



BIEN dans mes BASKETS

Implantation
du programme au
Centre Gédéon-Ouimet :
évaluation du projet pilote



UTILISER LE SPORT COMME OUTIL D'INTERVENTION !

Le programme *Bien dans mes baskets* utilise le basketball parascolaire comme outil d'intervention sociale auprès d'adolescents à risque de décrochage scolaire, d'exclusion et de délinquance. Un projet pilote consistant à implanter ce programme au **Centre Gédéon-Ouimet** auprès de jeunes nouvellement arrivés au Québec a été évalué. Les effets que ce programme a eu sur la persévérance scolaire, les saines habitudes de vie et l'intégration sociale de ces jeunes sont résumés dans cette infographie.



EFFETS SUR LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE

BIEN DANS MES BASKETS AU CENTRE GÉDÉON-OUIMET

L'équipe de recherche a d'abord observé ceci : une participation plus intense aux activités offertes dans le cadre du programme **Bien dans mes baskets (BDMB) augmente significativement le réseau social des jeunes à l'école et tend à augmenter leur sentiment d'appartenance à l'école.**

DE PLUS, AU COURS DES ENTRETIENS, IL RESSORT QUE :



Les élèves apprécient le soutien de l'intervenant, qui les aide à **se dépasser** et à **développer des compétences psychosociales**.



Le sport est perçu comme un moyen de **dépassement de soi**, **d'apprentissage de nouvelles habitudes de vie et d'amélioration de la motivation**.



Le gymnase est considéré comme un espace accueillant où les élèves **se sentent à l'aise pour socialiser et pratiquer leur français**.



Les freins à la participation comprennent parfois un **travail rémunéré** pendant l'année scolaire.



Les élèves apprécient les activités sportives pour leur **équilibre entre travail intellectuel et physique**.



Les activités favorisent également le **développement d'un lien de confiance avec l'intervenant**, qui est perçu comme un modèle positif.



Je me sentais réveillé. C'était ça l'impact positif. C'était plus facile d'apprendre des choses après avoir pratiqué du sport (Noah, 18 ans).

**450 JEUNES ONT
BÉNÉFICIÉ DE CE
PROJET PILOTE**



EFFETS SUR L'ADOPTION DE SAINES HABITUDES DE VIE

Concernant l'adoption de saines habitudes de vie, l'équipe de recherche a observé ceci : les jeunes qui participent intensément aux activités BDMB **consomment significativement moins de substances toxiques, notamment la cigarette, et sont plus enclins à prendre un petit déjeuner le matin** par rapport à ceux qui participent moins.



Les élèves reçoivent des informations sur les habitudes de vie saines, notamment des techniques de relaxation, pendant les séances sportives, avec le soutien de l'intervenant. Ceux qui intègrent ces habitudes dans leur vie quotidienne constatent **notamment une réduction du stress et de la fatigue, ce qui les aide à atteindre leurs objectifs personnels.**

EFFETS SUR L'INTÉGRATION SOCIALE

Les résultats montrent que la participation intense aux activités BDMB est liée à une **augmentation significative du soutien social des jeunes**. De plus, il existe une tendance à **améliorer leur communication en français et leur sentiment d'intégration dans la société québécoise** chez les participants intensifs.

DÉVELOPPEMENT DU RÉSEAU SOCIAL

Les activités sportives du projet favorisent la rencontre entre les élèves, améliorant ainsi leur capacité de communication. Cela contribue à surmonter la timidité et à développer des amitiés, notamment avec des personnes de cultures différentes.

PRATIQUER LE FRANÇAIS

Les séances sportives servent de lieu d'apprentissage informel de la langue française, permettant aux élèves de pratiquer et d'améliorer leur français. Cela est particulièrement bénéfique pour ceux qui étaient timides au départ et pour ceux qui sont arrivés au Québec sans maîtriser la langue.



BARRIÈRES D'INTÉGRATION

Les élèves mentionnent des barrières à leur intégration, notamment la langue et la culture. Certains élèves hésitent à rester au Québec en raison de leurs compétences linguistiques, tandis que d'autres évoquent des préoccupations familiales liées à la langue et à la culture.

PROJETER UN AVENIR AU QUÉBEC

Malgré les défis, la majorité des élèves souhaitent rester au Québec. Ils se sentent adaptés, apprécient la sociabilité et considèrent le Québec comme leur lieu de vie préféré. Même ceux qui estiment ne pas maîtriser parfaitement le français souhaitent y rester en raison de l'unicité de la région.

Moi, au début, j'étais une personne timide. Mais, quand j'y allé là [aux séances sportives], je n'avais aucun problème de parler avec d'autres personnes. Je parle. J'ai amélioré un peu mon français (Romy, 19 ans).



RECOMMANDATIONS POUR L'INTERVENTION



RÉINTÉGRER LE MATÉRIEL EN CLASSE



Utiliser des textes adaptés pour réviser les sujets abordés lors des séances sportives en classe afin de renforcer l'intervention.



ENCOURAGER LA PARTICIPATION ACTIVE



Impliquer les élèves dans l'explication des consignes lors des séances sportives pour favoriser leur engagement et compréhension.



INTÉGRER DES ACTIVITÉS INDIVIDUELLES



Inclure de nouvelles activités sportives individuelles pour satisfaire tous les élèves, comme la natation en option supplémentaire.



TENIR COMPTE DES VÊTEMENTS CULTURELS



Intégrer des activités sportives qui respectent les vêtements spécifiques portés dans certaines cultures, comme le hijab, pour favoriser l'inclusion.



RÉVISER L'HORAIRE DES SÉANCES



Adapter l'horaire des séances sportives pour répondre aux réalités des élèves, notamment ceux qui travaillent tard le soir, afin de faciliter leur participation.



Participants à la recherche :

- 134 jeunes âgés de 17 à 23 ans ont répondu à un questionnaire d'enquête comprenant 124 questions
- 14 jeunes âgés de 17 à 21 ans ont participé à un entretien de groupe
- 1 enseignante a participé à une entrevue individuelle



Cette infographie a été préparée à partir du rapport suivant : Lafortune, D., Duford, J. (2023), *Bien dans mes baskets: évaluation des effets*, Institut universitaire Jeunes en difficulté.

Infographie réalisée par Michèle Robitaille
Texte : Julie Duford, Martin Dusseault et Michèle Robitaille
Crédits photos : Gaëlle Vuillaume
Juin 2024