



LA PRATIQUE SPORTIVE PENDANT LA PANDÉMIE DE LA COVID-19

Chez les jeunes de troisième et quatrième secondaire ayant participé à l'étude entre le 1^{er} mai et le 30 juin 2020

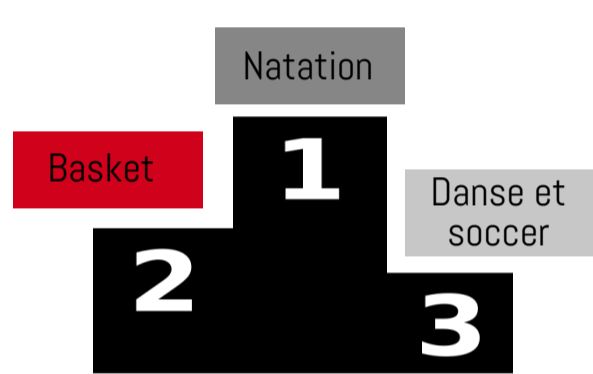


- 71,4 %** des élèves pratiquaient un sport AVANT la COVID-19
- 52,0 %** des élèves ont pratiqué un sport de MAI À JUIN 2020
- 69,3 %** des élèves pratiquaient un sport organisé (sport impliquant des règles, des pratiques formelles ou des compétitions) AVANT la COVID-19

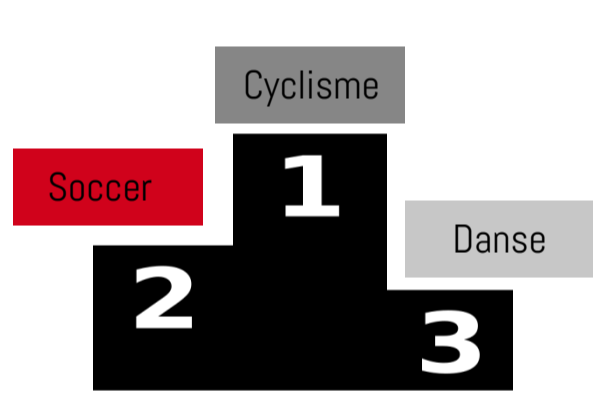
EN MAI ET JUIN 2020, tous les sports organisés se sont vus annulés en raison des mesures restrictives imposées par le gouvernement lors de la pandémie de la COVID-19.

Parmi les élèves qui pratiquaient un sport :

Sports les plus pratiqués AVANT la COVID-19



DE MAI À JUIN 2020



Impact de la pandémie sur la pratique sportive

- 54,8 %** ont été dans l'obligation d'arrêter les entraînements
- 42,9 %** ont vu leurs tournois ou compétitions reportés ou annulés
- 56,5 %** ont subi l'annulation ou la suspension de la saison
- 28,2 %** ont dû utiliser un programme d'entraînement maison
- 20,9 %** ont été dans l'impossibilité de poursuivre leurs entraînements à la maison faute d'installations ou de matériels
- 9,6 %** ont vu leur début de saison reporté

Stratégies pour pallier l'arrêt du sport



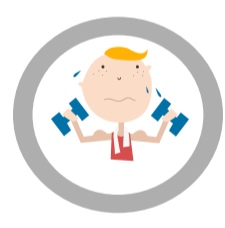
23,2 % ont gardé contact virtuel avec leurs coéquipiers pour se motiver mutuellement



13,6 % ont pratiqué la relaxation/yoga



48 % en ont profité pour se changer les idées/décrocher du sport



35,6 % se sont entraînés encore plus fort à la maison



61 % ont travaillé/ étudié



33,3 % se sont occupés de leur famille et proches

Les difficultés des jeunes pendant la pandémie de la COVID-19

- 47,5 %** ont trouvé difficile la perte de motivation associée à leur sport
- 32,8 %** ont été anxieux quant à leur capacité à maintenir leur forme et leur niveau physique
- 33,3 %** ont trouvé difficile de ne plus pouvoir pratiquer leur sport
- 29,9 %** ont trouvé difficile la gestion personnelle de leur entraînement sans objectif précis



Les résultats présentés dans cette infographie proviennent de 253 élèves (61,8 % de filles) ayant dûment complété le deuxième temps de collecte de données du projet IPSA réalisé en mai et juin 2020.

Dirigée par Jacinthe Dion et ses collaborateurs, cette étude est en partie financée par le Conseil de recherches en sciences humaines (CRSH).

Pour citer ce document

Clermont, C., Attard, V., Tremblay, V. & Dion, J. (2020). *La pratique sportive pendant la pandémie de la COVID-19*. Feuillet informatif: Campagne de transfert de connaissances de l'Étude IPSA. Université de Montréal et Université du Québec à Chicoutimi.