



**Sport au féminin**



Dans le cadre de la semaine  
de **PRÉVENTION** contre  
**LES VIOLENCES**  
FAITES AUX **FEMMES**

# Filles dans les ZUS

*Pourquoi ne pratiquent-elles pas d'APS  
à l'extérieur de l'école ?*

*Haïfa Tlili*

# Plan

- Cadre théorique & méthodologique
- Principaux résultats de la RA (2014)
- Recommandations
- Discussion & thématiques de travail

## Laboratoire TEC, Université Paris Descartes, EA3625

**2009-11** : Post-doctorat,  
Concordia University,  
Montreal

**2013-14** : Recherche Action  
Ufolep & Université Paris Descartes

**2014** : Publication du rapport (Tlili & Delorme)

**2017-20** : Programme pilote « Empowerment & Leadership  
des filles/ femmes des quartiers populaires  
par les Activités Physiques et Sportives »

**2018** : Chercheure invitée,  
Bourse du Centre d'Etudes Urbaines,  
Université Libre de Bruxelles

# Filles & APS dans les quartiers ZUS

**Rares enquêtes quantitatives parlent de :**

- « zones de relégation spatiale »
- « l'invisibilité » des filles dans les quartiers
- « la disparition des clubs sportifs »
- « politiques publiques sportives non adaptées »
- « raisons culturelles et religieuses »
- « cumule de handicaps » (éducation, chômage, faibles ressources) .

**Quelques chiffres disponibles**

**51%** des filles pratiquent du sport en France, seulement **32%** dans les zones d'éducation prioritaire (Gasparini et Vielle Marchiset, 2012)

**3,6%** des licenciés sportifs résident en ZUS en 2011 (ONZUS)

Les licenciés masculins **4,1%**  
les licenciées féminines **2,9%**

# Cadre théorique & méthodologique

- ❖ Représenter la **pluralité des individus**, sans préjugés
- ❖ Prendre en compte de **leurs subjectivités** (Weedon, 1987)
- ❖ **Donner la parole** aux femmes (Harding, 1987)
- ❖ Influence des **discours** sur la construction de l'individu (Foucault, 1962)
- ❖ **Remise en question de l'universalité des concepts et de leur complexité** (Mohanty, 2003, Spivak, 2006, Bhabha, 2007, Said, 2008)
- ❖ Faire des **recommandations efficaces inclusives** / non excluantes (avec, pour, par les filles)



# La Recherche Action

## Objectifs

- ❖ Donner la parole aux filles
- ❖ Que représente le « sport » pour elles?
- ❖ Quels sont les freins à la pratique physique ?
- ❖ Production de recommandations

6 ZUS de différents départements

140 filles  
14 et 19 ans

40 acteurs

Entretiens individuels + focus group'

## Méthodologie

- ❖ Terrains
- ❖ Durée
- ❖ Populations
- ❖ Méthodologie
- ❖ Etapes

Analyse des  
Représentations  
& discours



Recommandations  
pratiques

# Résultats

- Comment les filles définissent le sport ?
- Les freins à la pratique
- Les recommandations émergentes



# Représentations du sport pour les jeunes filles des quartiers populaires?

Définition filles	Résultats généraux	
	Sources	Réf.
Se défouler	15	39
Beauté du corps	11	33
Effort physique	11	23
Plaisir_ s'amuser	11	20
Compétition	5	18
Santé	10	18
Bien être psychologique	10	17
Activité collective	11	16
<b>Total</b>		<b>184</b>

**Pour les filles :**

**APS associées au plaisir, moins à la compétition.**

**Rejet de l'effort physique, APS outil pour maigrir/ être belle, faible expérience partagée**

Définition Acteurs	Résultats généraux	
	Sources	Réf.
Activité collective	15	21
Plaisir_ s'amuser	11	15
Compétition	8	14
Se défouler	10	12
s'affirmer	6	8
Beauté du corps	5	7
Effort physique	4	5
Santé	1	1
Bien être psychologique	1	1
<b>Total</b>		<b>84</b>

**Du coté des acteur.e.s :**

**Ils ont du mal à répondre, insistent sur**

**la dimension sociale et collective et moins sur les aspects psychologiques**

# Quels sont les freins à la pratique?

Freins filles	Résultats généraux	
	Sources	Réf.
Efforts contraignants	15	53
Famille _ Parents	15	52
Offre réduite	15	35
Mixité_ Genre	12	35
Autre chose plus importante	13	32
Financiers	10	19
Esprit compétition	10	19
Pas de motivation	8	14
EPS	8	13
Peu confiance	7	13
Quartiers	7	10
Total		315

Freins acteur.e.s	Résultats généraux	
	Sources	Réf.
Institutionnels	20	75
Famille _ Parents	22	63
Adolescence	13	32
Quartiers	18	32
Offre réduite	11	26
EPS	12	31
Esprit compétition	11	24
religieux	12	22
Financiers	10	17
Mixité_ Genre	11	16
Peu confiance	9	15
Efforts contraignants	8	14
Total		395

**Freins généraux : Offres réduites, non adaptées, esprit de compétition en cours d'EPS**

**Pour les filles :** Effort contraignant, regard des autres, dimension psychologique, obligations familiales, mauvaises expériences vécues, les APS = activités non rentables, perte de temps

**Pour les acteurs :** Surestiment les freins institutionnels, pédagogiques, problèmes liés à l'adolescence, religieux. Sous estiment les efforts vécues et les responsabilités familiales endossées par les filles.

# Décalage sur les représentations du sport, entre filles et acteur.e.s du sport (Tlili & Delorme, 2014)

## Filles

Dimension psychologique pose problème  
Peur d'être jugées par les autres  
Sport synonyme de fatigue +  
perte de temps (pour les devoirs)  
N'aiment pas la compétition  
Recherchent le plaisir  
Expériences sportives négatives passées  
Besoin d'informer + rassurer les parents  
Opportunités sportives non adaptées à  
leurs envies

## Acteur.e.s

Ne savent pas ce que les filles  
veulent réellement et leurs  
problèmes  
Insistent sur la pédagogie et  
l'organisation institutionnelle  
Nécessité de fournir des  
connaissances sur la santé  
Place importante de la dimension  
financière et religieuse

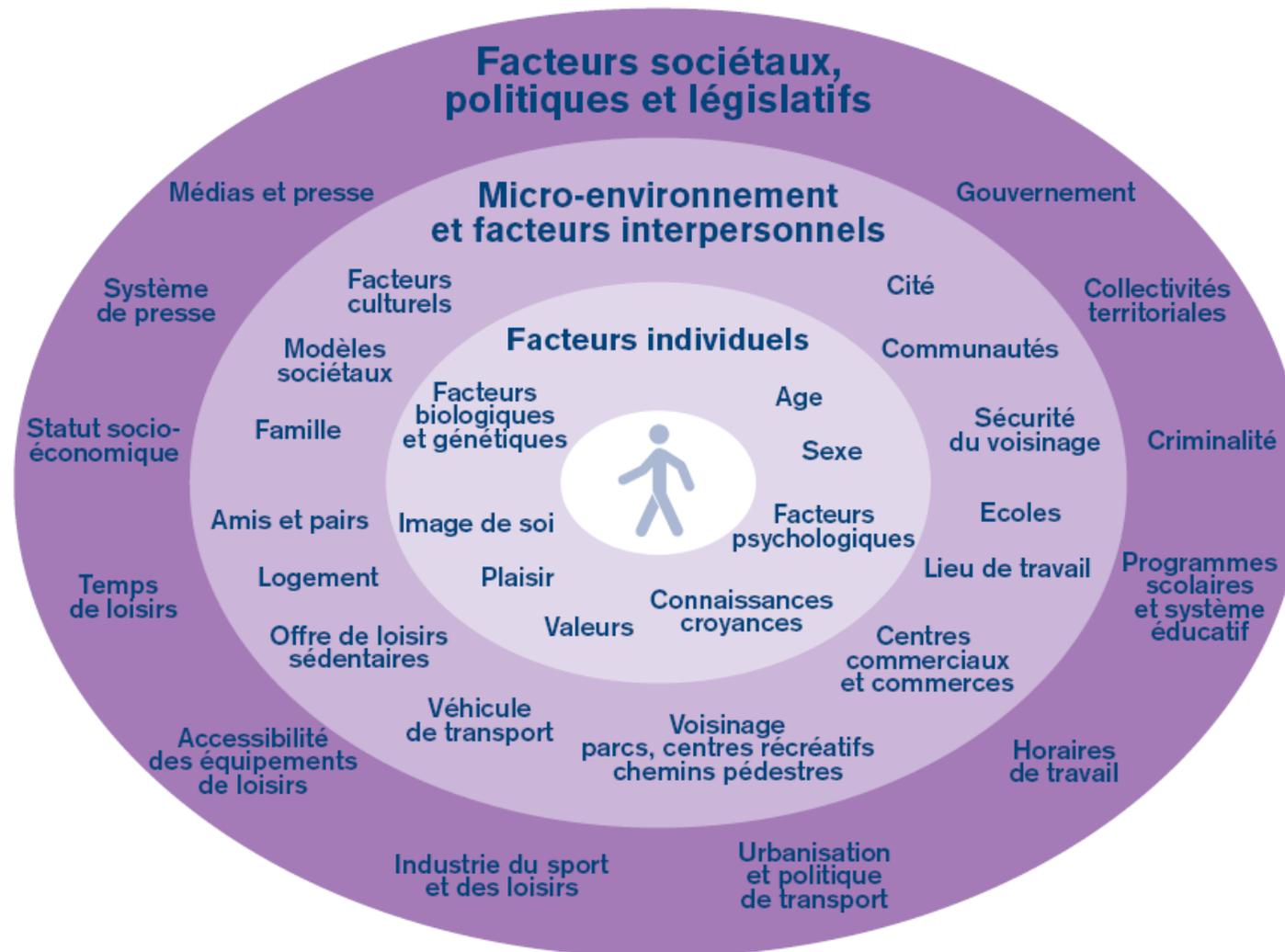


**Prennent  
les décisions**

# Recommandations emergentes



# Modèle écologique des facteurs influençant l'activité physique et les comportements sédentaires (Booth & Col., 2001)



## CAPITAL INTELLECTUEL

### AMÉLIORATION :

- Niveau d'instruction
- Participation scolaire
- Vitesse de traitement
- Exécution / inhibition / flexibilité mentale / mémoire
- Résultats scolaires
- Structure et fonctionnement du cerveau
- Concentration / attention / contrôle des impulsions
- Apprentissage
- Gestion du TDAH
- Gestion des déficits cognitifs liés à l'âge

## CAPITAL ÉMOTIONNEL

### AMÉLIORATION :

- Plaisir, amusement, satisfaction
- Bien-être
- Estime de soi
- Auto-efficacité
- Image corporelle
- Motivation intrinsèque pour l'activité physique
- Humeur

### PRÉVENTION / TRAITEMENT :

- Stress
- Dépression
- Anxiété

## CAPITAL PHYSIQUE

### AMÉLIORATION :

- Habiletés motrices générales
- Condition physique fonctionnelle / apparence physique
- Santé cardiorespiratoire
- Force musculaire
- Adiposité / composition corporelle
- Profil lipidique
- Santé osseuse / ostéoporose
- Santé des articulations
- Santé maternelle et infantile
- Rééducation et rétablissement
- Fonctionnement du système immunitaire
- Habitudes de sommeil
- Nutrition / alimentation

## CAPITAL INDIVIDUEL

### AMÉLIORATION :

- Connaissances et compétences liées à l'activité
- Compétences sociales / essentielles / non cognitives
- Fair play
- Gestion du temps
- Établissement d'objectifs
- Initiatives / leadership
- Honnêteté / intégrité / respect / responsabilité
- Enthousiasme / motivation intrinsèque
- Détermination / autodiscipline / self-control / persévérance
- Assurance et courage

### PRÉVENTION / TRAITEMENT DE :

- Syndrome métabolique / diabète de type 2
- Mortalité globale
- Maladies cardiovasculaires  
Maladies cardiaques coronariennes
- Hypertension
- AVC
- Cancers du côlon et du sein
- Cancer des poumons, de l'endomètre et des ovaires
- Mal de dos

### DIMINUTION

- Chutes
- Tabagismes
- Grossesses chez les adolescentes
- Rapports sexuels à risque
- Consommation de drogue
- Dépendance / Suicide

## CAPITAL SOCIAL

### AMÉLIORATION :

- Normes sociales
- Réseau social / relations positives
- Statut social / engagement social
- Inclusion et acceptation sociale
- Participation civique
- Égalité des sexes
- Équité pour les personnes handicapées

### DIMINUTION

- Criminalité, de la délinquance juvénile et de l'enrôlement dans les gangs
- Cohésion communautaire
- Paix / compréhension / rétablissement
- Aplatissement des divergences (socio-économiques, raciales, ethniques, vis-à-vis du handicap, religieuses, sexuelles)
- Sécurité et soutien

## ACTIVITÉ PHYSIQUE

Dans un contexte  
et un environnement  
accueillant

## CAPITAL FINANCIER

### AMÉLIORATION :

- Revenu
- Réussite professionnelle
- Productivité / rendement au travail
- Moral / engagement / turnover

### DIMINUTION :

- Frais de santé
- Absentéisme
- Présentéisme

**LE MODÈLE DU CAPITAL HUMAIN ET BÉNÉFICES DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE  
(BAILEY ET AL., 2013)**

PROPOSITIONS D'ACTION COURT TERME	PROPOSITIONS MOYEN - LONG TERME	DIVERGENCES entre filles et acteur.e.s
<p>1- Redonner du sens à l'effort physique et à l'APS.</p>	<p>5 - Développer une offre adaptée aux filles et assurer la sécurité de la pratique avec des éducateurs compétents (formation adaptée).</p>	<p>Aides financières</p>
<p>2- Renforcer la variété des APS, être plus sur le ludique, le social, et moins sur la compétition.</p>	<p>6- Encourager le développement du travail en réseaux</p>	<p>Mixité vs. entre filles. Les acteurs doivent pratiquer avec les filles</p>
<p>3- Développer la prise en compte de la dimension psychologique, du leadership et de la capacité d'agir. Créer des espaces de parole pour accompagner, aider à déconstruire les stéréotypes.</p>	<p>7- Mettre en place un système de mentorat/tutorat</p>	<p>Cadre, discipline vs. souplesse</p>
<p>4- Développer une forte communication de proximité avec les familles. Les sensibiliser le plus tôt possible aux APS avec leurs parents. Assurer la sécurité. Proposer de faire des APS à l'extérieur du quartier pour une meilleure mixité et ouverture sociale.</p>	<p>8- Faire en sorte que les filles aient un temps libre régulier pour elles et qu'il soit respecté par la famille. Pérenniser des postes d'éducatrices/teurs</p>	<p>Mixité des éducateurs Religion</p>



# Exemples de bonnes pratiques

Association Canadienne pour l'Avancement des femmes, du Sport et de l'AP (ACAFS)

Egale Action (Ca)

Women Sport Foundation (US)

Girls Action Foundation (Ca)

# Discussion

- Quels sont vos challenges ?
- Quelles sont les thématiques qui vous inspirent le plus / le moins ?
- Les actions réalisables sur le court terme / à plus long terme?