

## Leçon 2 : Tendances en matière de santé et de condition physique

### Introduction

Le développement de la condition physique en Amérique du Nord est une industrie qui génère plusieurs milliards de dollars chaque année. Le succès de cette industrie implique la tenue d'études de marché visant à déterminer les tendances en matière de santé et de condition physique qui influenceront sur les pratiques, les produits et les services connexes. En analysant les données recueillies, les intervenants du monde du conditionnement physique peuvent déterminer les tendances actuelles et futures et ainsi répondre plus adéquatement à la demande d'une population toujours plus nombreuse à s'intéresser à l'exercice et à la condition physique, et à la santé en général.

Cette leçon fournit aux élèves l'occasion d'effectuer des recherches et une analyse sur les tendances en matière de santé et de condition physique. Elle les invite également à prédire les tendances futures et à suggérer des façons de réagir à ces tendances. Les concepts clés qui régissent le développement de la condition physique peuvent inclure l'adoption d'un mode de vie actif et le développement durable.



---

### Résultats d'apprentissage spécifiques

12.GC.3 Examiner les tendances actuelles en matière de santé et de condition physique.

---



### Principaux éléments de connaissance

- Les pratiques favorisant la santé et la condition physique sont en perpétuel changement et influent sur la qualité de vie.
  - Les tendances reflètent un changement, une orientation ou un virage général dans le domaine à l'étude.
  - Les tendances ont un effet sur les possibilités et les choix relatifs aux habitudes de vie.
- 



### Questions essentielles

1. Qu'est-ce qu'une tendance?
2. Quelle est la tendance actuelle en matière de santé et/ou de condition physique?
3. En quoi les tendances sont-elles utiles pour savoir comment réagir aux enjeux et aux intérêts courants?
4. En quoi les tendances relatives à la santé et à la condition physique ont-elles changé ces dernières années?



---

## Information générale

Chaque année, les leaders du domaine de la santé et de la condition physique déterminent les tendances générales dans l'industrie du conditionnement physique en tenant compte de diverses sources de données. Les deux groupes importants qui mènent des études approfondies à ce sujet sont l'American College of Sports Medicine (ACSM) et l'American Council on Exercise (ACE).

### Prédictions de l'ACSM sur les tendances en matière de santé et de condition physique

L'ACSM est la plus grande organisation dans le monde en ce qui a trait à la médecine sportive et à la science de l'exercice. Ses membres se consacrent à la promotion et à l'amélioration de la performance physique, de la condition physique, de la santé et de la qualité de vie à l'échelle mondiale.

Les études menées par l'ACSM dégagent les tendances qui se dessinent dans une variété d'environnements où sont fournis des services et programmes de santé et de condition physique, par exemple, les gymnases commerciaux, les détaillants de produits liés à la condition physique, les milieux médicaux et cliniques de toutes sortes, ainsi que les centres de loisirs et les environnements de programmes communautaires. Ces données sont recueillies par des experts de partout dans le monde. Les tendances identifiées dans les études sont basées sur de l'information fournie par des professionnels très respectés du domaine de la condition physique. Le but ultime de la détermination des tendances est de trouver et d'appliquer des solutions ou réponses appropriées.

D'après les constatations issues de ses études internationales, l'ACSM a formulé ses prédictions quant aux principales tendances en matière de santé et de condition physique pour 2007 et 2008, qui sont énoncées dans le site Web de l'ACSM (se reporter à la section Références, à la page suivante). [Traduction libre] « Les programmes d'exercice pour enfants visant à combattre l'obésité chez les enfants et les adolescents » sont classés numéro 1 et numéro 2 parmi les tendances mondiales relatives à la condition physique en 2007 et 2008 respectivement (Thompson, "Worldwide Survey Reveals Fitness Trends for 2008", p. 8).

L'obésité chez l'enfant est devenue une tendance si importante qu'elle est le sujet de discussions et d'élaboration de programmes à l'échelle planétaire. Atténuer cette tendance est devenu une priorité absolue dans bien des régions du monde, y compris au Manitoba. À titre d'exemple, le gouvernement du Manitoba est passé à l'action en augmentant le temps alloué pour l'éducation physique et éducation à la santé et en rendant ce cours obligatoire à tous les niveaux, de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année. De plus, toutes les écoles du Manitoba doivent élaborer leurs propres politiques de nutrition afin de promouvoir des habitudes alimentaires plus saines (Enfants en santé Manitoba, *Guide de nutrition des écoles du Manitoba*). Ces initiatives sont le résultat des recommandations du Groupe de travail

multipartite Des enfants en santé, pour un avenir en santé, dans son *Rapport du groupe de travail Des enfants en santé, pour un avenir en santé*, publié en 2005.

## Prédictions de l'ACE relativement aux tendances en matière de condition physique

L'American Council on Exercise (ACE) est une organisation sans but lucratif qui s'emploie à faire connaître les bienfaits de l'activité physique et qui prévient les consommateurs au sujet des produits liés au conditionnement physique qui sont inefficaces ou dangereux et des instructions qui peuvent leur être néfastes.

Les dix principales tendances dégagées par l'ACE relativement à l'activité physique pour 2007 et 2008 sont indiquées dans son site Web.

### RÉFÉRENCES



Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter les ressources suivantes :

\*American College of Sports Medicine. "ACSM Survey Predicts 2008 Fitness Trends." Communiqué de presse du 9 nov. 2007.

[http://www.acsm.org/AM/Template.cfm?Section=ACSM\\_News\\_Releases&CONTENTID=9207&TEMPLATE=/CM/ContentDisplay.cfm](http://www.acsm.org/AM/Template.cfm?Section=ACSM_News_Releases&CONTENTID=9207&TEMPLATE=/CM/ContentDisplay.cfm)



---. "Fitness Trends for 2007 from American College of Sports Medicine: Survey Results Name Top 20 Trends in Health and Fitness Industry." Communiqué de presse du 13 nov. 2006. [http://www.acsm.org/AM/Template.cfm?Section=Home\\_Page&template=/CM/ContentDisplay.cfm&ContentID=6183](http://www.acsm.org/AM/Template.cfm?Section=Home_Page&template=/CM/ContentDisplay.cfm&ContentID=6183).

\*American Council on Exercise. "ACE 2008 Fitness Trend Predictions: ACE-Certified Fitness Professionals Predict Fun Focused Fitness." Communiqué de presse du 3 janvier 2008. [http://www.acefitness.org/media/media\\_display.aspx?NewsID=277&DCMP=BAC-GetFit2008Trends](http://www.acefitness.org/media/media_display.aspx?NewsID=277&DCMP=BAC-GetFit2008Trends).

---. "ACE Makes Fitness Trend Predictions for 2007: Survey Results Highlight Forecast of Hundreds of ACE-Certified Fitness Professionals." Communiqué de presse du 4 déc. 2006. [http://www.acefitness.org/media/media\\_display.aspx?NewsID=263](http://www.acefitness.org/media/media_display.aspx?NewsID=263).

Enfants en santé Manitoba. *Guide de nutrition des écoles du Manitoba : Élaboration des lignes directrices et politiques*. Winnipeg (Man.) : Enfants en santé Manitoba, 2006. Disponible sur le site Web d'Écoles en santé Manitoba à <http://www.gov.mb.ca/healthyschools/msnh.html>.

Groupe de travail multipartite Des enfants en santé, pour un avenir en santé. *Rapport du Groupe de travail – Des enfants en santé, pour un avenir en santé*. Winnipeg (Man.) : La Vie saine Manitoba, Juin 2005. Disponible en ligne à <http://www.gov.mb.ca/healthykids/index.fr.html>.

\*Thompson, Walter R. "Worldwide Survey Reveals Fitness Trends for 2007." *ACSM's Health & Fitness Journal* 10.6 (Nov./déc. 2006) : 8–14.

---. "Worldwide Survey Reveals Fitness Trends for 2008." *ACSM's Health & Fitness Journal* 11.6 (Nov./déc. 2007) : 7–13. Disponible en ligne à <http://www.informz.net/acsm/data/images/worldwidetrends.pdf>.

\*Van Dusen, Allison. "Top Ways to Stay in Shape." 10 jan. 2007. *Health*. Forbes.com. [http://www.forbes.com/forbeslife/2007/01/09/ways-stay-shape-forbeslife-cx\\_0110\\_avd\\_stayshape2007.html](http://www.forbes.com/forbeslife/2007/01/09/ways-stay-shape-forbeslife-cx_0110_avd_stayshape2007.html).

Pour les mises à jour de sites Web, veuillez consulter les sites Web produits à l'appui du programme d'études des 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> années, à <http://www.edu.gov.mb.ca/m12/progetu/epes/index.html>.

\* anglais seulement



## **Suggestion pour l'enseignement ou l'évaluation**

### Prédictions et analyse relativement aux tendances

Inviter les élèves à :

- soumettre leur opinion concernant les tendances qui semblent se dessiner actuellement en matière de santé et de condition physique;
- classer les tendances dégagées en tenant compte de l'importance qu'elles semblent avoir, à leur avis;
- fournir des raisons à l'appui de leurs choix relatifs aux tendances perçues.

Discuter avec les élèves des tendances présentées par l'ACSM ou l'ACE. Analyser l'exactitude des réponses des élèves par rapport aux tendances identifiées par les professionnels de la condition physique. Faciliter une discussion sur l'utilité de l'analyse des tendances.

---