

Participation sportive au Canada

SONDAGE INDICATEUR DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE DE 2011-2012



La motivation à faire du sport

Dans le cadre du Sondage indicateur de l'activité physique et sportive de 2011-2012, nous avons étudié les motifs qui poussaient les Canadiens et Canadiennes à faire du sport. La décision de chacun de faire du sport dépend largement de divers facteurs, tant intrinsèques qu'extrinsèques. Voici les motifs que les Canadiens et Canadiennes jugeaient très importants dans leur décision de faire du sport :

- Pour se sentir mieux physiquement et mentalement (80 p. 100)
- Pour avoir du plaisir (62 p. 100)
- Pour faire de l'exercice (61 p. 100)
- Pour prendre l'air (60 p. 100)
- Par satisfaction personnelle (59 p. 100)
- Pour relever des défis ou acquérir des aptitudes (41 p. 100)
- Pour avoir meilleure apparence (39 p. 100)
- Pour socialiser (35 p. 100)
- Pour relaxer et oublier ses soucis (33 p. 100)
- Par goût du risque ou de l'aventure (15 p. 100)
- Par goût de la compétition ou soif de victoire (12 p. 100)

TABLEAU 1

Relations entre les motifs très importants et l'âge et sexe

Motifs de la pratique sportive	Relations avec l'âge	Relations avec l'âge et le sexe
Pour se sentir mieux physiquement et mentalement		-Motif plus fréquent chez les femmes de 25 à 44 ans que chez les hommes du même groupe d'âge
Pour relever des défis ou acquérir des aptitudes	-Motif plus fréquent chez les 18 à 24 ans que chez les 25 ans et plus	-Motif plus fréquent chez les femmes de 18 à 24 ans que chez les femmes plus âgées -Motif plus fréquent chez les hommes de 18 à 24 ans que chez les hommes de 65 ans et plus
Pour avoir du plaisir	-Motif plus fréquent chez les 15 à 24 ans que les 25 ans et plus	-Motif plus fréquent chez les hommes de 18 à 24 ans que chez les hommes de 45 ans et plus -Motif plus fréquent chez les filles de 15 à 17 ans que chez les femmes de 25 ans et plus
Pour prendre l'air	-Motif plus fréquent chez les 45 ans et plus que chez ceux de 18 à 44 ans	-Motif plus fréquent chez les hommes de 45 ans et plus que chez les hommes de 25 à 44 ans
Pour avoir meilleure apparence		-Motif plus fréquent chez les femmes de 25 ans et plus que chez les hommes du même groupe d'âge
Pour socialiser	-Motif plus fréquent chez les 65 ans et plus que chez ceux de 25 à 64 ans	-Motif plus fréquent chez les femmes de 65 ans et plus que chez les femmes de 18 à 64 ans -Motif plus fréquent chez les hommes de 18 à 24 ans que chez les hommes de 45 ans à 64 ans
Par goût du risque ou de l'aventure	-Motif plus fréquent chez les 18 à 24 ans que chez ceux de 25 ans et plus	-Aucune différence entre les sexes
Par goût de la compétition ou soif de victoire	-Motif plus fréquent chez les 18 à 24 ans que chez ceux de 25 ans et plus	-Motif plus fréquent chez les hommes de 25 à 44 ans que chez les femmes du même groupe d'âge

Sondage indicateur de l'activité physique et sportive de 2011-2012, ICRC



Comparativement à la moyenne nationale, certains motifs ont été plus souvent cités par les résidents des provinces et des territoires suivants :

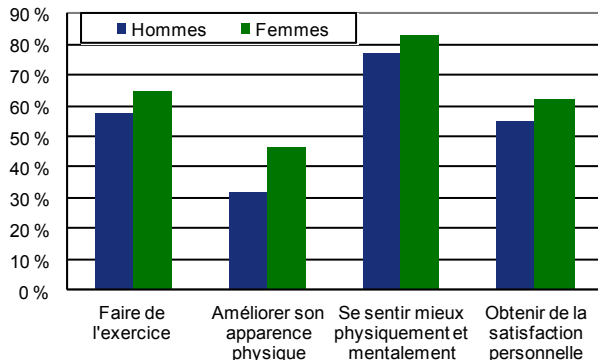
- Les interactions sociales, pour les résidents de Terre-Neuve-et-Labrador et de la Saskatchewan;
- L'exercice, pour les résidents de l'Île-du-Prince-Édouard;
- Prendre l'air, pour les résidents du Nouveau-Brunswick;
- Le plaisir, pour les résidents de Terre-Neuve-et-Labrador;
- L'apparence pour les résidents de l'Ontario.

Nous avons constaté que les résidents du Québec étaient moins nombreux à citer les interactions sociales, le plaisir, l'acquisition d'aptitudes, la satisfaction personnelle, l'apparence physique et le goût du risque ou de l'aventure comme motivation à faire du sport, comparativement à la moyenne nationale.

Les femmes étaient plus nombreuses que les hommes à citer l'apparence physique, l'exercice, le bien-être physique et mental et la satisfaction personnelle comme motifs très importants, alors que les hommes étaient plus nombreux à citer le goût de la compétition comme motif. Dans le tableau 1, nous présentons les diverses relations en fonction de l'âge et du sexe.

FIGURE 1

Motifs très importants pour faire du sport, selon le sexe



Sondage indicateur de l'activité physique et sportive de 2011-2012, ICRCP

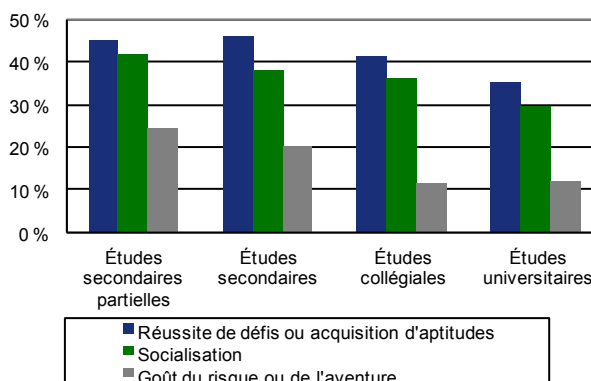
Facteurs socioéconomiques et démographiques

Nous avons constaté des différences intéressantes dans les motifs invoqués par les Canadiens et Canadiennes pour faire du sport en fonction de leur niveau de scolarité. Comparativement aux adultes ayant fait des études universitaires, ceux qui ont fait des études collégiales étaient plus nombreux à citer prendre l'air et le plaisir comme motifs; ceux ayant fait des études secondaires étaient plus nombreux à vouloir relever des défis, acquérir des aptitudes ou avoir du plaisir; et ceux ayant fait des études secondaires complètes ou partielles étaient plus nombreux à citer les interactions sociales.

Par contre, les adultes ayant fait des études universitaires étaient plus nombreux que ceux n'ayant pas terminé leurs études secondaires à indiquer l'exercice comme motif pour faire du sport.

FIGURE 2

Motifs très importants pour faire du sport, selon le niveau de scolarité



Sondage indicateur de l'activité physique et sportive de 2011-2012, ICRCP ICRCP

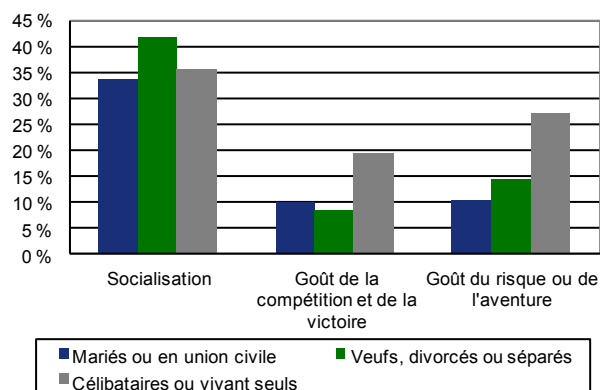
Les revenus familiaux ont une influence sur les motifs invoqués pour faire du sport. Une plus forte proportion d'adultes aux revenus élevés citaient les interactions sociales, le bien-être physique et mental et l'exercice comme motifs comparativement aux adultes dont les revenus familiaux étaient de 30 000 \$ à 39 999 \$. De même, les adultes venant des maisons ayant les plus hauts revenus étaient plus nombreux à dire que la satisfaction personnelle est un élément de motivation important que ceux venant des maisons ayant des revenus de 20 000 \$ à 29 999 \$.

Les retraités étaient plus nombreux que la moyenne nationale à citer comme motifs les interactions sociales, mais moins nombreux à citer le plaisir, le goût de la compétition ou le goût du risque et de l'aventure. Comparativement à la moyenne nationale, les adultes au foyer étaient plus nombreux à citer le bien-être physique et mental comme motif pour faire du sport.

Les interactions sociales étaient un motif très important pour les adultes veufs, divorcés ou séparés comparativement aux adultes mariés ou vivant en union civile et ces derniers étaient moins nombreux que les adultes célibataires ou vivant seuls à citer le plaisir comme motif. Enfin, les adultes célibataires ou vivant seuls étaient plus nombreux à citer le goût de la compétition et de la victoire, le goût du risque et de l'aventure, ainsi que le fait de relever des défis et acquérir des aptitudes comme motifs importants pour faire du sport.

FIGURE 3

Motifs très importants pour faire du sport, selon l'état civil

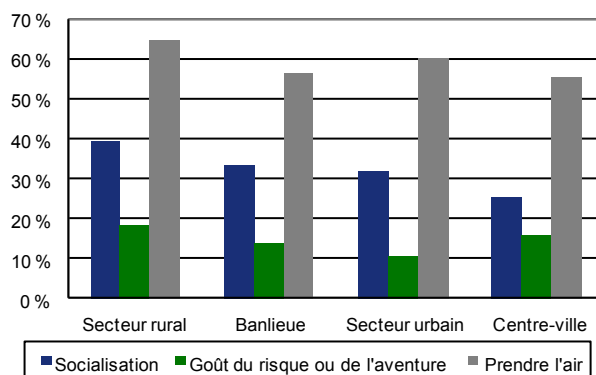


Sondage indicateur de l'activité physique et sportive de 2011-2012, ICRCP

Les adultes habitant une région rurale étaient plus nombreux à citer l'importance des interactions sociales, que les adultes habitant les centres-villes; plus nombreux à citer le goût du risque et de l'aventure comme motif important que les adultes des banlieues, comparé à ceux qui vivent dans des communautés urbaines; et plus nombreux à citer prendre l'air comme motif très important que les adultes des banlieues.

FIGURE 4

Motifs très importants pour faire du sport, selon le lieu de résidence



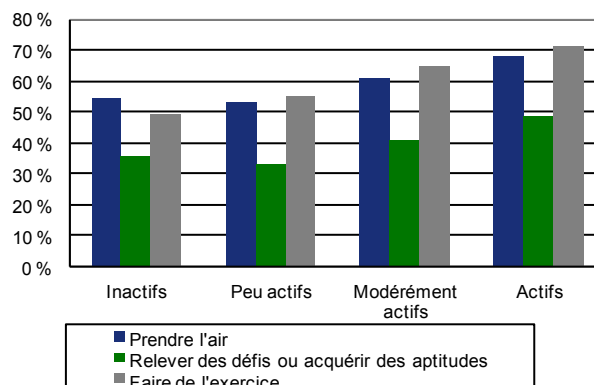
Sondage indicateur de l'activité physique et sportive de 2011-2012, ICRCP

Les résidents des petites collectivités (moins de 30 000 habitants) étaient plus nombreux à citer prendre l'air comme motif important que les résidents de collectivités plus grandes (entre 30 000 et 999 999 habitants).

Nous avons aussi constaté des différences de motifs en fonction du niveau d'activité physique et de la pratique de sports. Les adultes sportifs étaient plus nombreux que les non-sportifs à citer la relaxation, la satisfaction personnelle, l'exercice, les interactions sociales, le plaisir, relever des défis ou acquérir des aptitudes, le goût de la compétition ou de la victoire, pour prendre l'air ainsi que le goût du risque et de l'aventure comme motifs importants pour faire du sport. De plus, nous avons remarqué que plus les adultes citaient comme motifs importants le fait de prendre l'air, le bien-être physique et mental, l'apparence, le plaisir, les défis et l'acquisition d'aptitudes, l'exercice, le goût du risque et de l'aventure ainsi que la satisfaction personnelle, plus leur niveau d'activité physique était élevé.

FIGURE 5

Motifs très importants pour faire du sport, selon le niveau d'activité physique



Sondage indicateur de l'activité physique et sportive de 2011-2012, ICRCP

INSTITUT CANADIEN DE LA RECHERCHE SUR LA CONDITION PHYSIQUE ET LE MODE DE VIE

201-185, rue Somerset Ouest • Ottawa (Ontario) K2P 0J2 • (613) 233-5528 • info@cflri.ca
http://www.cflri.ca/



La production de ce bulletin a été rendue possible grâce à une contribution financière provenant de l'Agence de santé publique du Canada et le Conseil interprovincial du sport et des loisirs. Les vues exprimées ne reflètent pas nécessairement les vues des organismes mentionnés ci-dessus.