En ce qui concerne l'enseignant d'éducation physique, il y en a 26 qui ont eu la bonne réponse sur les 28 fois où celui-ci a donné de l'information, selon les répondants.

Quant à elle, la **question 14** présente une différence significative entre les 2 groupes, tel que le démontre le tableau 4.55 (Proportions de réussite des questions de tous les répondants) ( $X^2 = 36,640$  et  $p = ,000$ ). Seulement 6 % des élèves qui n'ont pas eu d'information ont eu la bonne réponse. Les élèves qui ont eu de l'information ont obtenu la bonne réponse à 56 %.

**Tableau 4.92**

Réponses données par les élèves à la question 14

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	13	10,2	10,4	10,4
	2	32	25,2	25,6	36,0
	3	6	4,7	4,8	40,8
	4	40	31,5	32,0	72,8
	5	34	26,8	27,2	100,0
	Total	125	98,4	100,0	
Missing	99	2	1,6		
Total		127	127	100,0	

Le tableau 4.92 signifie que seulement 40 répondants ont eu la bonne réponse (4). Selon la figure 4.13, il y en a presque autant qui ont choisi 2 ou 5 «je ne sais pas».

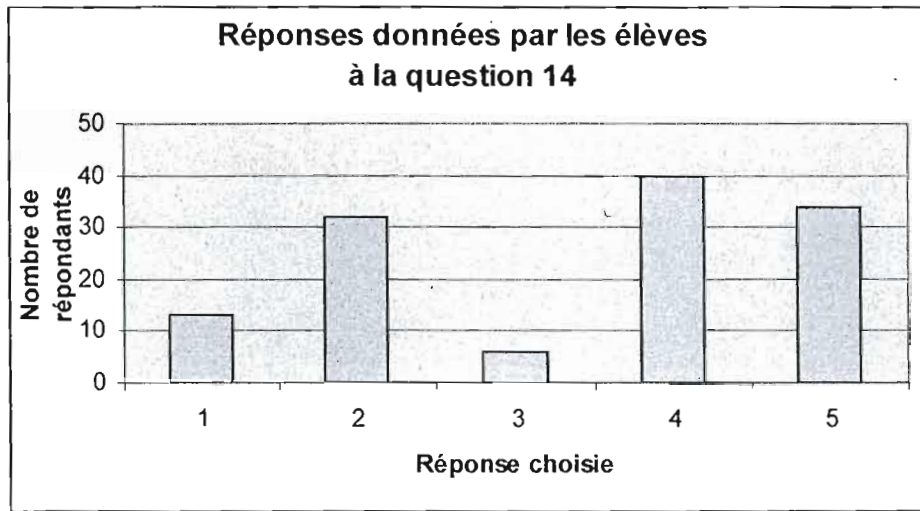


Figure 4.13 : Réponses données par les élèves à la question 14

**Tableau 4.93**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse  
à la question 14

			Info		
			NON	OUI	Total
Q14B	ENSEIGNANT	Count	0	20	20
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	57,1%	52,6%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	52,6%	52,6%
	ENSEIGNANT	Count	1	2	3
		% within Info	33,3%	5,7%	7,9%
		% of Total	2,6%	5,3%	7,9%
	PARENTS	Count	1	5	6
		% within Info	33,3%	14,3%	15,8%
		% of Total	2,6%	13,2%	15,8%
	TÉLÉVISION	Count	1	3	4
		% within Info	33,3%	8,6%	10,5%
		% of Total	2,6%	7,9%	10,5%
	GUIDE	Count	0	2	2
	ALIMENTAIRE	% within Info	,0%	5,7%	5,3%
	CANADIEN	% of Total	,0%	5,3%	5,3%
	AUTRE	Count	0	3	3
		% within Info	,0%	8,6%	7,9%
		% of Total	,0%	7,9%	7,9%
	Total	Count	3	35	38
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	7,9%	92,1%	100,0%

Comme le démontre le tableau 4.93, la majorité de ceux qui ont eu la bonne réponse ont eu l'information de la part de l'enseignant de l'éducation physique (20 sur 35) . Il y en a 5 dont

l'information provient des parents, 3 de la télévision et de la catégorie autre, 2 de l'enseignant de la classe et du guide alimentaire canadien.

En ce qui concerne ceux qui n'ont pas eu d'information, seulement 3 parmi ceux qui ont eu la bonne réponse ont identifié de qui leur provenait l'information. Il y en a 1 qui a indiqué que l'information provenait de l'enseignant de la classe, 1 des parents et 1 de la télévision.

**Tableau 4.94**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 14

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	29	22,8	34,1	34,1
	ENSEIGNANT	10	7,9	11,8	45,9
	PARENTS	23	18,1	27,1	72,9
	TÉLÉVISION	9	7,1	10,6	83,5
	ENTOURAGE	2	1,6	2,4	85,9
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	4	3,1	4,7	90,6
	AUTRE	8	6,3	9,4	100,0
	Total	85	66,9	100,0	
	Missing	77	34	26,8	
99		8	6,3		
Total		42	33,1		
Total		127	100,0		

Le tableau 4.94 montre que seulement 85 répondants ont indiqué d'où leur provient l'information. Il y en a également 34 qui ont répondu «je ne sais pas». En ce qui concerne

tous les élèves qui ont répondu, ils mentionnent que dans 23 cas, l'information provient des parents. Par contre, seulement 6 d'entre eux ont eu la bonne réponse.

Pour l'enseignant d'éducation physique, il a donné, selon les répondants, 29 fois de l'information. Il y a 20 répondants qui ont eu la bonne réponse sur ces 29.

Poursuivons avec la **question 15**, tel que le démontre le tableau 4.55 (Proportions de réussite des questions de tous les répondants), cette dernière est significative ( $X^2 = 4,221$  et  $p = ,040$ ). Le pourcentage de réussite de tous est de 58 %. Il y a également une différence entre les 2 groupes au niveau des pourcentages de réussite. Ceux qui n'ont pas eu d'information ont réussi à 49 % et ceux qui ont eu de l'information ont réussi à 67 %.

**Tableau 4.95**

Réponses données par les élèves à la question 15

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	12	9,4	9,6	9,6
	2	74	58,3	59,2	68,8
	3	8	6,3	6,4	75,2
	4	12	9,4	9,6	84,8
	5	19	15,0	15,2	100,0
	Total	125	98,4	100,0	
Missing	99	2	1,6		
Total		127	100,0		



Le tableau 4.95 indique que 74 répondants ont choisi 2 (la bonne réponse). Ce qui représente 58,3 % de bonne réponse. Tel que le démontre la figure 4.14, les autres réponses sont réparties sensiblement de la même façon entre les autres choix de réponse.

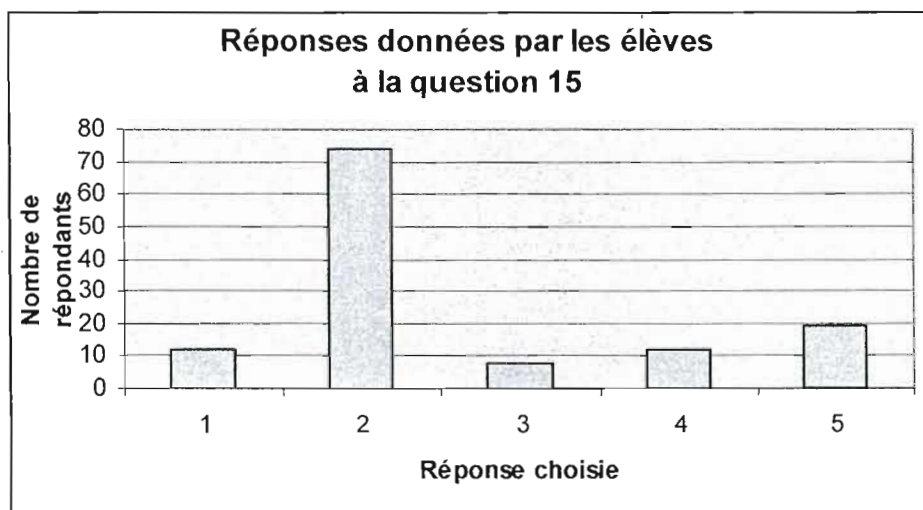


Figure 4.14 : Réponses données par les élèves à la question 15

Tableau 4.96

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse

			Info		
			NON	OUI	Total
Q15B	ENSEIGNANT	Count	0	20	20
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	47,6%	28,2%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	28,2%	28,2%
	ENSEIGNANT	Count	4	0	4
		% within Info	13,8%	,0%	5,6%
		% of Total	5,6%	,0%	5,6%
	PARENTS	Count	13	15	28
		% within Info	44,8%	35,7%	39,4%
		% of Total	18,3%	21,1%	39,4%
	TÉLÉVISION	Count	6	2	8
		% within Info	20,7%	4,8%	11,3%
		% of Total	8,5%	2,8%	11,3%
	ENTOURAGE	Count	0	2	2
		% within Info	,0%	4,8%	2,8%
		% of Total	,0%	2,8%	2,8%
	GUIDE	Count	2	1	3
	ALIMENTAIRE	% within Info	6,9%	2,4%	4,2%
	CANADIEN	% of Total	2,8%	1,4%	4,2%
	AUTRE	Count	4	2	6
		% within Info	13,8%	4,8%	8,5%
		% of Total	5,6%	2,8%	8,5%
Total		Count	29	42	71
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	40,8%	59,2%	100,0%

Le tableau 4.96 démontre, encore une fois, que lorsque l'on regarde de façon globale, ce sont les parents qui ont donné le plus d'information, selon les répondants. En effet, ces derniers ont donné 28 fois de l'information sur un total de 71.

En ce qui concerne ceux qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, dans 20 cas sur 42, c'est l'enseignant d'éducation physique qui a donné l'information, par la suite, ce sont les parents (15), télévision (2), entourage (2), la catégorie autre (2) et finalement le guide alimentaire canadien (1).

Pour leur part, ceux qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique mentionnent que les informations proviennent des parents dans 13 cas sur 29, de la télévision (6), de l'enseignant de la classe (4), de la catégorie autre (4) et finalement le guide alimentaire canadien (2).

Tableau 4.97

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 15

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	28	22,0	27,7	27,7
	ENSEIGNANT PARENTS	6	4,7	5,9	33,7
	TÉLÉVISION	40	31,5	39,6	73,3
	ENTOURAGE	14	11,0	13,9	87,1
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	2	1,6	2,0	89,1
	AUTRE	4	3,1	4,0	93,1
	Total	7	5,5	6,9	100,0
	Missing	77	19	15,0	
	99	7	5,5		
	Total	26	20,5		
Total	127	100,0			

Le tableau 4.97, quant à lui, indique que dans 40 cas, ce sont les parents qui ont donné l'information, selon les répondants. De ces 40, seulement 28 ont trouvé la bonne réponse. En ce qui concerne l'enseignant d'éducation physique, il a donné 28 fois de l'information, selon les répondants, mais seulement 20 d'entre eux ont eu la bonne réponse.

Ensuite, la **question 16**, comme démontré dans le tableau 4.55 (Proportions de réussite des questions de tous les répondants), est significative ( $X^2 = 5,739$  et  $p = ,017$ ). Le pourcentage de réussite de tous est de 54 %. 43 % et 64 % sont les pourcentages de réussites respectifs pour les élèves n'ayant pas eu d'information et ceux qui ont eu de l'information.

**Tableau 4.98**  
Réponses données par les élèves à la question 16

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	44	34,6	35,8	35,8
	2	12	9,4	9,8	45,5
	3	67	52,8	54,5	100,0
	Total	123	96,9	100,0	
Missing	99	4	3,1		
Total		127	100,0		

Comme mentionné dans le tableau 4.98, 67 répondants ont choisi 3 (la bonne réponse). Cependant, il est intéressant de remarquer, avec la figure 4.15, que les répondants qui ont choisi 1 et 2 sont presque aussi nombreux que ceux qui ont choisi 3. Aucun n'a choisi 4. Pour cette question, le choix 5 n'était pas présent.

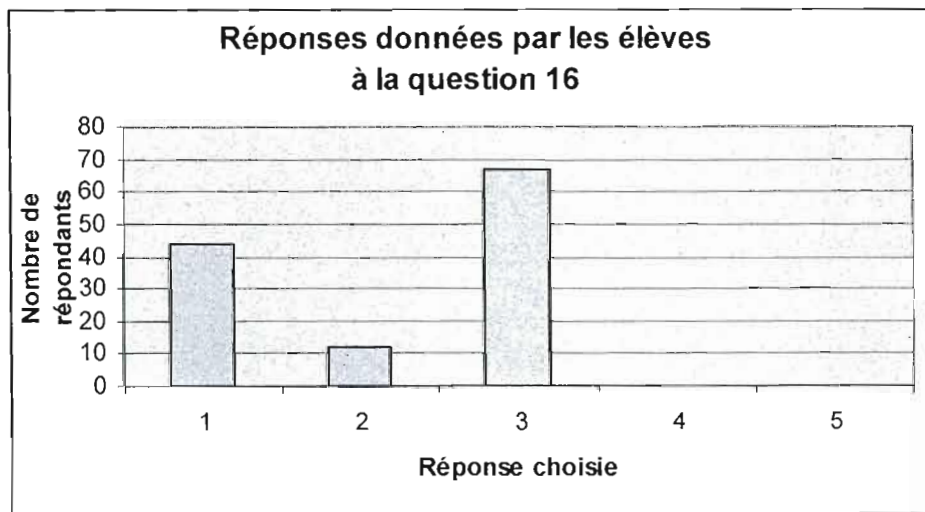


Figure 4.15 : Réponses données par les élèves à la question 16

**Tableau 4.99**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse  
à la question 16

			Info		
			NON	OUI	Total
Q16B	ENSEIGNANT	Count	0	14	14
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	34,1%	21,2%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	21,2%	21,2%
	ENSEIGNANT	Count	2	2	4
		% within Info	8,0%	4,9%	6,1%
		% of Total	3,0%	3,0%	6,1%
	PARENTS	Count	12	14	26
		% within Info	48,0%	34,1%	39,4%
		% of Total	18,2%	21,2%	39,4%
	TÉLÉVISION	Count	5	2	7
		% within Info	20,0%	4,9%	10,6%
		% of Total	7,6%	3,0%	10,6%
	GUIDE	Count	2	1	3
	ALIMENTAIRE	% within Info	8,0%	2,4%	4,5%
	CANADIEN	% of Total	3,0%	1,5%	4,5%
	AUTRE	Count	4	8	12
		% within Info	16,0%	19,5%	18,2%
		% of Total	6,1%	12,1%	18,2%
Total		Count	25	41	66
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	37,9%	62,1%	100,0%

Comme dans la majorité des questions précédentes, le tableau 4.99 démontre que ce sont les parents qui ont donné le plus d'information, selon les répondants. En effet, en ce qui concerne les élèves qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ces derniers ont mentionné dans 12 cas sur 25 que ce sont les parents qui leur ont donné l'information. Par la suite, c'est la télévision (5), la catégorie autre (4), l'enseignant de la classe (2) et le guide alimentaire canadien (2).

Pour ce qui est de ceux qui ont obtenu de l'information, celle-ci provient de l'enseignant d'éducation physique dans 14 cas mais également des parents (14 cas). Et ensuite, la catégorie autre (8), la télévision (2), l'enseignant de la classe (2) et finalement, le guide alimentaire canadien (1).

**Tableau 4.100**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 16

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	21	16,5	17,8	17,8
	ENSEIGNANT PARENTS	8	6,3	6,8	24,6
	TÉLÉVISION	52	40,9	44,1	68,6
	ENTOURAGE	15	11,8	12,7	81,4
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	1	,8	,8	82,2
	AUTRE	2	1,6	1,7	83,9
	Total	19	15,0	16,1	100,0
Missing	99	118	92,9	100,0	
Total		9	7,1		
		127	100,0		



Le tableau 4.100 démontre que dans 52 cas, ce sont les parents qui ont donné l'information, selon les répondants. Par contre, de ces 52, seulement 26 d'entre eux ont eu la bonne réponse. Il en va de même pour l'enseignant d'éducation physique. En effet, il a donné 21 fois de l'information, selon les répondants mais seulement 14 d'entre eux ont eu la bonne réponse.

Poursuivons avec la **question 17**. Cette dernière ne présente pas de différence significative. Elle présente un taux de réussite de tous assez bas (26 %). Les pourcentages de réussite sont similaires ( 25 % et 27 %).

**Tableau 4.101**

Réponses données par les élèves à la question 17

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	26	20,5	20,6	20,6
	2	13	10,2	10,3	31,0
	3	33	26,0	26,2	57,1
	4	14	11,0	11,1	68,3
	5	40	31,5	31,7	100,0
	Total	126	99,2	100,0	
Missing	99	1	,8		
Total		127	100,0		

Le tableau 4.101 montre que seulement 33 répondants ont eu la bonne réponse (3). Il y a même plus de répondants qui ont choisi 5 «je ne sais pas» que de répondants qui ont eu la bonne réponse. Par la suite, comme illustré dans la figure 4.16, les autres choix des répondants se divisent sensiblement dans les mêmes proportions entre le choix 2 et 4. Le choix 1 par contre, a été choisi par 26 répondants.

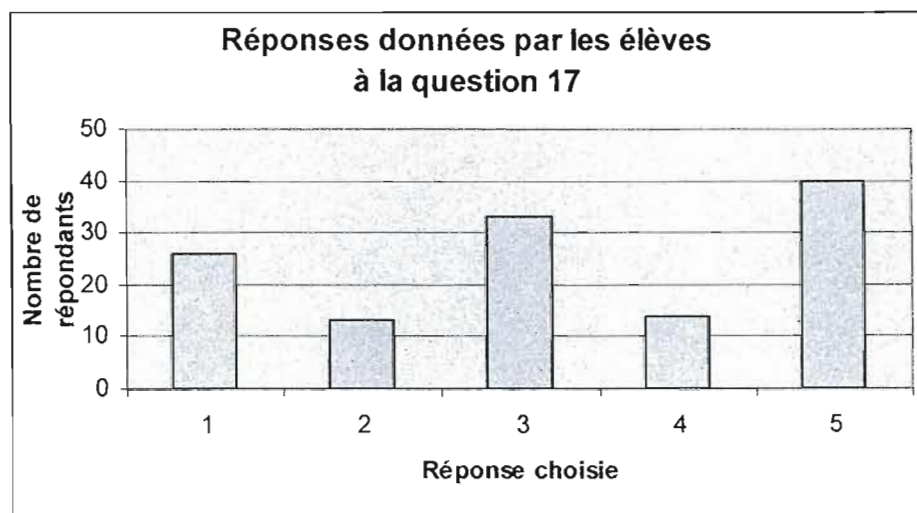


Figure 4.16 : Réponses données par les élèves à la question 17

**Tableau 4.102**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse  
à la question 17

			Info		
			NON	OUI	Total
Q17B	ENSEIGNANT	Count	0	4	4
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	23,5%	12,9%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	12,9%	12,9%
	ENSEIGNANT	Count	2	1	3
		% within Info	14,3%	5,9%	9,7%
		% of Total	6,5%	3,2%	9,7%
	PARENTS	Count	3	7	10
		% within Info	21,4%	41,2%	32,3%
		% of Total	9,7%	22,6%	32,3%
	TÉLÉVISION	Count	7	2	9
		% within Info	50,0%	11,8%	29,0%
		% of Total	22,6%	6,5%	29,0%
	GUIDE	Count	0	1	1
	ALIMENTAIRE	% within Info	,0%	5,9%	3,2%
	CANADIEN	% of Total	,0%	3,2%	3,2%
	AUTRE	Count	2	2	4
		% within Info	14,3%	11,8%	12,9%
		% of Total	6,5%	6,5%	12,9%
Total		Count	14	17	31
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	45,2%	54,8%	100,0%

Tel que le démontre le tableau 4.102, pour la première fois, les deux plus importants à donner de l'information sont les parents et la télévision. En effet, les parents ont donné de

l'information dans 10 cas sur 31, pour l'ensemble des répondants. La télévision, quant à elle, a donné de l'information dans 9 cas.

De façon plus spécifique, pour ce qui concerne les élèves ayant eu de l'information, ce sont encore une fois les parents qui en ont donné le plus, selon les répondants de ce groupe. En effet, ils contribuent dans 7 cas sur 17. Par la suite, c'est l'enseignant d'éducation physique (4), la télévision (2), la catégorie autre (2), l'enseignant de la classe (1) et finalement, le guide alimentaire canadien (1 également).

Pour les élèves qui n'ont pas eu d'information, la télévision, pour la première fois, se situe devant les parents. En effet, cette dernière a donné 7 fois de l'information, selon les répondants. Les parents, quant à eux, ont donné 3 fois de l'information. Par la suite, il y a l'enseignant de la classe et la catégorie autre qui ont chacun donné de l'information 2 fois.

**Tableau 4.103**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 17

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	19	15,0	22,9	22,9
	ENSEIGNANT PARENTS	5	3,9	6,0	28,9
	TÉLÉVISION	30	23,6	36,1	65,1
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	19	15,0	22,9	88,0
	AUTRE	3	2,4	3,6	91,6
	Total	7	5,5	8,4	100,0
	Missing	77	40	31,5	
	99	4	3,1		
Total	44	34,6			
Total	127	100,0			

En ce qui concerne le tableau 4.103, il démontre très bien que 40 répondants ont choisi «je ne sais pas». Il mentionne également que les parents ont donné 30 fois de l'information, selon les répondants. De ces 30, ce sont 10 qui ont trouvé la bonne réponse.

Pour ce qui est de la télévision et de l'enseignant d'éducation physique, ils ont chacun donné 19 fois de l'information selon les répondants. Dans le cas de l'enseignant d'éducation physique, seulement 4 ont trouvé la bonne réponse. Pour ce qui est de la télévision, 9 ont trouvé la bonne réponse.

Par la suite, à la **question 18**, tel qu'il est démontré dans le tableau 4.55 (Proportions de réussite des questions de tous les répondants), cette question est significative ( $X^2 = 5,766$  et  $p = ,016$ ). Le pourcentage de réussite est peu élevé. En effet, la réussite de tous se situe à 25 %. La réussite pour les élèves n'ayant pas eu d'information est de 16 % et ceux qui ont eu de l'information est de 34 %.

**Tableau 4.104**

Réponses données par les élèves à la question 18

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	31	24,4	24,8	24,8
	2	35	27,6	28,0	52,8
	3	16	12,6	12,8	65,6
	4	21	16,5	16,8	82,4
	5	22	17,3	17,6	100,0
	Total	125	98,4	100,0	
Missing	99	2	1,6		
Total		127	100,0		

En ce qui a trait au tableau 4.104, ce dernier indique que seulement 31 répondants ont trouvé la bonne réponse (1). La répartition des choix, tel que le démontre la figure 4.17, est presque équivalente pour les 5 choix. Il y a, en effet, 22 répondants qui ont choisi 5 «je ne sais pas». Il en est de même pour le choix 4 où il y a 21 répondants.

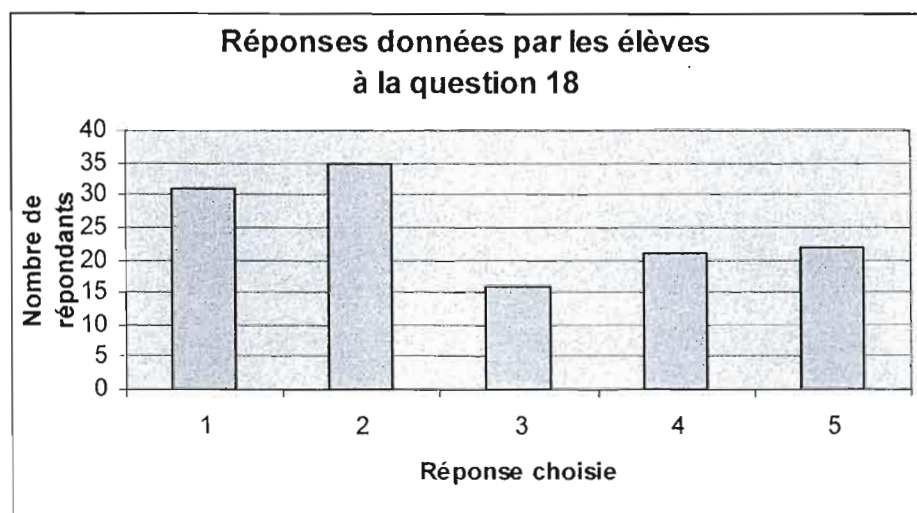


Figure 4.17 : Réponses données par les élèves à la question 18

**Tableau 4.105**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse  
à la question 18

			Info		
			NON	OUI	Total
Q18B	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	Count	0	3	3
		% within Info	,0%	14,3%	9,7%
		% of Total	,0%	9,7%	9,7%
	ENSEIGNANT	Count	2	1	3
		% within Info	20,0%	4,8%	9,7%
		% of Total	6,5%	3,2%	9,7%
	PARENTS	Count	4	6	10
		% within Info	40,0%	28,6%	32,3%
		% of Total	12,9%	19,4%	32,3%
	TÉLÉVISION	Count	3	5	8
		% within Info	30,0%	23,8%	25,8%
		% of Total	9,7%	16,1%	25,8%
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	Count	0	2	2
		% within Info	,0%	9,5%	6,5%
		% of Total	,0%	6,5%	6,5%
	AUTRE	Count	1	4	5
		% within Info	10,0%	19,0%	16,1%
		% of Total	3,2%	12,9%	16,1%
	Total	Count	10	21	31
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	32,3%	67,7%	100,0%



Pour le tableau 4.105, tout comme à la question précédente, ce sont les parents et la télévision qui ont donné le plus d'information pour l'ensemble des répondants. De façon plus précise, voyons ce qu'il en est pour les répondants qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant de l'éducation physique.

En ce qui concerne les élèves ayant eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ce sont les parents qui en ont donné le plus (6 sur 21). Par la suite, il s'agit de la télévision (5), de la catégorie autre (4), de l'enseignant d'éducation physique (3), du guide alimentaire canadien (2) et finalement de l'enseignant de la classe (1).

Pour ce qui concerne les élèves qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ce sont les parents (4), la télévision (2), l'enseignant de la classe (2) et la catégorie autre (1) qui ont donné les informations, selon les répondants de cette catégorie.

**Tableau 4.106**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 18

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	20	15,7	20,6	20,6
	ENSEIGNANT PARENTS	7	5,5	7,2	27,8
	TÉLÉVISION	32	25,2	33,0	60,8
	ENTOURAGE	15	11,8	15,5	76,3
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	1	,8	1,0	77,3
	AUTRE	5	3,9	5,2	82,5
	Total	17	13,4	17,5	100,0
	Missing	77	22	17,3	
	99	8	6,3		
	Total	30	23,6		
Total	127	100,0			

Le tableau 4.106 montre, quant à lui, que dans 32 cas, ce sont les parents qui ont donné de l'information, selon les répondants. Par contre, seulement 10 d'entre eux ont eu la bonne réponse. Il en est de même pour l'enseignant d'éducation physique et la télévision. En effet, l'enseignant d'éducation physique a donné de l'information dans 20 cas mais 3 d'entre eux ont eu la bonne réponse. Pour la télévision, cette dernière a donné de l'information dans 15 cas et seulement 8 d'entre eux ont eu la bonne réponse. De plus, la catégorie autre a également été citée 17 fois mais seulement 5 d'entre eux ont eu la bonne réponse.

En ce qui concerne la **question 19**, il n'y a pas de différence significative et le pourcentage de réussite de tous est de 31 %. Les valeurs sont similaires pour les 2 groupes (32 % et 31 %). Pour la seconde fois, les élèves ayant eu de l'information ont un pourcentage de réussite plus petit que ceux qui n'en ont pas eu.

**Tableau 4.107**

Réponses données par les élèves à la question 19

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	23	18,1	18,3	18,3
	2	56	44,1	44,4	62,7
	3	8	6,3	6,3	69,0
	4	39	30,7	31,0	100,0
	Total	126	99,2	100,0	
Missing	99	1	,8		
Total		127	100,0		

Le tableau 4.107 démontre que seulement 39 répondants ont eu la bonne réponse (4). Tout comme à la question 16, les répondants ne pouvaient pas choisir 5 «je ne sais pas » car le choix n'était pas offert. Il est intéressant de noter que la figure 4.18 démontre très bien qu'une grande proportion de répondants a choisi 2. Cette proportion est d'ailleurs supérieure aux 39 répondants qui ont eu la bonne réponse.

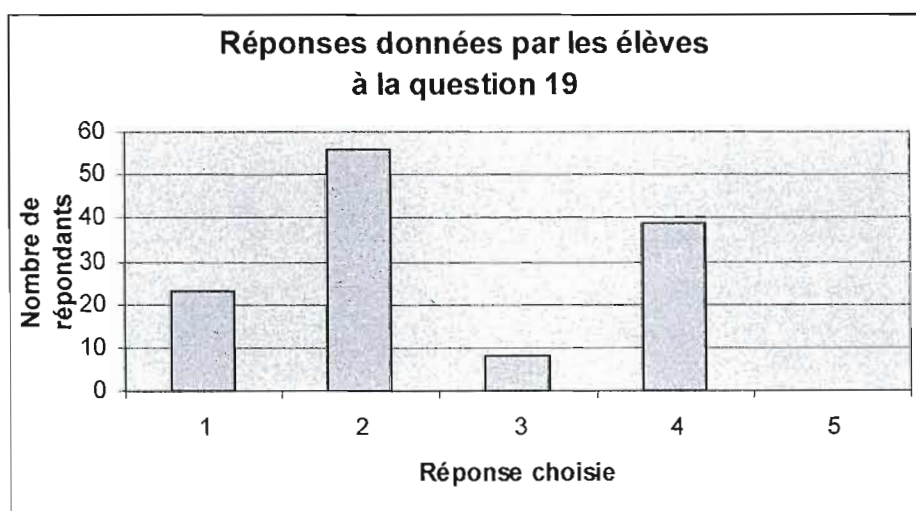


Figure 4.18 : Réponses données par les élèves à la question 19

**Tableau 4.108**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse à la question 19

			Info		
			NON	OUI	Total
Q19B	ENSEIGNANT	Count	0	3	3
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	15,0%	7,5%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	7,5%	7,5%
	ENSEIGNANT	Count	2	0	2
		% within Info	10,0%	,0%	5,0%
		% of Total	5,0%	,0%	5,0%
	PARENTS	Count	12	10	22
		% within Info	60,0%	50,0%	55,0%
		% of Total	30,0%	25,0%	55,0%
	TÉLÉVISION	Count	2	1	3
		% within Info	10,0%	5,0%	7,5%
		% of Total	5,0%	2,5%	7,5%
	AUTRE	Count	4	6	10
		% within Info	20,0%	30,0%	25,0%
		% of Total	10,0%	15,0%	25,0%
Total		Count	20	20	40
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	50,0%	50,0%	100,0%

Le tableau 4.108 indique, comme dans les questions précédentes, que les parents ont donné en majorité de l'information en ce qui concerne tous les répondants.

De façon plus détaillée, les élèves qui ont reçu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique ont noté que celui-ci a donné de l'information à seulement 3 reprises.

Les parents, quant à eux, en ont donné à 10 reprises. Par la suite, il y a la catégorie autre (6) et finalement, la télévision (1).

Pour les élèves qui n'ont pas eu d'information, ce sont les parents qui ont donné de l'information dans 12 cas sur 20. Ensuite, il y a la catégorie autre (4), la télévision (2) et finalement, l'enseignant de la classe (2).

**Tableau 4.109**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 19

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	10	7,9	8,4	8,4
	ENSEIGNANT	7	5,5	5,9	14,3
	PARENTS	71	55,9	59,7	73,9
	TÉLÉVISION	10	7,9	8,4	82,4
	ENTOURAGE	1	,8	,8	83,2
	AUTRE	20	15,7	16,8	100,0
	Total	119	93,7	100,0	
Missing	99	8	6,3		
Total		127	100,0		

Tel que le démontre le tableau 4.109 les parents ont donné 71 fois de l'information, selon les répondants. Cependant, seulement 22 d'entre eux ont eu la bonne réponse. En ce qui concerne la catégorie autre, elle a donné de l'information dans 20 cas selon les répondants mais 10 d'entre eux ont eu la bonne réponse. Il en est de même pour l'enseignant d'éducation physique où seulement 3 répondants ont eu la bonne réponse sur les 10 fois où ce dernier a donné de l'information. Au niveau de la télévision, seulement 3 répondants ont trouvé la bonne réponse alors que cette dernière a donné 10 fois de l'information selon ces répondants.

Pour sa part, la **question 20**, comme le démontre le tableau 4.55 (Proportions de réussite des questions de tous les répondants), est significative ( $X^2 = 3,883$  et  $p = ,049$ ). Par contre, l'écart entre les pourcentages de réussite n'est pas grand. En effet, le pourcentage de réussite de tous est de 69 %. Le pourcentage de réussite des élèves qui n'ont pas eu d'information est de 60 % et pour ceux qui en ont eu, il est de 77 %.

**Tableau 4.110**

Réponses données par les élèves à la question 20

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	2	1,6	1,6	1,6
	2	9	7,1	7,1	8,7
	3	86	67,7	68,3	77,0
	4	13	10,2	10,3	87,3
	5	16	12,6	12,7	100,0
	Total	126	99,2	100,0	
Missing	99	1	,8		
Total		127	100,0		

En ce qui concerne le tableau 4.110, il démontre que 86 répondants ont choisi la bonne réponse (3). La figure 4.19 illustre également que le nombre de répondants ayant choisi 5 «je ne sais pas» est supérieur aux autres choix.

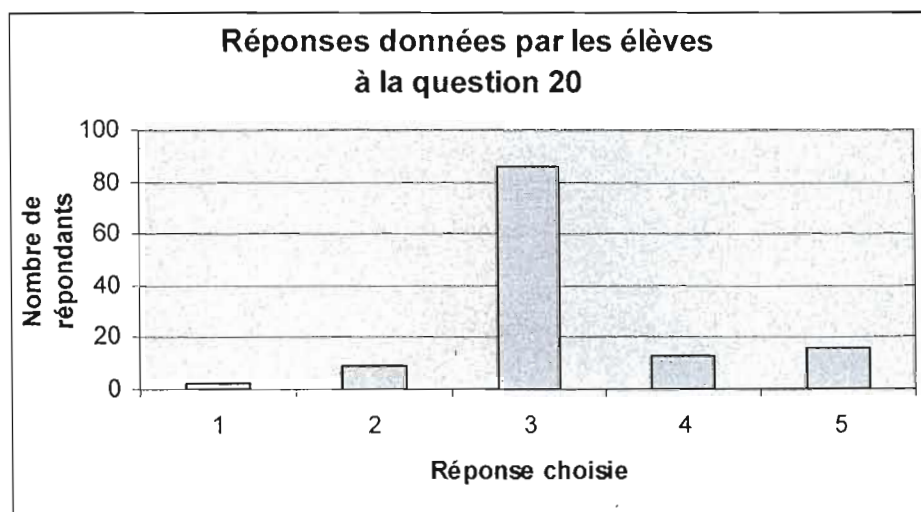


Figure 4.19 : Réponses données par les élèves à la question 20



**Tableau 4.111**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse  
à la question 20

			Info		
			NON	OUI	Total
Q20B	ENSEIGNANT	Count	0	22	22
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	45,8%	25,9%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	25,9%	25,9%
	ENSEIGNANT	Count	3	0	3
		% within Info	8,1%	,0%	3,5%
		% of Total	3,5%	,0%	3,5%
	PARENTS	Count	23	13	36
		% within Info	62,2%	27,1%	42,4%
		% of Total	27,1%	15,3%	42,4%
	TÉLÉVISION	Count	6	8	14
		% within Info	16,2%	16,7%	16,5%
		% of Total	7,1%	9,4%	16,5%
	GUIDE	Count	1	2	3
	ALIMENTAIRE	% within Info	2,7%	4,2%	3,5%
	CANADIEN	% of Total	1,2%	2,4%	3,5%
	AUTRE	Count	4	3	7
		% within Info	10,8%	6,2%	8,2%
		% of Total	4,7%	3,5%	8,2%
	Total	Count	37	48	85
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	43,5%	56,5%	100,0%

Par la suite, le tableau 4.111 démontre les parents ont, encore une fois, été ceux qui ont donné le plus d'information selon les répondants. En effet, ces derniers ont donné 36 fois de l'information sur une possibilité de 85.

De façon plus spécifique, en ce qui concerne les répondants ayant eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ils ont mentionné à 22 reprises que c'était ce dernier qui leur avait donné de l'information. Dans le cas de parents, ceux-ci ont donné de l'information à 13 reprises. Par la suite, il s'agit de la télévision dans 8 cas, la catégorie autre dans 3 cas et finalement, le guide alimentaire canadien dans 2 cas.

En ce qui concerne ceux qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ces derniers ont mentionné à 23 reprises que l'information venait des parents. Par la suite, il y a la télévision dans 6 cas, la catégorie autre dans 4 cas, l'enseignant de la classe dans 3 cas et finalement le guide alimentaire canadien dans 1 cas.

**Tableau 4.112**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 20

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	27	21,3	25,2	25,2
	ENSEIGNANT PARENTS	8	6,3	7,5	32,7
	TÉLÉVISION	43	33,9	40,2	72,9
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	16	12,6	15,0	87,9
	AUTRE	3	2,4	2,8	90,7
	Total	10	7,9	9,3	100,0
	Total	107	84,3	100,0	
	Missing	77	16	12,6	
99		4	3,1		
Total		20	15,7		
Total		127	100,0		

En ce qui concerne le tableau 4.112, il montre que ce sont les parents qui ont donné le plus d'information, selon les répondants. En effet, ces derniers ont donné de l'information à 43 reprises. Cependant, 36 d'entre eux ont eu la bonne réponse.

En ce qui concerne l'enseignant d'éducation physique, ce dernier a donné de l'information dans 27 cas et 22 répondants ont eu la bonne réponse.

Par ailleurs, la **question 21** présente des pourcentages de réussite similaires. Il n'y a donc pas de différence significative. 75 % de tous les élèves ont eu la bonne réponse. Parmi ceux qui n'avaient pas d'information, 71 % ont eu la bonne réponse. 78 % de ceux qui ont eu de l'information ont eu la bonne réponse.

**Tableau 4.113**

Réponses données par les élèves à la question 21

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	95	74,8	74,8	74,8
	2	19	15,0	15,0	89,8
	3	1	,8	,8	90,6
	4	3	2,4	2,4	92,9
	5	9	7,1	7,1	100,0
	Total	127	100,0	100,0	

Tel que le démontre le tableau 4.113, il y a 95 répondants ont trouvé la bonne réponse (1). En effet, la figure 4.20 et le tableau 4.113 démontrent que très peu de répondants ont fait un autre choix.

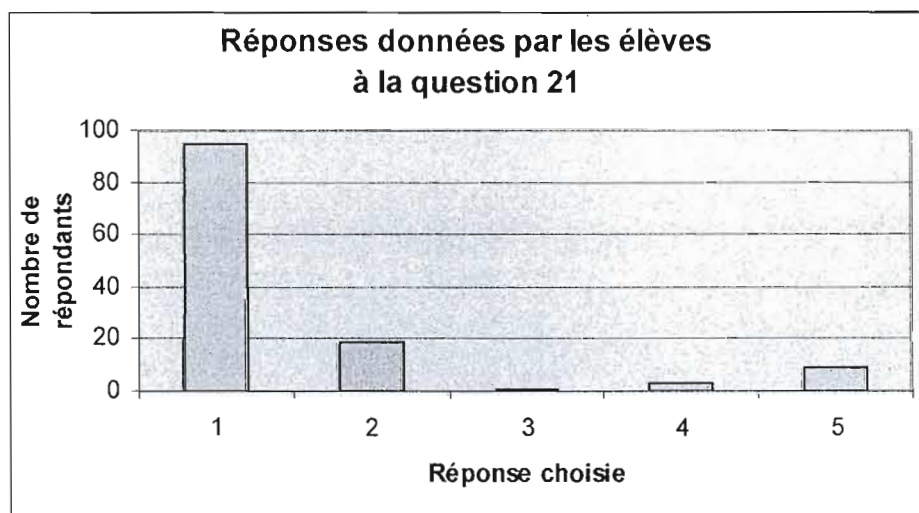


Figure 4.20 : Réponses données par les élèves à la question 21

Tableau 4.114

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse

			Info		
			NON	OUI	Total
Q21B	ENSEIGNANT	Count	1	21	22
	ÉDUCATION	% within Info	2,4%	42,0%	23,9%
	PHYSIQUE	% of Total	1,1%	22,8%	23,9%
	ENSEIGNANT	Count	3	1	4
		% within Info	7,1%	2,0%	4,3%
		% of Total	3,3%	1,1%	4,3%
	PARENTS	Count	28	22	50
		% within Info	66,7%	44,0%	54,3%
		% of Total	30,4%	23,9%	54,3%
	TÉLÉVISION	Count	7	0	7
		% within Info	16,7%	,0%	7,6%
		% of Total	7,6%	,0%	7,6%
	ENTOURAGE	Count	1	0	1
		% within Info	2,4%	,0%	1,1%
		% of Total	1,1%	,0%	1,1%
	GUIDE	Count	0	1	1
	ALIMENTAIRE	% within Info	,0%	2,0%	1,1%
	CANADIEN	% of Total	,0%	1,1%	1,1%
	AUTRE	Count	2	5	7
		% within Info	4,8%	10,0%	7,6%
		% of Total	2,2%	5,4%	7,6%
Total		Count	42	50	92
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	45,7%	54,3%	100,0%

Tout d'abord, il est important de mentionner que cette question a été réussie par la majorité des répondants (74.8 %). Le tableau 4.114 indique que les parents ont, encore une fois, donné plus d'information que l'enseignant d'éducation physique pour l'ensemble des répondants et pour ceux qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique.

À ce propos, pour ce qui est des élèves ayant eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ces derniers ont mentionné que dans 22 cas sur 50, ce sont les parents qui ont donné de l'information. Par la suite, l'enseignant d'éducation physique a donné de l'information dans 21 cas. Il y a également la catégorie autre dans 5 cas et 1 cas dans les catégories enseignant de la classe et guide alimentaire canadien.

Pour les élèves qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ils ont déclaré que dans 28 cas sur 42, l'information provient des parents. Par la suite, dans 7 cas, celle-ci provient de la télévision, 3 cas de l'enseignant de la classe, 2 cas de la catégorie autre et finalement 1 cas pour l'entourage et pour l'enseignant d'éducation physique.

Tableau 4.115

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 21

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	25	19,7	21,7	21,7
	ENSEIGNANT PARENTS	4	3,1	3,5	25,2
	TÉLÉVISION	65	51,2	56,5	81,7
	ENTOURAGE	9	7,1	7,8	89,6
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	1	,8	,9	90,4
	AUTRE	2	1,6	1,7	92,2
	Total	9	7,1	7,8	100,0
	Missing	77	9	7,1	
		99	3	2,4	
	Total	12	9,4		
Total	127	100,0			

Pour sa part, le tableau 4.115 mentionne qu'à 64 reprises, ce sont les parents qui ont donné l'information, selon les répondants. De ces 64, il y en a 50 qui ont eu la bonne réponse. En ce qui concerne l'enseignant d'éducation physique, ce dernier a donné 25 fois de l'information et 22 d'entre eux ont eu la bonne réponse.

Puis, pour la **question 22**, comme le démontre le tableau 4.55 (Proportions de réussite des questions de tous les répondants), cette question est significative ( $X^2 = 5,037$  et  $p = ,025$ ). Par contre, même si elle est significative, les pourcentages de réussite des 2 groupes sont élevés (71 % et 88 %). Le pourcentage de réussite de tous est de 80 %.

**Tableau 4.116**  
Réponses données par les élèves à la question 22

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	17	13,4	13,6	13,6
	2	6	4,7	4,8	18,4
	3	101	79,5	80,8	99,2
	4	1	,8	,8	100,0
	Total	125	98,4	100,0	
Missing	99	2	1,6		
Total		127	100,0		

Le tableau 4.116 montre que la majorité des répondants a choisi 3 (soit la bonne réponse). Tout comme les questions 19 et 16, cette question ne comportait pas de choix 5 soit «je ne sais pas». La figure 4.21 démontre le choix des répondants.

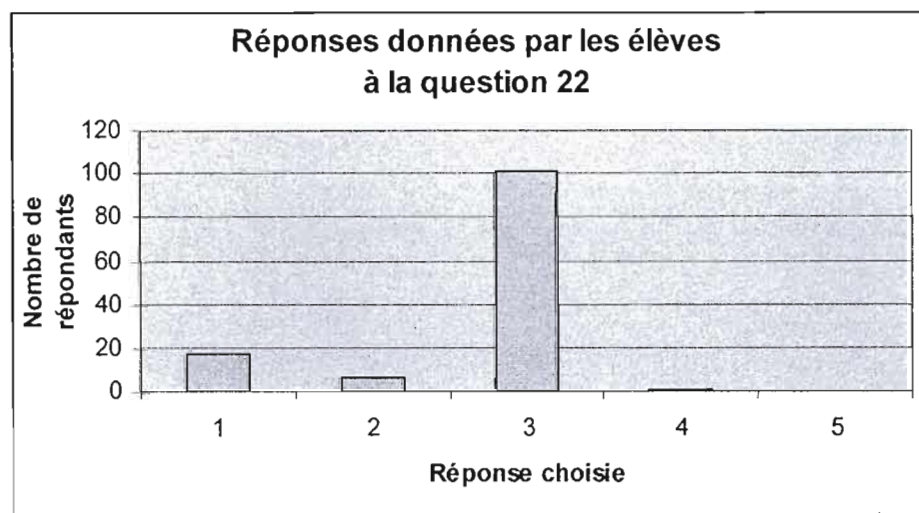


Figure 4.21 : Réponses données par les élèves à la question 22



**Tableau 4.117**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse  
à la question 22

			Info		
			NON	OUI	Total
Q22B	ENSEIGNANT	Count	3	30	33
	ÉDUCATION	% within Info	6,8%	54,5%	33,3%
	PHYSIQUE	% of Total	3,0%	30,3%	33,3%
	ENSEIGNANT	Count	4	1	5
		% within Info	9,1%	1,8%	5,1%
		% of Total	4,0%	1,0%	5,1%
	PARENTS	Count	26	16	42
		% within Info	59,1%	29,1%	42,4%
		% of Total	26,3%	16,2%	42,4%
	TÉLÉVISION	Count	5	4	9
		% within Info	11,4%	7,3%	9,1%
		% of Total	5,1%	4,0%	9,1%
	GUIDE	Count	1	2	3
	ALIMENTAIRE	% within Info	2,3%	3,6%	3,0%
	CANADIEN	% of Total	1,0%	2,0%	3,0%
	AUTRE	Count	5	2	7
		% within Info	11,4%	3,6%	7,1%
		% of Total	5,1%	2,0%	7,1%
	Total	Count	44	55	99
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	44,4%	55,6%	100,0%

En ce qui concerne le tableau 4.117, ce dernier démontre que si on considère l'ensemble des répondants, ce sont les parents qui ont donné le plus d'information. Par contre, lorsque l'on

considère seulement les répondants qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ce dernier a donné 30 fois de l'information. Par la suite, ce sont les parents avec 16 fois, la télévision (4 fois), la catégorie autre (2 fois), le guide alimentaire canadien (2 fois) et finalement l'enseignant de la classe (1 fois).

Pour ceux qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ce sont les parents qui ont donné le plus d'information. En effet, ces derniers ont donné 26 fois sur 44 de l'information. Par la suite, il y a la télévision et la catégorie autre dans 5 cas, l'enseignant dans 4 cas, l'enseignant d'éducation physique dans 3 cas et finalement le guide alimentaire canadien dans 1 cas.

**Tableau 4.118**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 22

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	33	26,0	27,3	27,3
	ENSEIGNANT PARENTS	6	4,7	5,0	32,2
	TÉLÉVISION	56	44,1	46,3	78,5
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	13	10,2	10,7	89,3
	AUTRE	3	2,4	2,5	91,7
	Total	10	7,9	8,3	100,0
Missing	99	121	95,3	100,0	
Total		6	4,7		
		127	100,0		

Le tableau 4.118 illustre qu'à 56 reprises, les parents sont ceux qui ont donné de l'information. Il y a 42 d'entre eux qui ont eu la bonne réponse. En ce qui concerne

l'enseignant d'éducation physique, ce dernier a donné de l'information dans 33 cas et il y a 33 répondants qui ont eu la bonne réponse.

Finalement, comme le démontre le tableau 4.55 (Proportions de réussite des questions de tous les répondants), la **question 23** est significative ( $X^2 = 4,924$  et  $p = ,026$ ). Le pourcentage de réussite de tous est de 54 %. Pour les élèves n'ayant pas eu de l'information, il est de 44 % et pour ceux qui en ont eu, il est de 64 %.

**Tableau 4.119**

Réponses données par les élèves à la question 23

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	70	55,1	56,0	56,0
	2	25	19,7	20,0	76,0
	3	8	6,3	6,4	82,4
	4	1	,8	,8	83,2
	5	21	16,5	16,8	100,0
	Total	125	98,4	100,0	
Missing	99	2	1,6		
Total		127	100,0		

Le tableau 4.119 montre que 70 répondants ont choisi la bonne réponse (1). Comme le démontre également la figure 4.22, il y a également des répondants qui ont choisi 2 et 5 «je ne sais pas» en part presque égale.

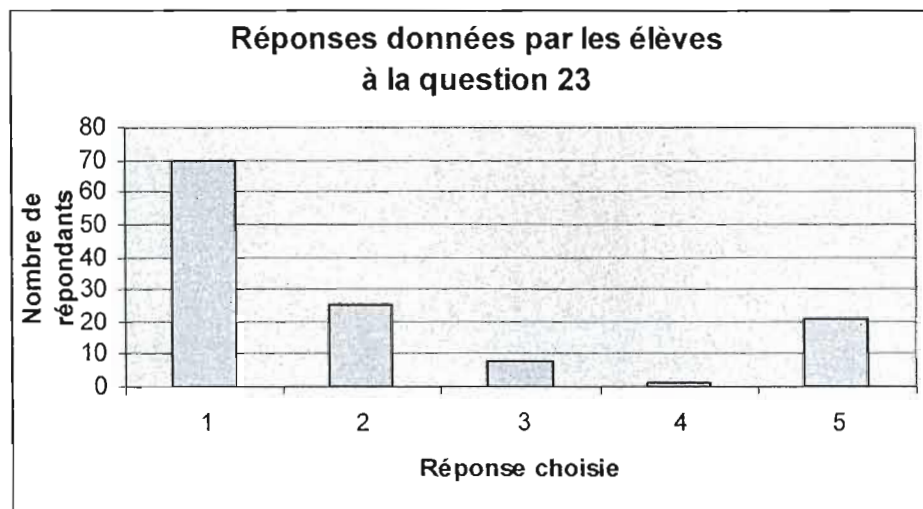


Figure 4.22 : Réponses données par les élèves à la question 23

**Tableau 4.120**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse  
à la question 23

			Info		
			NON	OUI	Total
Q23B	ENSEIGNANT	Count	0	13	13
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	31,7%	19,4%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	19,4%	19,4%
	ENSEIGNANT	Count	2	2	4
		% within Info	7,7%	4,9%	6,0%
		% of Total	3,0%	3,0%	6,0%
	PARENTS	Count	11	14	25
		% within Info	42,3%	34,1%	37,3%
		% of Total	16,4%	20,9%	37,3%
	TÉLÉVISION	Count	7	2	9
		% within Info	26,9%	4,9%	13,4%
		% of Total	10,4%	3,0%	13,4%
	ENTOURAGE	Count	0	1	1
		% within Info	,0%	2,4%	1,5%
		% of Total	,0%	1,5%	1,5%
	AUTRE	Count	6	9	15
		% within Info	23,1%	22,0%	22,4%
		% of Total	9,0%	13,4%	22,4%
	Total	Count	26	41	67
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	38,8%	61,2%	100,0%

Par la suite, le tableau 4.120 montre que dans 25 cas sur 67, ce sont les parents qui ont donné le plus d'information pour l'ensemble des répondants. Lorsque l'on observe plus en détail, on

peut constater que pour les élèves qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, les parents sont encore ceux qui ont donné le plus d'information selon les répondants. En effet, ces derniers ont donné de l'information à 14 reprises. Par la suite, il y a l'enseignant d'éducation physique (13), la catégorie autre (9), à 2 reprises pour l'enseignant de la classe et la télévision et finalement 1 fois en ce qui concerne l'entourage.

En outre, pour ce qui est de ceux qui n'ont pas eu d'information, ce sont, encore une fois, les parents qui ont donné le plus d'information, selon les répondants. En effet, ils ont donné de l'information à 11 reprises sur 26 possibilités. Par la suite, il y a la télévision (7), la catégorie autre (6) et finalement l'enseignant de la classe (2).

**Tableau 4.121**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 23

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ENSEIGNANT ÉDUCATION PHYSIQUE	17	13,4	16,8	16,8
	ENSEIGNANT PARENTS	6	4,7	5,9	22,8
	TÉLÉVISION	47	37,0	46,5	69,3
	ENTOURAGE	12	9,4	11,9	81,2
	AUTRE	1	,8	1,0	82,2
	Total	18	14,2	17,8	100,0
	Total	101	79,5	100,0	
	Missing	77	21	16,5	
99		5	3,9		
Total		26	20,5		
Total	127	100,0			

Finalement, le tableau 4.121 démontre que pour l'ensemble des répondants, les parents ont donné de l'information à 47 reprises. Sur ces 47, il y en a seulement 25 qui ont eu la bonne

réponse. En ce qui concerne la catégorie autre, ceux-ci ont donné de l'information à 18 reprises et 15 d'entre eux ont eu la bonne réponse. Pour l'enseignant d'éducation physique, ce dernier a donné de l'information à 17 reprises et ce sont 13 répondants qui ont eu la bonne réponse. Il y en a 21 qui ont choisi 5 «je ne sais pas» qui apparaissent avec la cote 77.

Maintenant que les résultats de chaque question ont été présentés en fonction d'avoir eu ou non de l'information, voyons les résultats en fonction du sexe pour les questions 2 à 23.

#### **4.6. Pourcentage de réussite des questions en fonction du sexe pour les questions 2 à 23.**

Comme on l'a déjà vu, la majorité des jeunes ayant des problèmes reliés au poids sont en majorité des filles. Voyons maintenant les résultats en fonction des sexes.

##### **4.6.1. En ce qui concerne les filles**

Le tableau suivant nous indique la proportion de réussite des questions en ce qui concerne les filles. Le degré de liberté de ce tableau est de 1 et  $N = 64$ .

Tableau 4.122

Proportions de réussite des questions chez les filles

	N= 34			N= 30			N= 64			
	SANS INFORMATION		% R	AVEC INFORMATION		% R	X <sup>2</sup>	P	% RÉUSSITE	
	NON RÉUSSI	RÉUSSI		NON RÉUSSI	RÉUSSI					
Q2A	14	20	58.8%	7	23	76.7%	2,302	,129	43	67.2%
Q3A	29	5	14.7%	21	9	30.0%	2,181	,140	14	21.9%
Q4A	31	3	8.8%	25	5	16.7%	,896	,344	8	12.5%
Q5A	20	14	41.2%	10	20	66.7%	4,158	,041	34	53.1%
Q6A	17	17	50.0%	18	12	40.0%	,643	,423	29	45.3%
Q7A	15	19	55.9%	8	22	73.3%	2,108	,147	41	64.1%
Q8A	20	14	41.2%	12	18	60.0%	2,259	,133	32	50.0%
Q9A	30	4	11.8%	16	14	46.7%	9,604	,002	18	28.1%
Q10A	18	16	47.1%	10	20	66.7%	2,490	,115	36	56.2%
Q11A	7	27	79.4%	4	26	86.7%	,589	,443	53	82.8%
Q12A	9	25	73.5%	18	12	40.0%	7,346	,007	37	57.8%
Q13A	6	28	82.4%	3	27	90.0%	,771	,380	55	85.9%
Q14A	34	0	0.0%	20	10	33.3%	13,432	,000	10	15.6%
Q15A	13	21	61.8%	8	22	73.3%	,968	,325	43	67.2%
Q16A	19	15	44.1%	9	21	70.0%	4,338	,037	36	56.2%
Q17A	26	8	23.5%	23	7	23.3%	,000	,985	15	23.4%
Q18A	29	5	14.7%	17	13	43.3%	6,461	,011	18	28.1%
Q19A	23	11	32.4%	21	9	30.0%	,041	,839	20	31.2%
Q20A	15	19	55.9%	6	24	80.0%	4,205	,040	43	67.2%
Q21A	7	27	79.4%	6	24	80.0%	,003	,953	51	79.7%
Q22A	7	27	79.4%	3	27	90.0%	1,355	,244	54	84.4%
Q23A	19	15	44.1%	11	19	63.3%	2,363	,124	34	53.1%



Comme le fait remarquer le tableau 4.122, il y a sept questions qui sont significatives sur vingt-deux, ce qui représente 31.8 %. Les questions significatives ( où  $p < 0,05$  ) sont : la question 5 ( $X^2 = 4,158$  et  $p = ,041$ ), la question 9 ( $X^2 = 9,604$  et  $p = ,002$ ), la question 12 ( $X^2 = 7,346$  et  $p = ,007$ ), la question 14 ( $X^2 = 13,432$  et  $p = ,000$ ), la question 16 ( $X^2 = 4,338$  et  $p = ,037$ ), la question 18 ( $X^2 = 6,461$  et  $p = ,011$ ) et la question 20 ( $X^2 = 4,205$  et  $p = ,040$ ).

Il y a quatre questions où ceux qui ont eu de l'information ont eu un pourcentage de réussite inférieur à ceux qui n'ont pas eu d'information. En effet, à la question 6, ceux qui n'ont pas eu d'information ont réussi à 50 % tandis que ceux qui ont eu de l'information ont réussi à 40 %. Pour la question 12, l'écart est encore plus grand. À ce propos, ceux qui n'ont pas eu d'information ont réussi à 73.5 % comparé à ceux qui en ont eu (40 %). La question 17, quant à elle, présente un écart assez mince. Ceux qui n'ont pas eu d'information ont réussi cette question à 23.5 % alors que ceux qui en ont eu ont réussi à 23.3 %. Finalement, en ce qui concerne la question 19, ceux qui n'ont pas eu d'information ont réussi dans une proportion de 32.4 % tandis que ceux qui ont eu de l'information ont eu 30 %.

Il y a trois questions où le pourcentage de réussite est supérieur à 80 %. Ce sont les questions 11, 13 et 22. À cet égard, la question 11 a été réussie à 82.8 %. La question 13 a été réussie à 85.9 % et finalement, la question 22 a été réussie à 84.4 %.

En dernier lieu, il y a deux questions où le pourcentage de réussite est inférieur à 20 %. Il y a la question 4 où le pourcentage de réussite est de 12.5 % et finalement, la question 14, qui a été réussie à seulement 15.6 %.

Suite à cela, voyons maintenant ce qui concerne les garçons.

#### **4.6.2. En ce qui concerne les garçons**

Le tableau suivant nous indique la proportion de réussite des questions en ce qui concerne les garçons. Le degré de liberté de ce tableau est de 1 et  $N = 63$ .

**Tableau 4.123**

Proportions de réussite des questions chez les garçons

	N= 29			N= 34			N= 63			
	SANS INFORMATION		% R	AVEC INFORMATION		% R	X <sup>2</sup>	P	% RÉUSSITE	
	NON RÉUSSI	RÉUSSI		NON RÉUSSI	RÉUSSI					
Q2A	20	9	31.0%	9	25	73.5%	11,377	,001	34	54.0%
Q3A	25	4	13.8%	18	16	47.1%	7,993	,005	20	31.7%
Q4A	27	2	6.9%	27	7	20.6%	2,396	,122	9	14.3%
Q5A	15	14	48.3%	18	16	47.1%	,009	,923	30	47.6%
Q6A	18	11	37.9%	17	17	50.0%	,923	,337	28	44.4%
Q7A	18	11	37.9%	15	19	55.9%	2,022	,155	30	47.6%
Q8A	22	7	24.1%	10	24	70.6%	13,511	,000	31	49.2%
Q9A	26	3	10.3%	14	20	58.8%	15,868	,000	23	36.5%
Q10A	14	15	51.7%	12	22	64.7%	1,088	,297	37	58.7%
Q11A	7	22	75.9%	6	28	82.4%	,403	,526	50	79.4%
Q12A	16	13	44.8%	17	17	50.0%	,168	,682	30	47.6%
Q13A	7	22	75.9%	6	28	82.4%	,403	,526	50	79.4%
Q14A	25	4	13.8%	8	26	76.5%	24,649	,000	30	47.6%
Q15A	19	10	34.5%	13	21	61.8%	4,661	,031	31	49.2%
Q16A	17	12	41.4%	14	20	58.8%	1,905	,167	32	50.8%
Q17A	21	8	27.6%	24	10	29.4%	,026	,873	18	28.6%
Q18A	24	5	17.2%	25	9	26.5%	,771	,380	14	22.2%
Q19A	20	9	31.0%	23	11	32.4%	,013	,911	20	31.7%
Q20A	10	19	65.5%	9	25	73.5%	,477	,490	44	69.8%
Q21A	11	18	62.1%	8	26	76.5%	1,541	,214	44	69.8%
Q22A	11	18	62.1%	5	29	85.3%	4,456	,035	47	74.6%
Q23A	16	13	44.8%	12	22	64.7%	2,505	,114	35	55.6%

Le tableau 4.123 démontre qu'il y a sept questions qui sont significatives sur vingt-deux, ce qui représente 31.8 %. Les questions significatives ( où  $p < 0,05$  ) sont : la question 2 ( $X^2 = 11,377$  et  $p = ,001$ ), la question 3 ( $X^2 = 7,993$  et  $p = ,005$ ), la question 8 ( $X^2 = 13,511$  et  $p = ,000$ ), la question 9 ( $X^2 = 15,868$  et  $p = ,000$ ), la question 14 ( $X^2 = 24,649$  et  $p = ,000$ ), la question 15 ( $X^2 = 4,661$  et  $p = ,031$ ) et la question 22 ( $X^2 = 4,456$  et  $p = ,035$ ).

De plus, il y a une seule question où ceux qui ont eu de l'information ont eu un pourcentage de réussite inférieur à ceux qui n'ont pas eu d'information. En effet, à la question 5, ceux qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique ont réussi à 48.3 % tandis que ceux qui ont eu de l'information ont réussi à 47.1 %.

D'autre part, il n'y a aucune question où le pourcentage de réussite chez les garçons est supérieur à 80 %.

Finalement, chez les garçons, il y a une seule question où le pourcentage de réussite est inférieur à 20 %. Il s'agit de la question 4. Cette dernière a un pourcentage de réussite de 14.3 % en ce qui concerne les garçons.

Pour faire suite au pourcentage de réussite en fonction des sexes, voyons maintenant ce qu'il en est en ce qui concerne le pourcentage de réussite en fonction de l'âge.

#### **4.7. Pourcentage de réussite des questions en fonction de l'âge pour les questions 2 à 23.**

Voyons maintenant ce qui concerne les pourcentages de réussite en fonction de l'âge (9 ou 10 ans).

##### **4.7.1. En fonction des 9 ans**

Le tableau suivant nous indique la proportion de réussite des questions en fonction de l'âge. Le degré de liberté de ce tableau est de 1 et  $N = 74$ .

**Tableau 4.124**

Proportions de réussite des questions chez les 9 ans

	N= 40			N= 34			N= 74			
	SANS INFORMATION		% R	AVEC INFORMATION		% R	X <sup>2</sup>	P	% RÉUSSITE	
	NON RÉUSSI	RÉUSSI		NON RÉUSSI	RÉUSSI					
Q2A	20	20	50.0%	7	27	79.4%	6,860	,009	47	63.5%
Q3A	33	7	17.5%	22	12	35.3%	3,049	,081	19	25.7%
Q4A	37	3	7.5%	28	6	17.6%	1,771	,183	9	12.2%
Q5A	20	20	50.0%	13	21	61.8%	1,030	,310	41	55.4%
Q6A	24	16	40.0%	18	16	47.1%	,373	,541	32	43.2%
Q7A	22	18	45.0%	11	23	67.6%	3,815	,051	41	55.4%
Q8A	27	13	32.5%	11	23	67.6%	9,088	,003	36	48.6%
Q9A	38	2	5.0%	12	22	64.7%	29,897	,000	24	32.4%
Q10A	20	20	50.0%	9	25	73.5%	4,270	,039	45	60.8%
Q11A	7	33	82.5%	6	28	82.4%	,000	,987	61	82.4%
Q12A	17	23	57.5%	21	13	38.2%	2,730	,098	36	48.6%
Q13A	10	30	75.0%	4	30	88.2%	2,099	,147	60	81.1%
Q14A	39	1	2.5%	12	22	64.7%	33,200	,000	23	31.1%
Q15A	22	18	45.0%	10	24	70.6%	4,903	,027	42	56.8%
Q16A	23	17	42.5%	13	21	61.8%	2,730	,098	38	51.4%
Q17A	29	11	27.5%	25	9	26.5%	,010	,921	20	27.0%
Q18A	32	8	20.0%	21	13	38.2%	3,007	,083	21	28.4%
Q19A	25	15	37.5%	23	11	32.4%	,214	,644	26	35.1%
Q20A	146	24	60.0%	9	25	73.5%	1,504	,220	49	66.2%
Q21A	12	28	70.0%	9	25	73.5%	,113	,737	53	71.6%
Q22A	13	27	67.5%	5	29	85.3%	3,161	,075	56	75.7%
Q23A	22	18	45.0%	11	23	67.6%	3,815	,051	41	55.4%

Tel que le démontre le tableau 4.124, il y a six questions qui sont significatives sur vingt-deux, ce qui représente 27.27 %. Les questions significatives ( où  $p < 0,05$  ) sont : la question 2 ( $X^2 = 6,860$  et  $p = ,009$ ), la question 8 ( $X^2 = 9,088$  et  $p = ,003$ ), la question 9 ( $X^2 = 29,897$  et  $p = ,000$ ), la question 10 ( $X^2 = 4,270$  et  $p = ,039$ ), la question 14 ( $X^2 = 33,200$  et  $p = ,000$ ) et la question 15 ( $X^2 = 4,903$  et  $p = ,027$ ).

Par la suite, en ce qui concerne les 9 ans, il y a quatre questions où ceux qui ont eu de l'information ont eu un pourcentage de réussite inférieur à ceux qui n'ont pas eu d'information. En effet, à la question 11, ceux qui n'ont pas eu d'information ont réussi à 82.5 % tandis que ceux qui ont eu de l'information ont réussi à 82.4 %. Par la suite, à la question 12, ceux qui n'ont pas eu d'information ont réussi à 57.5 % et ceux qui ont eu de l'information ont réussi à 38.2 %. En ce qui concerne la question 17, le taux de réussite est de 27.5 % pour ceux qui n'ont pas eu d'information et de 26.5 % pour ceux qui en ont eue. Finalement, à la question 19, ceux qui n'ont pas eu d'information ont réussi la question dans une proportion de 37.5 % comparé à ceux qui en ont eu qui eux, ont réussi à 32.4 %.

D'autre part, il y a deux questions où le pourcentage de réussite est supérieur à 80 %. En effet, la question 11 présente un pourcentage de réussite de 82.4 %. En ce qui concerne la question 13, son pourcentage de réussite est de 81.1 %.

Finalement, pour les 9 ans, il y a une question où le pourcentage de réussite est inférieur à 20 %. Tout comme les filles et les garçons, les 9 ans ont eu un pourcentage de réussite inférieur à 20 % à la question 4. Ce dernier est de 12.2 % chez les 9 ans.

Poursuivons avec les données relatives aux 10 ans.

#### **4.7.2. En fonction des 10 ans**

Le tableau suivant nous indique la proportion de réussite des questions en ce qui concerne les répondants de 10 ans. Le degré de liberté de ce tableau est de 1 et  $N = 53$ .

Tableau 4.125

Proportions de réussite des questions chez les 10 ans

	N= 23			N= 30			N= 53			
	SANS INFORMATION		% R	AVEC INFORMATION		% R	X <sup>2</sup>	P	% RÉUSSITE	
	NON RÉUSSI	RÉUSSI		NON RÉUSSI	RÉUSSI					
Q2A	14	9	39.1%	9	21	70.0%	5,051	,025	30	56.6%
Q3A	21	2	8.7%	17	13	43.3%	7,697	,006	15	28.3%
Q4A	21	2	8.7%	24	6	20.0%	1,298	,255	8	15.1%
Q5A	15	8	34.8%	15	15	50.0%	1,227	,268	23	43.4%
Q6A	11	12	52.2%	17	13	43.3%	,408	,523	25	47.2%
Q7A	11	12	52.2%	12	18	60.0%	,325	,569	30	56.6%
Q8A	15	8	34.8%	11	19	63.3%	4,246	,039	27	50.9%
Q9A	18	5	21.7%	18	12	40.0%	1,993	,158	17	32.1%
Q10A	12	11	47.8%	13	17	56.7%	,408	,523	28	52.8%
Q11A	7	16	69.6%	4	26	86.7%	2,315	,128	42	79.2%
Q12A	8	15	65.2%	14	16	53.3%	,757	,384	31	58.5%
Q13A	3	20	87.0%	5	25	83.3%	,133	,715	45	84.9%
Q14A	20	3	13.0%	16	14	46.7%	6,755	,009	17	32.1%
Q15A	10	13	56.5%	11	19	63.3%	,252	,615	32	60.4%
Q16A	13	10	43.5%	10	20	66.7%	2,850	,091	30	56.6%
Q17A	18	5	21.7%	22	8	26.7%	,171	,679	13	24.5%
Q18A	21	2	8.7%	21	9	30.0%	3,593	,058	11	20.8%
Q19A	18	5	21.7%	21	9	30.0%	,457	,499	14	26.4%
Q20A	9	14	60.9%	6	24	80.0%	2,348	,125	38	71.7%
Q21A	6	17	73.9%	5	25	83.3%	,702	,402	42	79.2%
Q22A	5	18	78.3%	3	27	90.0%	1,400	,237	45	84.9%
Q23A	13	10	43.5%	12	18	60.0%	1,426	,232	28	52.8%

Le tableau 4.125 démontre qu'il y a quatre questions qui sont significatives sur vingt-deux, ce qui représente 18.18 %. Les questions significatives ( où  $p < 0,05$  ) sont : la question 2 ( $X^2 = 5,051$  et  $p = ,025$ ), la question 3 ( $X^2 = 7,697$  et  $p = ,006$ ), la question 8 ( $X^2 = 4,246$  et  $p = ,039$ ) et la question 14 ( $X^2 = 6,755$  et  $p = ,009$ ).

Par la suite, il y a trois questions où ceux qui ont eu de l'information ont eu un pourcentage de réussite inférieur à ceux qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique. À cet effet, à la question 6, ceux qui n'ont pas eu d'information ont réussi dans une proportion de 52.2 % tandis que ceux qui ont eu de l'information ont réussi à 43.3 %. Ensuite, à la question 12, ceux qui n'ont pas eu d'information ont réussi à 65.2 % comparé à ceux qui en ont eu, qui eux ont réussi à 53.3 %. Finalement, à la question 13, ceux qui n'ont pas eu d'information ont réussi à 87 % et ceux qui ont eu de l'information, pour leur part, ont réussi à 83.3 %.

De plus, en ce qui concerne les 10 ans, il y a deux questions où le pourcentage de réussite est supérieur à 80 %. À ce propos, la question 13 démontre un pourcentage de réussite de 84.9 % pour l'ensemble des 10 ans. La question 22, quant à elle, a un pourcentage de réussite équivalent, soit de 84.9 %.

Finalement, il y a une seule question où le pourcentage de réussite est inférieur à 20 %. Tout comme les filles, les garçons et les 9 ans, les 10 ans ont moins de 20 % de réussite à la question 4. Ils ont réussi à 15.1 % la question 4.

L'analyse des données question par question ainsi que selon le sexe ou l'âge incluait seulement les questions 2 à 23. Poursuivons avec l'analyse de la question 1 ainsi que de la question 24.

#### **4.8. Question 1**

La question 1 demande à l'élève de nommer les 4 groupes alimentaires selon le guide alimentaire canadien.

### 4.8.1. Tableaux d'analyse de la question 1

**Tableau 4.126**

Nombre de bonnes réponses des répondants selon sans/avec information pour la question 1.

			Question 1					
			0	1	2	3	4	Total
Info	NON	Count	12	1	12	18	20	63
		% within Info	19,0%	1,6%	19,0%	28,6%	31,7%	100,0%
		% of Total	9,4%	1,8%	9,4%	14,2%	15,7%	49,6%
	OUI	Count	6	4	7	11	36	64
		% within Info	9,4%	6,2%	10,9%	17,2%	56,2%	100,0%
		% of Total	4,7%	3,1%	5,5%	8,7%	28,3%	50,4%
Total		Count	18	5	19	29	56	127
		% within Info	14,2%	3,9%	15,0%	22,8%	44,1%	100,0%
		% of Total	14,2%	3,9%	15,0%	22,8%	44,1%	100,0%

Le tableau 4.126 démontre le nombre de bonnes réponses des répondants à la question 1, selon s'ils ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique ou non.

Tout d'abord, en ce qui concerne ceux qui n'ont pas eu d'information, il y a 12 répondants qui n'ont pas réussi à identifier aucun groupe alimentaire provenant du guide alimentaire canadien. Il y a 1 répondant qui a identifié un seul groupe. Par la suite, 12 répondants ont identifié deux groupes alimentaires et 18 répondants en ont identifié trois. Finalement, en ce qui concerne ceux qui n'ont pas eu d'information, 20 d'entre eux ont réussi à identifier les quatre groupes alimentaires. Ainsi, il y a 60,3 % des répondants qui n'ont pas eu d'information qui ont réussi à identifier trois groupes alimentaires ou plus.

Pour leur part, ceux qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, n'ont pas identifié aucun groupe dans une proportion de 9,4 % (6 répondants). Il y



a, par la suite, 4 répondants qui ont réussi à identifier seulement un groupe alimentaire. Par la suite, 7 d'entre eux ont réussi à identifier deux groupes alimentaires. De plus, il y en a 11 d'entre eux qui ont réussi à identifier trois groupes alimentaires. Finalement, 36 répondants ont identifié les quatre groupes alimentaires. Ainsi, il y a 73.4 % des répondants qui ont eu de l'information qui ont réussi à identifier trois groupes alimentaires ou plus.

**Tableau 4.127**

Test du Chi-deux de la question 1

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	11,370 <sup>a</sup>	4	,023
Likelihood Ratio	11,632	4	,020
Linear-by-Linear Association	4,356	1	,037
N of Valid Cases	127		

a. 2 cells (20.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.48.

Comme le démontre le tableau 4.127, la question 1 a une différence significative entre les deux groupes, soit ceux qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique et ceux qui n'en ont pas eu ( $X^2 = 11,370$  et  $p = ,023$ ). Le degré de liberté est de 4.

À ce propos, la figure 4.23 indique qu'il y a une augmentation marquée de quatre bonnes réponses pour ceux ayant eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique.

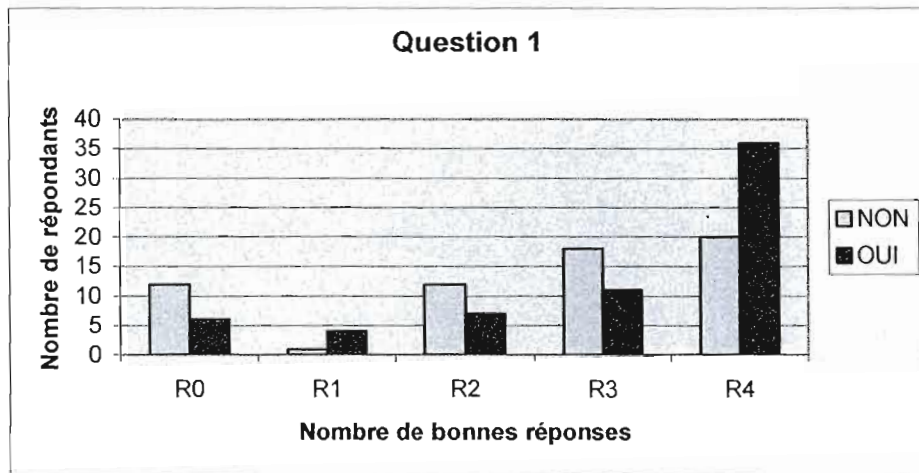


Figure 4.23 : Nombre de bonnes réponses de la question 1 selon sans/avec information

**Tableau 4.128**

Endroit d'où provient l'information selon ceux qui ont répondu et qui ont eu la bonne réponse pour la question 1

			Info		
			NON	OUI	Total
Q1B	ENSEIGNANT	Count	0	30	30
	ÉDUCATION	% within Info	,0%	52,6%	28,3%
	PHYSIQUE	% of Total	,0%	28,3%	28,3%
	ENSEIGNANT	Count	17	8	25
		% within Info	34,7%	14,0%	23,6%
		% of Total	16,0%	7,5%	23,6%
	PARENTS	Count	22	13	35
		% within Info	44,9%	22,8%	33,0%
		% of Total	20,8%	12,3%	33,0%
	TÉLÉVISION	Count	3	2	5
		% within Info	6,1%	3,5%	4,7%
		% of Total	2,8%	1,9%	4,7%
	GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN	Count	4	3	7
		% within Info	8,2%	5,3%	6,6%
		% of Total	3,8%	2,8%	6,6%
	AUTRE	Count	3	1	4
		% within Info	6,1%	1,8%	3,8%
		% of Total	2,8%	,9%	3,8%
	Total	Count	49	57	106
		% within Info	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	46,2%	53,8%	100,0%

Le tableau 4.128 présente, pour ceux qui ont répondu et qui ont eu une bonne réponse à la question 1, l'endroit d'où provient l'information, selon les répondants. En effet, à 35 reprises, ce sont les parents qui ont donné l'information pour l'ensemble des répondants.

De façon plus détaillée, en ce qui concerne ceux qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, ils mentionnent que l'information provient de l'enseignant d'éducation physique dans 30 cas, des parents à 13 reprises, de l'enseignant de la classe (8), du guide alimentaire canadien (3), de la télévision (2) et finalement, de la catégorie autre (1).

Pour ce qui concerne ceux qui n'ont pas eu d'information, ces derniers disent que l'information provient des parents dans 22 cas, de l'enseignant de la classe dans 17 cas, du guide alimentaire canadien dans 4 cas et finalement de la télévision et de la catégorie autre à 3 reprises pour chacun.

**Tableau 4.129**

Fréquences des endroits d'où provient l'information de tous les répondants à la question 1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	30	23,6	28,3	28,3
	2	25	19,7	23,6	51,9
	3	35	27,6	33,0	84,9
	4	5	3,9	4,7	89,6
	6	7	5,5	6,6	96,2
	7	4	3,1	3,8	100,0
	Total	106	83,5	100,0	
Missing	99	20	15,7		
	System	1	,8		
	Total	21	16,5		
Total		127	100,0		

Pour cette question, il est intéressant de constater, tel que le démontre le tableau 4.129, que pour l'ensemble des répondants, les parents ont donné de l'information dans 35 cas et l'enseignant d'éducation physique dans 30 cas. Il y en a également 20 qui n'ont pas répondu à la question.

#### 4.8.2. Question 1 selon le sexe et l'âge

Voyons tout d'abord en ce qui concerne les filles et les garçons, à savoir s'il y a une différence significative pour la question 1.

**Tableau 4.130**

Test du Chi-deux de la question 1 chez les filles

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	6,929 <sup>a</sup>	3	,074
Likelihood Ratio	7,223	3	,065
Linear-by-Linear Association	,691	1	,406
N of Valid Cases	64		

a. 3 cells (37.5%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.22.

b. Sexe = F

En ce qui concerne la question 1, selon le sexe, tel que le démontre le tableau 4.130, il n'y a pas de différence significative chez les filles ( $X^2 = 6,929$  et  $p = ,074$ ). Le degré de liberté de ce tableau est de 3.

**Tableau 4.131**

Test du Chi-deux de la question 1 chez les garçons

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	9,671 <sup>a</sup>	4	,046
Likelihood Ratio	10,376	4	,035
Linear-by-Linear Association	4,905	1	,027
N of Valid Cases	63		

a. 5 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.30.

b. Sexe = M

Par contre, il y a une différence significative chez les garçons, tel que le démontre le tableau 4.131 ( $X^2 = 9,671$  et  $p = ,046$ ). Le degré de liberté est de 4.

Poursuivons avec les tableaux représentant l'âge. Tout d'abord, voyons le tableau qui représente les 9 ans.

**Tableau 4.132**

Test du Chi-deux de la question 1 en ce qui concerne les 9 ans

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	5,892 <sup>a</sup>	4	,207
Likelihood Ratio	6,008	4	,199
Linear-by-Linear Association	4,128	1	,042
N of Valid Cases	74		

a. 3 cells (30.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .92.

b. Age = 9

Comme le démontre le tableau 4.132, il n'y a pas de différence significative chez les 9 ans ( $X^2 = 5,892$  et  $p = ,207$ ). Le degré de liberté est de 4.

**Tableau 4.133**

Test du Chi-deux de la question 1 en ce qui concerne les 10 ans

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	7,320 <sup>a</sup>	4	,120
Likelihood Ratio	8,529	4	,074
Linear-by-Linear Association	,875	1	,350
N of Valid Cases	53		

a. 5 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.30.

b. Age = 10

Finalement, il n'y a pas de différence significative chez les 10 ans, tel que le démontre le tableau 4.133 ( $X^2 = 7,320$  et  $p = ,120$ ). Le degré de liberté est de 4 pour ce tableau.

#### 4.9. Question 24

La question 24 demande à l'élève de situer par rapport à ses connaissances sur l'alimentation.

Il doit se situer parmi les 4 choix suivants :

- Mes connaissances sur l'alimentation me donnent le goût de modifier mes habitudes alimentaires.
- Mes connaissances sur l'alimentation ne me donnent pas le goût de modifier mes habitudes alimentaires.
- Mes connaissances sur l'alimentation ne me servent à rien.
- Mes connaissances sur l'alimentation m'ont aidé à modifier mes habitudes alimentaires.

### 4.9.1. Réponses de la question 24

Tout d'abord, il est important de situer la question 24 à savoir si elle est significative ou non.

**Tableau 4.134**

Test du Chi-deux pour la question 24

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	4,249 <sup>a</sup>	3	,236
Likelihood Ratio	4,800	3	,187
Linear-by-Linear Association	,016	1	,900
N of Valid Cases	120		

a. 4 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .95.

Tel que le démontre le tableau 4.134, la question 24 n'a pas de différence significative entre le groupe qui a eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique et le groupe qui n'a pas eu d'information ( $X^2 = 4,249$  et  $p = ,236$ ). Le degré de liberté est de 3.



**Tableau 4.135**

Choix des répondants à la question 24 selon sans/avec information

			Q24				
			1	2	3	4	Total
Info	NON	Count	34	1	1	21	57
		% within Info	59,6%	1,8%	1,8%	36,8%	100,0%
		% of Total	28,3%	,8%	,8%	17,5%	47,5%
	OUI	Count	33	7	1	22	63
		% within Info	52,4%	11,1%	1,6%	34,9%	100,0%
		% of Total	27,5%	5,8%	,8%	18,3%	52,5%
Total		Count	67	8	2	43	120
		% within Info	55,8%	6,7%	1,7%	35,8%	100,0%
		% of Total	55,8%	6,7%	1,7%	35,8%	100,0%

Finalement, comme le présente le tableau 4.135, 67 des répondants ont choisi 1 (mes connaissances sur l'alimentation me donnent le goût de modifier mes habitudes alimentaires), 8 répondants ont choisi 2 (mes connaissances sur l'alimentation ne me donnent pas le goût de modifier mes habitudes alimentaires), 2 répondants ont choisi 3 (mes connaissances sur l'alimentation ne me servent à rien) et 43 répondants ont choisi 4 (mes connaissances sur l'alimentation m'ont aidé à modifier mes habitudes alimentaires). Il y a 7 répondants qui n'ont pas répondu à la question.

De façon plus détaillée, en ce qui concerne ceux qui n'ont pas eu d'information de la part de l'enseignant d'éducation physique, 96.4 % d'entre eux ont choisi que les connaissances sur l'alimentation ont aidé à modifier leurs habitudes alimentaires ou qu'elles leur donnent le goût de les modifier.

Finalement, en ce qui concerne les répondants qui ont eu de l'information, le pourcentage des répondants qui ont mentionné que les connaissances sur l'alimentation ont aidé à

modifier leurs habitudes alimentaires ou qu'elles leur donnent le goût de les modifier diminue à 87.3 %. Il y a également 11 % des répondants qui ont eu de l'information qui mentionnent que les connaissances sur l'alimentation ne donnent pas le goût de modifier leurs habitudes alimentaires.

Pour conclure ce chapitre, près de la moitié des questions ont une différence significative entre les élèves ayant eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique et ceux qui n'en ont pas eu. Dans une très grande proportion, se sont les parents et l'enseignant d'éducation physique qui ont donné le plus d'informations aux sujets concernant le guide alimentaire canadien.

## **Chapitre V**

### **5. Discussion**

Mon étude portait sur les connaissances alimentaires et les connaissances sur les habitudes alimentaires chez les élèves de 4<sup>ème</sup> année du primaire. Elle avait pour objectif de vérifier si les élèves qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique avaient de meilleures connaissances que les élèves qui n'ont pas eu les informations de la part de l'enseignant d'éducation physique. Suite à la passation d'un questionnaire, les résultats ont été comparés de façon à déterminer s'il y avait une différence significative entre les différents groupes (avec ou sans information, filles ou garçons et 9 ans ou 10 ans).

#### **5.1. Validation des hypothèses de recherche**

Plusieurs questions montrent une différence significative dans la proportion de bonnes réponses. En regard aux différents résultats obtenus, je confirme donc ma première hypothèse : Les élèves ayant eu de l'information sur l'alimentation de la part de l'enseignant d'éducation physique auront des meilleures connaissances alimentaires. Toutefois, je confirme cette hypothèse en tenant compte du pourcentage de réussite par rapport au nombre de fois où une information a été donnée et le nombre de répondants qui ont eu des bonnes réponses.

En effet, dans 20 cas sur 22, ceux qui ont eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique ont eu de meilleurs résultats que ceux qui n'ont pas eu d'information. Par contre, il est important de prendre en considération que même les élèves qui étaient dans le groupe ayant eu de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique pouvait choisir la source d'information pour chaque question. Les informations données par l'enseignant d'éducation physique sont donc un complément à l'information qui est véhiculée par les autres sources d'informations. Par contre, bien que les parents aient donné beaucoup plus d'information que l'enseignant d'éducation physique, les répondants ayant eu de l'information de ce dernier ont un pourcentage de réussite supérieur.

Par la suite, je confirme également ma seconde hypothèse : Les élèves ayant n'ayant pas eu d'information sur le guide alimentaire canadien de la part de l'enseignant d'éducation physique auront d'autres sources d'où provient l'information qui leur permettra de répondre aux différentes questions.

En effet, le rôle des parents dans l'apprentissage des connaissances sur l'alimentation sur les habitudes alimentaires est très important. Les parents ont donné près de 1000 fois de l'information sur les différents sujets traités dans ce questionnaire. Ce sont eux qui ont donné le plus souvent de l'information. Par contre, le pourcentage de réussite par rapport au nombre de fois où l'information a été donnée n'est pas très élevé. Ce qui m'amène donc à me questionner sur les informations que les parents ont transmises aux élèves.

## **5.2. Résultats**

Les différents résultats présentés dans la section précédente sont concluants. La moitié des questions présentent une différence significative entre les sujets ayant eu ou non de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique. Par contre, les parents sont ceux qui ont donné le plus d'information aux élèves concernant le guide alimentaire canadien.

### **5.2.1. Taux de réussite**

Bien que plusieurs questions présentent une différence significative, d'autres ont des taux de réussite soit inférieur à 20 %, soit supérieur à 80 %. En ce qui concerne les taux de réussite inférieurs à 20 %, il est intéressant de constater que la majorité des sujets ont indiqué que l'information provenait d'abord et avant tout des parents.

D'un autre côté, lorsque l'on observe les questions où le taux de réussite est supérieur à 80 %, se sont toujours les filles ou l'ensemble des répondants qui présentent un taux de réussite

supérieur à 80 %. Les garçons n'ont aucune question où leur taux de réussite est supérieur à 80 %.

### **5.2.2. Sources d'information**

Dans la majorité des cas, sauf exception, ce sont les parents qui ont donné le plus d'information. Par contre, parmi ceux qui ont reçu de l'information par les parents, le taux de réussite aux questions n'est pas toujours élevé. Ce qui m'amène à me questionner sur la façon dont les parents se procurent l'information. Vont-ils se mettre à jour comme le font les enseignants d'éducation physique? Certes les parents sont capables de tenir compte de leurs habitudes familiales mais l'information qui est donnée est-elle toujours adéquate?

De plus, il y a également un écart entre le nombre de fois où l'enseignant d'éducation physique a donné de l'information et le taux de réussite des élèves. Cependant, le taux de réussite est nettement supérieur à celui des parents.

De plus, d'autres sources d'information ont été énumérées par les élèves. Il y a entre autre, le guide alimentaire canadien, la télévision et l'entourage. En ce qui concerne le guide alimentaire canadien et l'entourage, ces derniers ont donné peu d'information mais le pourcentage de réussite est cependant plus élevé que chez les parents. Ils seraient donc de bons outils d'éducation pour la santé ou de promotion.

### **5.3. Alimentation et éducation**

L'implantation de la stratégie pancanadienne sur la santé stipule que d'ici 2015 il y aura une augmentation de 20 % de la proportion des Canadiens qui feront des choix alimentaires sains. Mais qui leur démontre ou enseigne aux personnes ce qu'est un choix alimentaire sain? Pour que cela se conserve à plus long terme, il faut agir tôt donc le meilleur placé est l'éducateur physique et à la santé en sachant qu'il a un impact sur les élèves. Tel que mentionné par R. Chevalier (2006) l'éducateur physique a un impact sur la modification des habitudes de vie

chez les élèves. De plus, Renaud (2004) et le Conseil scolaire de l'île de Montréal (1995) ont démontré le lien entre comportement et alimentation. Renaud (2004) a même proposé que l'alimentation soit implantée à l'école afin de guider les comportements des élèves.

Cependant, comme le démontre les résultats de la recherche, les parents ont également un impact sur l'apprentissage des connaissances reliées à l'alimentation chez les jeunes. Par conséquent, il serait pertinent d'aller vérifier les connaissances des parents directement en ce qui concerne l'alimentation.

Brigitte Sandrin Berthon (1997) mentionne que les informations données à un groupe peuvent répondre à un besoin. Cependant, elle mentionne également l'importance de partir des besoins des élèves et de ne pas se contenter de donner des informations sans tenir compte des habitudes alimentaires de chaque milieu.

Les résultats de la recherche démontrent bien que l'enseignant d'éducation physique a un impact sur les connaissances des élèves lorsqu'il donne de l'information. Je suggère donc que ce dernier, se voie attribuer le volet alimentation, et ce, dès le primaire afin que les élèves adoptent de saines habitudes alimentaires tôt. Le volet alimentation doit être attribué à un enseignant car sinon, il est oublié dans le domaine général de formation. S'il figure parmi les savoirs essentiels du programme du MEQ au primaire, l'enseignant devra (en principe) l'aborder. Le programme du MEQ (2001) a donné un nouveau mandat aux enseignants d'éducation physique en leur attribuant la compétence « Adopter un mode de vie sain et actif » a développé.

Tel que mentionné par Jourdan (2004), bien qu'il existe plusieurs programmes mis en place pour motiver les jeunes à avoir une meilleure alimentation, il manque certains éléments aux élèves afin qu'ils prennent des décisions éclairées. Ces éléments pourraient donc être développés dans cette compétence : « Adopter un mode de vie sain et actif ». Selon Turcotte (2006), l'élève devient responsable de sa santé tout autant que l'équipe-école, ses parents et la communauté. C'est pour cela qu'il est important que l'alimentation figure parmi les savoirs essentiels de la compétence « Adopter un mode de vie sain et actif ».

Par contre, pour la réalisation de ceci, il serait primordial que plusieurs éducateurs se penchent sur la question du matériel disponible. En effet, il n'y a pas que le manque de temps qui pousse les éducateurs physiques à sauter par-dessus le volet santé. Il manque des outils concrets afin de véhiculer les informations adéquates et de façon appropriée.

En considérant tous les résultats de la recherche, il devient donc primordial de constituer un partenariat entre l'enseignant d'éducation physique, les parents et la communauté afin d'éduquer adéquatement les jeunes pour ce qui concerne l'alimentation. Comme le démontre les résultats de ma recherche, l'enseignant d'éducation physique et les parents ont donné, à eux deux, de l'information dans 1515 cas. Toutes les autres catégories représentent 814 cas, lorsqu'ils sont tous placés ensemble! Ceci démontre donc l'importance et la pertinence de travailler en collaboration, dans le futur, avec les parents au niveau de l'alimentation. D'autant plus, l'Association canadienne pour l'éducation à la santé (1999) stipule que le soutien des ces derniers est un facteur essentiel dans le développement des habitudes alimentaires chez les jeunes.

Il existe plusieurs recherches qui portent sur le comportement des jeunes face à l'alimentation (Renaud, 2004). Cependant, les résultats de la recherche montrent que l'information qui est véhiculée est parfois erronée et qu'il existe un grand nombre de sources d'information pouvant être considérées par les élèves.

Pour les recherches futures, il serait intéressant de comparer les informations des parents et/ou des enseignants d'éducation physique sur le guide alimentaire canadien. Ces informations nous permettraient d'orienter les connaissances des parents face au guide alimentaire canadien afin que ces derniers puissent aider leurs enfants, étant donné qu'ils sont la source d'information la plus importante pour les élèves.

Finalement, les résultats obtenus démontrent la pertinence de poursuivre une analyse au niveau de connaissances sur le guide alimentaire canadien. Ainsi, il pourrait en ressortir des méthodes d'intervention adaptées et efficaces pour les élèves du primaire.

## Conclusion

Pour conclure, il y a une différence significative dans plus de la moitié des questions entre le fait d'avoir ou non de l'information de la part de l'enseignant d'éducation physique dans une proportions de bonnes réponses.

L'enseignant d'éducation physique peut donc avoir un impact sur les connaissances des élèves sur le guide alimentaire canadien. Cependant, comme mentionné précédemment, l'alimentation ne fait pas parti intégrante des savoirs essentiels reliés à la compétence «Adopter un mode de vie sain et actif».

Cette recherche démontre qu'il y a donc un lien entre l'information véhiculée par les enseignants d'éducation physique et les parents sur les connaissances du guide alimentaire canadien. Ce sont deux acteurs importants en ce qui concerne les connaissances sur le guide alimentaire canadien. Toutefois, il reste à vérifier si l'information qui est véhiculée est exacte puisque dans l'étude, à plusieurs reprises, les informations fournies par les parents étaient inexactes.

Les résultats de cette recherche pourraient engendrer des recherches futures sur l'intervention sur l'alimentation chez les élèves. Par contre, il y a également des recherches sur les connaissances auprès des parents qui pourraient être effectuées puisque ceux-ci sont les premiers à donner de l'information aux jeunes.



## Bibliographie

- Agence de santé publique du Canada (2004). Les jeunes au Canada : Leur santé et leur bien-être. Chapitre 7. Un mode de vie sain.
- Ajzen, I. et M. Fishbein.(1980). Understanding attitudes and predicting social behavior. Englewood Cliffs, : Prentice-Hall. New Jersey.
- Andersen, R.E. et coll. (1998). Childhood Obesity : Futur Directions and Research Priorities, *Pediatrics*, 101 (3) : p. 570-574
- Association canadienne pour l'éducation à la santé, Santé Canada, Université de Toronto et Association canadienne pour la santé, l'éducation physique, le loisir et la danse. (1999). *Partenaires pour la santé. Les écoles, les collectivités et les jeunes font équipe*. Projet en collaboration. 41 pages.
- Association canadienne pour la santé, l'éducation physique, le loisir et la danse.*  
<http://www.cahperd.ca/>, consulté en ligne.
- Barbot, M.-J. et G. Camatarri. (1999). Autonomie et apprentissage : Innovation dans la formation. Presses universitaires de France, Paris.
- Béliveau, R. et D. Gingras. (2005). Les aliments contre le cancer. La prévention et le traitement du cancer par l'alimentation. Les Éditions du Trécarré, Québec.
- Billon, J. (2000). *Essai de théorisation des modèles explicatifs de l'éducation appliquée à la santé*. Spirale revue de recherches en éducation, no 25.
- Blais, M. (2004). La dynamique de l'intervention en éducation à la santé au primaire. Université Laval. Thèse de doctorat.
- Blais, M. Dulac, F., Côté, S., Drolet, H., Duval, P.-M., Mathieu, G. et Lemire, S. (2003). Un passeport-santé pour encourager les jeunes à adopter un mode de vie sain et actif. *Vie pédagogique*, 129, 37-41.
- Calandre, N. (2002). *Alimentation, Nutrition et Sciences sociales : concepts, méthodes pour l'analyse des représentations et pratiques nutritionnelles des consommateurs*. Mémoire présenté pour l'obtention du Diplôme d'Études Approfondies DES, Faculté de Sciences Économique, Université Montpellier I.
- Charte d'Ottawa*, promotion de la santé (1986). Première conférence internationale pour la promotion de la santé, 1(4), iii-v.

- Chevalier, R., (mars 2006) *La Santé, ça s'apprend. Les cours d'éducation physique et la vie des élèves.* Montréal : La Presse
- Clocksini, B.D., Watson, D.L. et Ransdell, L. (2002) Understanding youth obesity and media use : Implications for future intervention programs. *QUEST*, 54, 259-275.
- Comité consultatif F-P-T sur la santé de la population et la sécurité de la santé (CCSPSS), (2005). *La stratégie pancanadienne intégrée en matière de modes de vie sains.*
- Conseil scolaire de l'île de Montréal.(1995). *Évaluation des mesures alimentaires en milieux défavorisés.* Montréal.
- Corbin, C., Lindsay, R., Welk, G. et W. Corbin (2004). *Actif et en santé 5<sup>e</sup> édition.* Canada. Les éditions Reynald Goulet Inc.
- Corcus, M. (2005). *Le corps insoumis. Psychopathologie des troubles des conduites alimentaires.* Éditions Dunod, Paris.
- Direction de la santé publique (2002). *Promotion de la santé et réussite scolaire au primaire.* Régie régionale de la santé et des services sociaux de Montréal-Centre.
- Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux. (2007). *La santé, autrement dit : pour espérer vivre plus longtemps et en meilleure santé.* 24 pages.
- Dulude, G. (hiver 2006). *Styles parentaux et pratiques alimentaires parentale : impact sur l'alimentation de l'enfant.* Conseil de développement de la recherche sur la famille du Québec volume 6, no 1. Université de Montréal.
- Dumais, C. (2004). *Apprentissage et comportement : ce que vous devriez savoir.* Éditions Équilibre Naturel, Lorraine, Québec.
- Fédération des producteurs de porcs du Québec. (1995). *Question de bouffe! Alimentation et comportements alimentaires des jeunes.* Le porc du Québec. Bibliothèque nationale du Québec.
- Fishbein, M. et I. Ajzen. (1975). *Belief, attitude, intention, and behavior : an introduction to theory and research.* Addison-Wesley, Massachusetts.
- Gedrich, K. (2003). *Determinants of nutritional behavior: a multitude of levers for successful intervention?.* *Appetite*, n. 41. P. 231-238.
- Godin, G. (1991). *L'éducation pour la santé : les fondements psychosociaux de la définition des messages éducatifs.* *Sciences Sociales et Santé.* Vol. 9. No 1, 67-94.

- Godin, G. et R. Desharnais. (1996). Étude des facteurs associés à l'adoption de la pratique régulière des activités physiques dans la population du Québec. *Rapport de recherche*. École des sciences infirmières, Université Laval. Février 1996.
- Godin, G. (2002). Le changement des comportements de santé, In G. F. Fisher (ed.), *Traité de psychologie de la santé* (pp.375-388). Paris : Les Éditions Dunod.
- Hancox, R.J. et R. Poulton (2005). Watching Television is Associates with Childhood Obesity :but is it Clinically Important ? *International Journal of obesity*, 30 (1) : 171-175.
- Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie. *Faits saillants du sondage indicateur de l'activité physique en 1998*. Ottawa. ICRCP 1998
- Institut national de la nutrition (2001). Le poids santé- l'état de la nation. Rapport. Vol. 16, n 1.
- Institut national de la santé et de la recherche médicale. (2001). Éducation pour la santé des jeunes : Démarches et méthodes. Les éditions Inserm, Paris.
- Janis, J. (1984). *The school's role in the promotion of child and community health*. Education and urban society, vol. 16. N 3. Mai. P. 360-374
- Javeau, C. (1992). L'enquête par questionnaire. Manuel à l'usage du praticien. Éditions de l'Université de Bruxelles, 4<sup>ième</sup> édition revue. Belgique.
- Jouquan, J. et P. Bail. (2003). *À quoi s'engage-t-on en basculant du paradigme d'enseignement vers le paradigme d'apprentissage?* Pédagogie Médicale, 4, p. 163-175.
- Jourdan, D. (2004). *Quelle éducation nutritionnelle à l'école?* La santé de l'homme, n. 374, novembre-décembre 2004.
- Kino-Québec. (2000). *L'activité physique, déterminant de la santé des jeunes, avis du comité scientifique de Kino-Québec*. Secrétariat au loisir et au sport, ministère de la Santé et des Services sociaux, Gouvernement du Québec, 24 pages.
- Larousse de poche (2005). Paris.
- Larue, R. (2000). *Éducation et santé : conceptions actuelles*. École et santé : le pari de l'éducation . Paris: Hachette Éducation. P. 37-56.
- Larue, R. (2000). *Enjeu du système éducatif*. L'école et santé : le pari de l'éducation. Hachette.

- Lavallée, C. (2004) Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois, volet nutrition, Québec, Institut de la statistique du Québec, 166 pages.
- Lecompte, (1993). Les mécanismes de l'apprentissage. Sciences humaines, numéro 12 (11-16).
- Legendre, R ( 2005) *Dictionnaire actuel de l'éducation* (3<sup>e</sup> éd.). Montréal : Guérin
- LeGrand, C. (2002). *Les jeunes et la santé cardiovasculaire : édition 2002 du Bulletin annuel sur la santé des Canadiens*. The Canadian journal of cardiology. Vol 18, No 2, February 2002. (128-129).
- Magny, J.-C. (2007). Vers une vision intégrée de l'éducation physique et de l'éducation à la santé en milieu scolaire. Thèse de doctorat. Facultés des Études supérieures. UQAM.
- Manderscheid, J.-C. (1994). Modèles et principes en éducation pour la santé. *Revue Française de Pédagogie*, 107 (avril-mai-juin), 81-96.
- Manderscheid, J.-C. et G. Pithon, (2000). *Éléments de réflexion pour une pédagogie de l'éducation à la santé en milieu scolaire*. Spirale revue de recherches en éducation, no 25.
- Manidi, M.-J. et Daflon-Arvanitou, I. (2000). *Activité physique et santé. Apports des sciences humaines et sociales*. Éducation à la santé par l'activité physique. Paris : Masson.
- Margareta, I.K. (2005). *Gender differences in health habits and motivation for a healthy lifestyle among Swedish university students*. Nursing and Health Sciences, n. 7. P. 107-118.
- Michaud, V. (2002). *L'intégration de l'éducation à la santé dans les programmes d'éducation physique du primaire et du secondaire*. Thèse de doctorat. Université Laval.
- Ministère de l'Éducation du Québec. (2001). *Programme de formation de l'école québécoise : éducation préscolaire, enseignement primaire*. Québec : Gouvernement du Québec.
- Ministère de l'Éducation du Québec. (2003). *Programme de formation de l'école québécoise : éducation préscolaire, enseignement primaire*. Québec : Gouvernement du Québec.
- Ministère de la santé et des services sociaux. (2007b). Pour un virage santé à l'école. Politique cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif. Québec, Gouvernement du Québec.

- Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport. (2007). *Programme de formation de l'école québécoise : enseignement secondaire, deuxième cycle*. Québec : Gouvernement du Québec.
- Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport. (2006). *Programme de formation de l'école québécoise : enseignement secondaire, premier cycle*. Québec : Gouvernement du Québec.
- Ministère de l'Éducation du Québec (MEQ). (1984). *Programme d'études Secondaires. Formation personnelle et sociale*. Québec : Gouvernement du Québec.
- Ministère de l'Éducation de la Saskatchewan. (1998). *Health Education. A Curriculum Guide for the Elementary Level*.
- Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, (2003). *Allocution de Monsieur Sylvain Simard, à l'occasion de l'annonce de l'augmentation du temps d'enseignement au primaire*. Québec.
- Ministère de l'Éducation et de la Formation de l'Ontario. (2000). *Le curriculum de l'Ontario de la 1<sup>ère</sup> année à la 8<sup>ième</sup> année*. Éducation physique et santé. Ontario : Publications Ontario.
- Ministère de la santé et des services sociaux. (2006). *Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006-2012, Investir pour l'avenir*. Québec.
- Ministère de la santé et des services sociaux. (2005). *L'amélioration des saines habitudes de vie chez les jeunes. Rapport présenté par l'équipe de travail pour mobiliser les efforts de prévention*. Québec.
- Mongeau, S. (1982). *Vivre en santé*. Éditions Québec/Amérique. Paris.
- Motta, D. (1998). *Éducation pour la santé et disciplines scolaires : Réflexions sur les expériences américaines et britanniques*. *Recherche et Formation*, 28, 79-99.
- Office québécois de la langue française, grand dictionnaire terminologique. Consulté le 15 décembre 08 (<http://www.oqlf.gouv.qc.ca>)
- Organisation mondiale de la santé(OMS). (2004). *Stratégie mondiale pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé*.
- Paquette, M.-C. (hiver 2006). *Manger sainement : qu'est-ce que ça signifie pour les jeunes?* Conseil de développement de la recherche sur la famille du Québec volume 6, no 1. Institut national de santé publique du Québec.

- Parker, L. (1989). *The relationship between Nutrition & Learning :A School Employee's Guide to Information and Action*, National Education Association, 45 p.
- Passeport-santé.net, consulté le 22 juillet 08.  
[http://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=guides\\_alimentaires\\_th](http://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=guides_alimentaires_th)
- Perrin, C. (2004). *L'éducation pour la santé en et par l'éducation physique et sportive : enjeux disciplinaires et institutionnels*. Si l'on parlait du plaisir d'enseigner l'éducation physique. Editions AFRAPS, Montpellier.
- Perrin, C. (2003). *Activités physiques et éducation pour la santé: un pont à consolider*. La santé de l'homme, n. 364, mars-avril 2003, 16-18.
- Raine, K.D. (2005). «Les déterminants de la saine alimentation au Canada», *Revue canadienne de santé publique*, vol. 96, suppl. 3, juillet-août, p.S10.
- Renaud, L. et Gomez Zamudio, M. (1999). *Planifier pour mieux agir*. RÉFIPS, Québec, 2<sup>ième</sup> édition.
- Renaud, N. (2004). Lien entre le comportement scolaire des élèves au primaire et l'alimentation et proposition d'un programme d'éducation à l'alimentation. Mémoire. Université du Québec à Trois-Rivières
- Rochon, A. (1988). *L'éducation pour la santé : Un guide F.A.C.I.L.E pour réaliser un projet*. Les éditions Agence d'ARC inc. Ottawa.
- Rokeach, M. (1973). *The nature of Human values*. The free Press. New York.
- Sandrin Berthon, Brigitte. (1997). *Apprendre la santé à l'école*. Collection Pratiques et enjeux pédagogiques. Editions ESF, Paris.
- Santé Canada. (2007). *Bien manger avec le guide alimentaire canadien*. Ministre de Travaux publics et Services gouvernementaux Canada. Ottawa.
- Santé Canada. (2002). The main purpose of this document is to elicit comments on the possibility of a government-regulated standard for cigarette ignition propensity. (Dec 2002). Ottawa
- Santé Canada. (1999). *Le développement sain des enfants et des jeunes : le rôle des déterminants de la santé*. 236 pages. Ottawa.
- Santé Canada. (1997). *Éléments de réflexion : les écoles et la nutrition*. Rédigé en collaboration avec l'Association canadienne des directeurs d'école et l'Association canadienne pour la santé en milieu scolaire. Ottawa.

- Santé Canada. (1997). *Pour mieux se servir du guide alimentaire*. Ministre de Travaux publics et Services gouvernementaux Canada. Ottawa.
- Santé Canada et Association canadienne pour la santé en milieu scolaire (1993). *Making the connections : Comprehensive School Health*. Ottawa.
- Singly, F. (2005). *L'enquête et ses méthodes. Le questionnaire, 2<sup>ième</sup> édition refondue*. Les éditions Armand Colin. Paris.
- Stefa W. Katamay et al. (2007). *Eating Well with Canada's Food Guide to Healthy Eating. Development of the Food Intake Pattern*. Nutrition Reviews, vol 65, no 4. p. 155-166.
- Thibault, I. et M. Marquis. (Hiver 2006). L'éducation en nutrition en milieu scolaire. *Revue canadienne de la pratique et de la recherche en diététique*. Vol. 67, n 4, p. 202.
- Turcotte, S. (2006). *L'inclusion de l'éducation à la santé en éducation physique : analyse des pratiques pédagogiques d'éducateurs physiques du primaire*. Thèse de doctorat. UQAM
- Vareecken, C., Keukelier, E. et Maes, L. (2004). *Influence of mother's educational level on food parenting practices and food habits of young children*. *Appetite*, n. 43. P. 93-103.
- Warbrick, C. (2004). *En savoir plus : Les troubles de l'alimentation*. Éditions École. Active, Montréal.

## LISTE DES ANNEXES

	PAGE
Annexe 1 : Lettre de consentement parental .....	231
Annexe 2 : Questionnaire .....	233



Annexe 1 :

La lettre de consentement parentale

Montréal, le 15 avril 2008

Chers parents,

Je suis étudiante à l'Université du Québec à Montréal, au niveau de la maîtrise en Kinanthropologie et je fais présentement une recherche qui porte sur les connaissances en alimentation chez les élèves de 4<sup>ième</sup> année.

La classe de Lorraine Roberge a été choisie afin de participer à la recherche et je sollicite l'appui et la collaboration de votre enfant afin qu'il remplisse un questionnaire sur ses connaissances en alimentation d'une durée d'environ 15 minutes.

Selon plusieurs recherches, dès l'âge de 9 ans, certains enfants commencent à penser à suivre un régime afin de perdre du poids. En période de croissance, cela peut être néfaste pour eux. Cette problématique m'interpelle particulièrement en tant qu'enseignante d'éducation physique et à la santé. En informant adéquatement les enfants sur l'alimentation au primaire, et qu'ils adoptent un sain comportement alimentaire, les enfants ont plus de chance de conserver cette bonne habitude à l'âge adulte.

Sachez que ceci se fera dans l'anonymat et que le nom de votre enfant ne figurera à aucun endroit dans le questionnaire et lors de l'interprétation des résultats. À tout moment, vous ou votre enfant pouvez vous retirer de la recherche et ce, sans aucun préjudice.

Cette recherche a reçu l'approbation du Comité d'éthique du Département de Kinanthropologie (CÉKIN), un sous-comité du Comité institutionnel d'éthique de la recherche chez l'humain (CIÉR) de l'Université du Québec à Montréal (UQAM). Toute question sur le projet, plainte ou commentaire peut être adressé au chercheur. Pour toute question sur les responsabilités des chercheurs ou dans l'éventualité où la plainte ne peut leur être adressée directement, vous pouvez faire valoir votre situation auprès du CÉKIN en contactant le responsable, M. Marc Bélanger (514-987-3000 poste 6862 ou [belanger.m@uqam.ca](mailto:belanger.m@uqam.ca)) ou auprès du CIÉR en contactant le Président du comité d'éthique, M. Joseph Levy (514-987-3000 poste 4483 ou [levy.joseph\\_josy@uqam.ca](mailto:levy.joseph_josy@uqam.ca)). Il peut être également joint au secrétariat du CIÉR au numéro (514) 987-3000 # 7753.

Veuillez, s'il-vous-plâit, remplir le coupon-réponse au bas de la feuille et le remettre à l'enseignant de votre enfant, le plus tôt possible.

Marie-Josée Senez  
Étudiante à la Maîtrise  
Département de Kinanthropologie  
Université du Québec à Montréal  
[mjsenez@hotmail.com](mailto:mjsenez@hotmail.com)

Émilie Kalinova  
Professeure au département de Kinanthropologie  
Université du Québec à Montréal  
[kalinova.emilia@uqam.ca](mailto:kalinova.emilia@uqam.ca)  
ou au 514-987-3000 poste 4727

---

J'accepte que mon enfant participe à la recherche : *Le Guide alimentaire canadien et les connaissances alimentaires chez les élèves de 4<sup>ième</sup> année.* \_\_\_\_\_

Nom et signature de l'enfant : \_\_\_\_\_ Groupe : \_\_\_\_\_

Signature des parents : \_\_\_\_\_

Annexe 2 :  
Le questionnaire

# Questionnaire sur le guide alimentaire canadien

pour les élèves de 4<sup>ième</sup> année du primaire

## Consignes :

- Indiquez votre âge et votre sexe.
- N'écrivez pas votre nom sur le questionnaire.
- Vous devez répondre à chaque question en ordre, en prenant soin de bien indiquer où vous avez obtenu cette information.
- Une fois la page tournée, vous ne pouvez pas revenir en arrière.
- Vous pouvez arrêter ou vous retirer de l'étude à n'importe quel moment.
- Merci de votre participation!

## Exemple :

1) La tomate...

- 1) est un fruit.
- 2) est un légume.
- 3) peut être de couleur bleue.
- 4) pousse dans la terre.
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

## Questionnaire : Le guide alimentaire canadien

Âge : \_\_\_\_\_

M

F

1) Quels sont les 4 groupes alimentaires présentés dans le Guide alimentaire canadien ?

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre : \_\_\_\_\_**

2) Le Guide alimentaire canadien nous informe sur :

- 1) le nombre de calories qu'il faut manger
- 2) le nombre de portions par mois
- 3) le nombre de calories qu'il faut dépenser
- 4) le nombre de portions par jour
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre : \_\_\_\_\_**

3) Combien de portions de fruits et de légumes dois-tu consommer par jour pour ton âge ?

- 1) 6 portions
- 2) 5 à 10 portions
- 3) 7 portions
- 4) 2 portions
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre : \_\_\_\_\_**

4) Combien de portions de produits céréaliers dois-tu consommer par jour pour ton âge ?

- 1) 4 portions
- 2) 2 portions
- 3) 6 portions
- 4) 5 portions
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

5) Combien de portions de lait et substituts dois-tu consommer par jour pour ton âge ?

- 1) 3-4 portions
- 2) 2 portions
- 3) 8 portions
- 4) 5-6 portions
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

6) Combien de portions de viandes et substituts dois-tu consommer par jour pour ton âge ?

- 1) 5 portions
- 2) 3-4 portions
- 3) 6-7 portions
- 4) 1-2 portions
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- d) **mon enseignant d'éducation physique**
- e) **mon enseignant de classe**
- f) **mes parents**
- g) **la télévision**
- h) **autre :** \_\_\_\_\_

7) Les pâtes alimentaires font parties de quel groupe alimentaire ?

- 1) fruits et légumes
- 2) produits céréaliers
- 3) lait et substituts
- 4) viandes et substituts
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

8) Le tofu fait parti de quel groupe alimentaire ?

- 1) fruits et légumes
- 2) produits céréaliers
- 3) lait et substituts
- 4) viandes et substituts
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

9) Les œufs font partis de quel groupe alimentaire ?

- 1) fruits et légumes
- 2) produits céréaliers
- 3) lait et substituts
- 4) viandes et substituts
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

10) Le jus fait parti de quel groupe alimentaire ?

- 1) fruits et légumes
- 2) produits céréaliers
- 3) lait et substituts
- 4) viandes et substituts
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) mon enseignant d'éducation physique**
- b) mon enseignant de classe**
- c) mes parents**
- d) la télévision**
- e) autre :** \_\_\_\_\_

11) Les légumes cuits font partis de quel groupe alimentaire ?

- 1) fruits et légumes
- 2) produits céréaliers
- 3) lait et substituts
- 4) viandes et substituts
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) mon enseignant d'éducation physique**
- b) mon enseignant de classe**
- c) mes parents**
- d) la télévision**
- e) autre :** \_\_\_\_\_

12) Les boissons de soya font parties de quel groupe alimentaire ?

- 1) fruits et légumes
- 2) produits céréaliers
- 3) lait et substituts
- 4) viandes et substituts
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) mon enseignant d'éducation physique**
- b) mon enseignant de classe**
- c) mes parents**
- d) la télévision**
- e) autre :** \_\_\_\_\_



13) Le pain fait parti de quel groupe alimentaire ?

- 1) fruits et légumes
- 2) produits céréaliers
- 3) lait et substituts
- 4) viandes et substituts
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

14) Les noix font parties de quel groupe alimentaire ?

- 1) fruits et légumes
- 2) produits céréaliers
- 3) lait et substituts
- 4) viandes et substituts
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

15) Le riz fait parti de quel groupe alimentaire ?

- 1) fruits et légumes
- 2) produits céréaliers
- 3) lait et substituts
- 4) viandes et substituts
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

16) La pizza faite maison ( pepperoni, champignons et fromage) fait partie de quel(s) groupe(s) alimentaire(s)?

- 1) aucun groupe alimentaire
- 2) viandes et substituts et lait et substituts
- 3) fruits et légumes, viandes et substituts et lait et substituts
- 4) produits céréaliers

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

17) Combien de portions de poisson devrait-on consommer chaque semaine selon le Guide alimentaire canadien?

- 1) 5 portions
- 2) 1 portion
- 3) 2 portions
- 4) 4 portions
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

18) Lequel ne fait pas parti du groupe alimentaire des viandes et substituts ?

- 1) les pâtes alimentaires
- 2) les légumineuses
- 3) les œufs
- 4) le poulet
- 5) je ne sais pas

**Je le sais grâce à :**

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

19) Quels sont les endroits où l'on peut bien manger?

- 1) à l'école
- 2) à la maison
- 3) au restaurant
- 4) tous ces endroits

Je le sais grâce à :

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

20) Il est important de :

- 1) manger n'importe quoi, n'importe quand
- 2) manger les mêmes aliments tout le temps
- 3) manger au moins 1 légume vert et 1 légume orangé chaque jour
- 4) choisir des aliments riches en lipides, sucre
- 5) je ne sais pas

Je le sais grâce à :

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

21) Il est important de :

- 1) manger des aliments variés
- 2) manger 4 repas par jour
- 3) manger des collations sucrées
- 4) manger après le souper ou avant d'aller se coucher
- 5) je ne sais pas

Je le sais grâce à :

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

22) Selon le Guide alimentaire canadien, pour avoir un mode de vie sain, il faut :

- 1) seulement bien manger
- 2) renforcer nos muscles
- 3) bien manger et être actif
- 4) seulement être actif

Je le sais grâce à :

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

23) Le maïs éclaté et les desserts font partis de quel groupe alimentaire?

- 1) aucun
- 2) produits céréaliers
- 3) lait et substituts
- 4) viandes et substituts
- 5) je ne sais pas

Je le sais grâce à :

- a) **mon enseignant d'éducation physique**
- b) **mon enseignant de classe**
- c) **mes parents**
- d) **la télévision**
- e) **autre :** \_\_\_\_\_

24) Mes connaissances sur l'alimentation :

- 1) me donne le goût de modifier mes habitudes alimentaires.
- 2) ne me donne pas le goût de modifier mes habitudes alimentaires.
- 3) ne me servent à rien.
- 4) m'ont aidé à modifier mes habitudes alimentaires.

Merci pour votre collaboration !