



présente



Programme d'activités motrices parent-enfant pour les 1 à 4 ans

pour
Montréal, physiquement active

Direction des sports
Commission sur la culture, le patrimoine et les sports
5 décembre 2012

1000, avenue Émile-Journault, Montréal (Québec) H2M 2E7
514 872-7177 | sportsmontreal.com

Table des matières

Introduction	3
1. Présentation de l'organisme	4
2. Constats	6
3. Programme Le tour du monde de Karibou ^{MD}	7
3.1 Objectifs et approche	7
3.2 Programme adapté au développement des tout-petits	7
3.3 Contenu et outils du programme	8
3.4 Visibilité	9
3.5 Réseau des fournisseurs officiels au Québec	9
3.6 Fournisseurs officiels à Montréal	12
4. Bénéfices du programme	13
5. Perspectives de développement	14
6. Recommandations	15

Introduction

L'activité physique chez les enfants d'âge préscolaire est au cœur des préoccupations de Sports Montréal depuis plusieurs années déjà. Chef de file en tant que gestionnaire d'activités sportives, la corporation a mis sur pied en 2007 un programme d'activités de motricité pour les enfants de 1 à 4 ans, accompagnés de leur parent.

Depuis 5 ans, Sports Montréal a été sollicité par d'autres organisations pour offrir Le tour du monde de Karibou^{MD}. En 2012, plus de 60 sites d'activités et de 43 fournisseurs officiels offrent le programme Le tour du monde de Karibou^{MD} partout au Québec.

Sports Montréal offre son appui à la Ville de Montréal pour poursuivre l'implantation du programme dans les arrondissements qui composent son territoire, et ainsi, contribuer à rendre physiquement actif les plus jeunes citoyens montréalais.

1. Présentation de l'organisme

Fondé en 1990, Sports Montréal inc. est un organisme à but non lucratif qui a pour mission de **favoriser l'accès à l'activité physique** et à ses valeurs éducatives pour l'ensemble de la population montréalaise; de **soutenir les clubs sportifs** du complexe sportif Claude-Robillard et de promouvoir ses valeurs et ses activités sur les **plans national et international**.

Né de la mise en commun des ressources, des compétences et de l'expérience d'un groupe de gens d'affaires soucieux du développement sportif et désireux de contribuer à la vie du complexe sportif Claude-Robillard, Sports Montréal oriente ses actions principalement autour de deux axes :

- Offrir à la population, des programmes, des activités et des événements dans les domaines du sport et de l'activité physique;
- Offrir, de façon complémentaire, des ressources et du support aux treize clubs sportifs résidant au complexe sportif Claude-Robillard afin de faciliter leur prise en charge.

Offre d'activités physiques et sportives pour les Montréalais

Pour le grand public, Sports Montréal offre une vaste gamme d'activités dans trois arrondissements de Montréal :

Arrondissements **Ahuntsic-Cartierville** et **Villeray-Saint-Michel-Parc-Extension**

- Activités physiques et sportives pour les enfants, les adolescents, les adultes, les futures et nouvelles mamans, telles que : aquaspinning, en forme avec bébé, yoga, musculation de groupe, natation, tennis, etc. Les activités ont lieu au complexe sportif Claude-Robillard et à la piscine Joseph-Charbonneau;
- Camps de jour sportifs pour les 5 à 16 ans : été, temps des fêtes et semaine de la relâche;
- Centre de conditionnement physique Option Santé, au complexe sportif Claude-Robillard.

Arrondissement **Rosemont-La Petite-Patrie**

- Initiation au golf pour les enfants : programme *The First Tee*;
- Centre d'exercice de golf, situé au golf municipal sur la rue Viau.

Le tour du monde de Karibou^{MD}

Sports Montréal a également créé et développé un programme d'activités motrices pour les enfants de 1 à 4 ans accompagnés de leur parent. Le tour du monde de Karibou^{MD} est désormais offert dans plus de 60 sites d'activités partout au Québec, dont 10 % se trouvent à Montréal.

Formations

Sports Montréal offre des formations de secouristes, sauveteurs et moniteurs qui s'adressent à toute personne désirant obtenir un emploi dans le domaine aquatique, soit en tant que sauveteur, moniteur de natation, moniteur en sauvetage ou comme instructeur de conditionnement physique aquatique. Des cours de premiers soins pour tous ceux désirant obtenir une certification en secourisme sont également disponibles.

Soutien aux clubs sportifs

Comme organisme de support, Sports Montréal soutient les treize clubs résidants du complexe sportifs Claude-Robillard. Le soutien prend diverses formes telles que : contributions financières, soutien technique et professionnel, organisation de campagne de communications, mise sur pied d'événements promotionnels et rassembleurs, organisation d'ateliers de formation, etc.

Sports Montréal en chiffres

Plus de **10 000 inscriptions par année** aux activités physiques et sportives;

Plus de **50 activités** différentes par session (4 sessions annuellement);

Plus de **3 500 enfants inscrits au camp de jour** Sports Montréal à l'été 2012;

Plus de **300 inscriptions** par année au programme d'initiation au golf *The First Tee*;

Plus de **25 000 enfants** qui ont participé au programme Le tour du monde de Karibou^{MD} depuis 2007.

2. Constats

En 2007, Sports Montréal s'est penché spécifiquement sur la problématique des saines habitudes de vie des enfants d'âge préscolaire. Déjà, la situation était préoccupante et les experts s'entendaient sur l'urgence d'agir et de mettre en place des programmes d'activités pour la clientèle des 0 à 5 ans.

- **Peu d'activités** dirigées sont offertes **aux enfants d'âge préscolaire**, à l'exception des cours de natation.
- Une **initiation à l'activité physique** dès le plus jeune âge à un **impact sur les saines habitudes de vie**, toute la vie durant.¹
- Des **activités parents-enfants** contribuent au **développement sociaux-affectif** de l'enfant.²
- Les **enfants reproduisent les comportements de leurs parents**, les activités parents-enfants sont donc à privilégier.³
- Les enfants d'âge préscolaire doivent développer de **multiples habiletés motrices** et éviter de se spécialiser.⁴
- Les enfants de moins de 4 ans doivent participer à des **activités adaptées à leur stade de développement**. L'équipement doit être à leur taille et les défis à leur portée.⁵

¹ Naître et grandir, Isabelle Burgun, Agence Science-Pressé, 28 mars 2012

² Joël Beaulieu, spécialiste en science de l'éducation à l'Université du Québec à Trois-Rivières

³ Québec en forme, Pour que les jeunes soient physiquement actifs tous les jours

⁴ Mariève Blanchet, kinésiologue M. Sc. membre accrédité, candidate au doctorat et massothérapeute, Université de Montréal, CHU Ste-Justine.

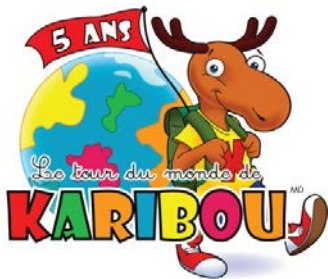
⁵ Mariève Blanchet, kinésiologue M. Sc. membre accrédité, candidate au doctorat et massothérapeute, Université de Montréal, CHU Ste-Justine.

3- Programme Le tour du monde de Karibou^{MD}

3.1 Objectifs et approche

Les années préscolaires constituent une période charnière durant laquelle l'enfant réalise des acquisitions majeures dans les domaines cognitif, social, affectif et moteur. Ces acquis constituent les prérequis nécessaires, non seulement à son entrée à l'école, mais aussi pour son adaptation ultérieure lors de l'adolescence.

Sports Montréal a donc créé un programme d'activités de psychomotricité intitulé Le tour du monde de Karibou^{MD}. **Ce programme vise à développer les habiletés motrices des enfants âgés de 1 à 4 ans. Il favorise également l'estime de soi et il est offert dans un milieu stimulant où l'objectif premier est de s'amuser.**



La finalité de ce programme est de développer, dès la petite et moyenne enfance, le goût de bouger dans une perspective à long terme liée aux saines habitudes de vie. Ce programme est construit en tenant compte des grands principes du développement moteur de l'enfant et il est inspiré de l'approche de l'éducation motrice.

3.2 Un programme adapté au développement des tout-petits

Pour que chaque expérience soit une réussite, le programme est divisé en 6 niveaux d'âge. Les activités respectent ainsi les capacités motrices des enfants. Un Poussin coquin de 12 mois commence à peine à marcher tandis qu'un Ourson mignon de 2 ans court déjà partout.

Les enfants âgés de 3 à 4 ans qui participent au programme Le tour du monde de Karibou^{MD} peuvent choisir de s'inscrire à l'activité avec une option danse, soccer ou basket-ball. Les options ont été ajoutées afin que les Renards débrouillards puissent participer à plus d'une session d'activités dans l'année, sans répéter les mêmes thèmes.



Les tout-petits expérimentent ainsi graduellement et de façon sécuritaire et ludique, une vaste gamme de jeux qui pourra les mener vers une pratique sportive en fonction des intérêts découverts à travers le programme.



3.3 Contenu et outils du programme

Le tour du monde de Karibou^{MD} est un **programme bilingue clé-en-main, conçu entièrement à Montréal**. Il comprend les éléments suivants :

- ✓ Le guide des séances d'activités motrices qui inclut 90 séances prêtes à l'emploi, approuvées par un spécialiste⁶;
- ✓ La formation spécifique des animateurs en personne ou par Internet;
- ✓ La liste du matériel de motricité;
- ✓ Les souvenirs et les récompenses pour les enfants : cahier du participant, aimants à collectionner, tatouages temporaires des personnages, etc.;
- ✓ Les outils de communication pour promouvoir le programme : logo, visuels des personnages, textes de présentation, etc.;
- ✓ Les outils de gestion pour assurer la qualité des activités : sondages de satisfaction des parents, grille d'évaluation des animateurs, etc.;
- ✓ Le service à la clientèle personnalisé : les coordonnateurs du programme sont responsables des fournisseurs, de la formation, de l'évaluation de la qualité des activités et du respect du programme, etc.



⁶ Joël Beaulieu, spécialiste en science de l'éducation à l'Université du Québec à Trois-Rivières

3.4 Visibilité

Le programme **bénéficie d'une grande visibilité** :

- Campagne promotionnelle annuelle : magazines, référencement Internet, salons et congrès, concours, etc. ;
- Reportages et articles dans différents médias : Salut, Bonjour !, Oh !Bébé, journaux locaux, etc. ;
- Site internet ;
- Page Facebook avec plus de 1 000 adeptes ;
- Envois courriels réguliers à plus d'un millier d'abonnés.



Tournage de l'émission Salut, Bonjour !, TVA

3.5 Réseau des fournisseurs officiels au Québec

Peu après le lancement du programme à Sports Montréal en 2007, la corporation a été approchée par un organisme de Québec, Loisirs Duberger Les Saules, qui souhaitait l'offrir à sa clientèle.

Un réseau de fournisseurs officiels s'est ensuite établi, desservant maintenant **15 des 17 régions administratives du Québec**. Depuis sa création il y a 5 ans, plus de **25 000 enfants** ont bénéficié du programme.

Aujourd'hui, Le tour du monde de Karibou^{MD} compte **43 fournisseurs officiels** qui offrent les activités dans plus de **60 sites partout au Québec**.

Carte des fournisseurs officiels 2012

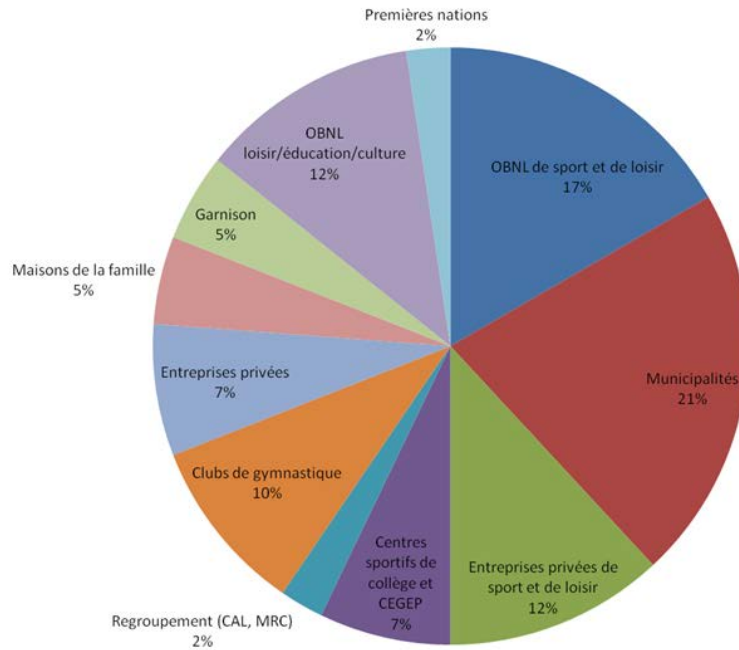


Témoignage d'un fournisseur Karibou

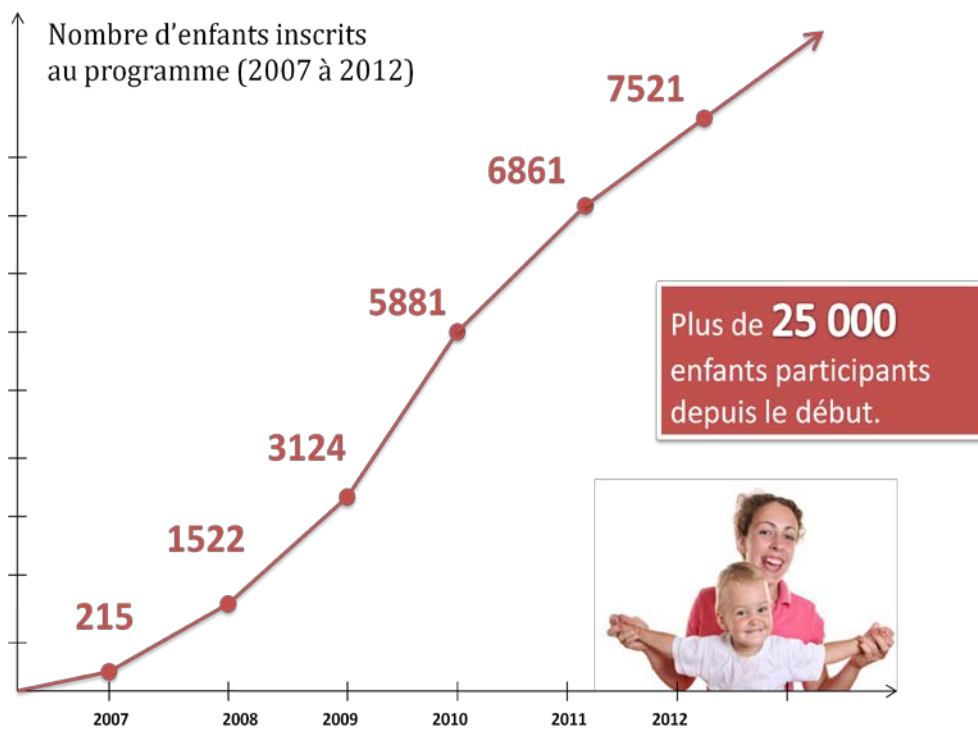
« Depuis maintenant deux ans, nous offrons le programme Le tour du monde de Karibou aux Loisirs du Faubourg. Nous avons de plus en plus d'inscriptions et les clients se montrent très satisfaits. C'est vraiment agréable de voir le plaisir que les enfants prennent à participer aux séances et de noter leur progrès au fil de celles-ci. Il est également génial de constater que les parents, comme les enfants en profitent pour socialiser, c'est un avantage très apprécié compte tenu de notre mission communautaire. Tout cela est possible grâce à la grande qualité du programme Le tour du monde de Karibou et les outils qui sont mis à notre disposition pour l'offrir! »

Marie-Michèle Gagnon, coordonnatrice aux programmes jeunesse, Loisirs du Faubourg (Québec)

Qui sont les fournisseurs officiels du programme ?



Croissance du nombre de participants de 2007 à 2012



3.6 Fournisseurs officiels sur le territoire de la Ville de Montréal

À Montréal, Le tour du monde de Karibou^{MD} est actuellement offert par 6 fournisseurs officiels dans cinq arrondissements.

1- Arrondissement Ahuntsic-Cartierville

Sports Montréal

- Programme offert depuis 2007
- Total de 4 187 enfants inscrits
- 4 sessions par année, 6 niveaux par session

Gymnix

- Programme offert depuis mai 2010
- Total de 303 enfants inscrits
- 3 sessions par année, 6 niveaux par session

2- Arrondissement Anjou

Regroupement des organismes et des citoyens et citoyennes humanitaire d'Anjou (ROCHA)

- Programme offert depuis août 2010
- Total de 358 enfants inscrits
- 3 sessions par année, 6 niveaux par session

3- Arrondissement Lachine

École de danse Studio Avenue

- Programme offert depuis novembre 2011
- Total de 93 enfants inscrits
- 3 sessions par année

4- Arrondissement Mercier-Hochelaga-Maisonneuve

Loisirs Sainte-Claire

- Programme offert depuis juillet 2010
- Total de 203 enfants inscrits
- Moyenne de 3 sessions par année, 5 niveaux par session

5- Arrondissement de Verdun

Maison des familles de Verdun

- Programme offert depuis mars 2012
- Total de 60 enfants inscrits
- 2 sessions par année

L'équipe du programme Le tour du monde de Karibou^{MD} travaille quotidiennement à accroître l'accès aux activités. L'objectif à moyen terme est d'offrir des sessions d'activités Karibou dans l'ensemble des arrondissements de la Ville de Montréal.

3. Bénéfices du programme

Initier les tout-petits au plaisir de bouger et de pratiquer un sport

Lors du 2^e Colloque des fournisseurs officiels du programme Le tour du monde de Karibou^{MD}, Madame Valérie Villeneuve du club de gymnastique Gymini de Vaudreuil est venue **témoigner de l'impact de l'implantation du programme sur leur recrutement de gymnastes**. Elle a en effet constaté que depuis que Le tour du monde de Karibou^{MD} est offert dans leur organisation, nombreux sont les enfants qui souhaitent s'inscrire à la gymnastique une fois qu'ils ont atteint l'âge de 4 ans.

De plus, parmi les gymnastes démontrant des aptitudes à devenir des athlètes de haut niveau, plusieurs ont participé aux activités Karibou. Sports Montréal souhaite d'ailleurs faire une étude sur l'impact du programme sur le développement des enfants.

Sensibiliser les parents à l'importance de bouger en famille

Par les campagnes de communication et lors des sessions d'activités, le programme Le tour du monde de Karibou^{MD} participe à la sensibilisation des parents à l'importance d'adopter de saines habitudes ainsi qu'un mode de vie physiquement actif.

Témoignages de parents

« Éloik apprécie vraiment venir à Karibou. Il développe beaucoup ses habiletés motrices » - Parent d'un Poussin coquin, 12 à 16 mois, Montréal

« Très belle activité parent-enfant pour les enfants en bas âge! »
- Parent d'un Lapin taquin, 16 à 20 mois, Saint-Eustache

« Très intéressant, mon enfant adore, il reconnaît l'endroit et s'en vient au pas de course » - Parent d'un Poussin coquin, 12 à 16 mois, Granby

« On s'amuse beaucoup! Merci de nous donner l'occasion d'avoir un temps magique avec notre enfant! » - Parent d'un Raton fripon, 20 à 24 mois, Granby

4. Perspectives de développement

Après 5 années d'existence, le programme Le tour du monde de Karibou^{MD} continue de se développer pour répondre aux besoins grandissant des enfants. Voici quelques perspectives de développement pour les prochaines années.

Étude scientifique de l'impact du programme Le tour du monde de Karibou^{MD} sur l'intégration des saines habitudes de vie

Sports Montréal souhaite appuyer Mariève Blanchet, candidate au doctorat à l'Université de Montréal et CHU Sainte-Justine, dans ses recherches le développement moteur des 0 à 5 ans.

Programme pour les centres de la petite enfance

Un projet-pilote avec le CPE Graffiti à Montréal a déjà été mis sur pied. Depuis 2008, un animateur Le tour du monde de Karibou^{MD} de Sports Montréal se déplace dans leurs installations pour animer les séances d'activités motrices auprès des enfants de 24 mois et plus. Organisée aussi dans d'autres CPE, cette initiative a beaucoup de succès et est appréciée des directeurs d'établissements. Dans ce sens, Sports Montréal envisage d'adapter le programme Le tour du monde de Karibou^{MD} aux besoins spécifiques des services de garde.

Programme pour les enfants avec un trouble envahissant du développement ou un handicap

Audrey McAllister, coordonnatrice au Centre de réadaptation Le Florès, est venue témoigner de la pertinence de programmes d'activités motrices pour les enfants ayant des besoins particuliers lors du 2^e Colloque des fournisseurs officiels. La direction du programme envisage de créer des outils afin d'adapter Le tour du monde de Karibou^{MD} pour cette clientèle aux besoins particuliers.

Développement d'un programme pour les 5 à 9 ans

Sports Montréal étudie la possibilité d'un programme multisports pour les 5 à 9 ans. Il serait complément au programme Le tour du monde de Karibou^{MD} et répondra à la demande de beaucoup de fournisseurs officiels.

5. Recommandations

Cibler les familles avec enfants 1 à 4 ans

En proposant aux familles montréalaises avec de jeunes enfants un programme d'activités motrices tel que Le tour du monde de Karibou^{MD}, Sports Montréal contribue directement à favoriser l'adoption de saines habitudes de vie pour ce groupe. Une activité parent-enfant est d'autant plus bénéfique que les parents représentent des modèles pour leurs enfants.

Profiter de l'expertise de Sports Montréal pour faire bouger tous les petits montréalais

À Sports Montréal, les ressources sont déjà en place pour implanter le programme Le tour du monde de Karibou^{MD} à une plus grande échelle. Entourée d'une équipe de professionnels qui ont à cœur le bien-être des tout-petits, la corporation axe ses actions pour rendre de plus en plus accessible le programme et ainsi desservir une clientèle en croissance avec des besoins spécifiques.

Étendre le réseau de fournisseurs officiels à l'ensemble des arrondissements de la Ville de Montréal

En soutenant l'implantation du programme dans tous les arrondissements de la Ville de Montréal, il sera possible de rendre l'activité physique accessible aux plus jeunes par l'intermédiaire des organismes de sport et de loisirs montréalais déjà en place.

L'implantation du programme peut prendre différentes formes :

- Les organismes deviennent des fournisseurs officiels du programme La tour du monde de Karibou^{MD}. Les organismes sont alors autonomes dans la gestion de l'activité, des inscriptions ou encore du personnel.
- Sports Montréal peut aussi implanter de nouveaux sites d'activités dont il aura la gestion en partenariat avec les arrondissements.

Encourager une solution pratique qui a fait ses preuves, conçue et développée à Montréal

Déjà en 2010, lors de la présentation du programme au Congrès européen sur l'activité physique et la santé des tout-petits (0-6 ans), les participants ont salué l'aspect concret et pratique du programme.

Beaucoup de ressources ont déjà été allouées aux études sur l'importance de faire bouger les tout-petits. Il est maintenant temps de passer à l'action et de proposer une solution terrain, telle que le programme Le tour du monde de Karibou^{MD}.

« Plus les enfants commenceront tôt à pratiquer l'activité physique, plus ils ont de chance de maintenir cette bonne habitude de vie. Qui plus est, l'expérience positive de la pratique d'activités physiques comme celle de Karibou renforcera fort probablement ces mécanismes.

Le programme de Karibou innovateur suit étroitement les nouvelles directives canadiennes en matière d'activité physique pour la petite enfance (0-4 ans) »

Mariève Blanchet, kinésiologue M. Sc. membre accrédité, candidate au doctorat et massothérapeute, Université de Montréal, CHU Ste-Justine.