

Sport ou musique, faut-il choisir ?



La musique et le sport sont les deux activités extrascolaires les plus pratiquées par les élèves et les recherches montrent en général l'effet positif de ces activités sur le développement de l'enfant.

Des chercheurs ont étudié les intérêts de l'une et de l'autre activité, en comparant la réussite scolaire, les compétences cognitives et non cognitives et l'état de santé de 4 groupes d'adolescents de 17 ans : ceux qui ne font que du sport, ceux qui ne font que de la musique, ceux qui pratiquent les deux et ceux qui ne pratiquent aucune des deux activités.

On observe alors que faire de la musique plutôt que du sport est associé à de meilleures performances scolaires et une motivation plus forte, particulièrement pour les filles et les enfants d'origine sociale favorisée. Pratiquer un sport améliore en revanche la perception de sa santé. Mais c'est l'association des deux activités qui a clairement l'influence la plus positive sur les résultats scolaires.

d'après Sciences Humaines, novembre 2015