

Sport Suisse 2008

Rapport sur les enfants et les adolescents



Rapport sur les enfants et les adolescents

Markus Lamprecht, Adrian Fischer, Hanspeter Stamm

2008

Observatoire Sport et activité physique Suisse
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG

Office fédéral du sport OFSPO
Jeunesse+Sport

Table des matières

	L'essentiel en bref _____	6
1	Introduction _____	9
2	Activité sportive _____	10
3	Différences selon l'âge et le sexe _____	12
4	Motivations _____	14
5	Disciplines sportives _____	16
6	Désirs _____	21
7	Inactifs _____	23
8	Différences régionales _____	26
9	Différences sociales _____	29
10	Lieux et structures adaptés à la pratique du sport _____	31
11	Sport associatif _____	34
12	Expérience du sport associatif _____	40
13	Bénévolat dans les clubs de sport _____	47
14	Aptitudes sportives _____	49
15	Pratique sportive _____	50
16	Méthode de recherche et sondage _____	53

L’essentiel en bref



Le présent rapport étudie la pratique sportive des enfants et des adolescents en Suisse. Il se base sur une enquête réalisée auprès d’un échantillon représentatif de 1530 enfants de 10 à 14 ans et de 1534 adolescents de 15 à 19 ans. En voici les principaux résultats:

- En plus des leçons d’éducation physique obligatoires, près d’un enfant âgé de 10 à 14 ans sur deux (47%) fait plus de trois heures de sport par semaine. Trente-neuf autres pour cent arrivent pratiquement jusqu’à trois heures de sport par semaine, tandis que les 14% restants ne font quasiment pas de sport en dehors du sport scolaire obligatoire. Si l’on prend en compte les activités sportives sporadiques et non organisées, la proportion d’enfants pratiquant plus de 3 heures d’activité physique par semaine s’élève à 72%. Plus de la moitié d’entre eux (40% des 10–14 ans) totalisent même plus de 7 heures d’activité physique par semaine, soit en moyenne une heure par jour, tandis que la proportion d’inactifs ne baisse quasiment pas et représente toujours 13%, même quand on considère les activités sportives au sens large.

- L’activité sportive des adolescents âgés de 15 à 19 ans est un peu plus faible que celle des 10–14 ans. Néanmoins, deux adolescents sur trois (67%) font au moins 3 heures de sport par semaine pendant leur temps libre. Près d’un sur deux (32% des 15–19 ans) arrive même en moyenne à une heure d’activité physique par jour. Par contre, déjà près d’un adolescent sur cinq (18%) se qualifie de physiquement totalement inactif si l’on ne prend pas en compte les activités entrant dans le cadre du sport scolaire obligatoire.
- L’activité sportive augmente tout d’abord de manière continue pendant l’enfance et recule ensuite par vagues à l’adolescence. Elle atteint son apogée à l’âge de 12 ans, puis recule nettement respectivement à l’âge de 13 ans et de 17 ans, ce qui pourrait s’expliquer par les changements de cycles scolaires qui ont lieu à ces âges.
- Les garçons font plus de sport que les filles, ce qui vaut aussi bien pour le sport au sens strict que pour les activités sportives au sens large. Les différences sexospécifiques augmentent encore avec l’âge. A 19 ans, 77% des

jeunes hommes comptabilisent encore plus de trois heures d’activité sportive par semaine, contre seulement 52% des jeunes filles.

- Parmi les motivations qui poussent à faire du sport, le plaisir est clairement cité en premier, aussi bien par les enfants que par les adolescents. La notion de plaisir est d’ailleurs très large et nullement contradictoire avec l’entraînement, l’amélioration des performances et la compétition. S’il est vrai qu’en grandissant, les adolescents accordent moins d’importance à ces deux derniers critères, beaucoup d’entre eux gardent à cœur de poursuivre leurs objectifs de performance personnels dans le sport (79% des sportifs) et de se mesurer aux autres (41%). Aussi bien les enfants que les adolescents placent la promotion de la santé, la forme physique personnelle et la camaraderie encore plus haut que la compétition sportive.
- Les enfants et les adolescents pratiquent les disciplines sportives les plus diverses. Les 10–14 ans déclarent pratiquer activement 4,3 activités sportives en moyenne et ce chiffre reste de 3,3 chez les 15–19 ans. Le cyclisme, la natation et le football sont les trois sports favorisés aussi bien des enfants que des adolescents. Le football est de loin le sport numéro un pour les garçons et les jeunes hommes, mais il séduit aussi de plus en plus de filles.
- Le football arrive aussi clairement en première position quand on interroge les 10–14 ans sur leurs vœux en matière de sport. 10% des garçons et 7% des filles souhaitent commencer le football ou en faire plus. On trouve aussi en tête de liste l’équitation chez les filles et le uni-hockey ainsi que les sports de combat chez les garçons. Les sports de combat ont aussi la cote auprès des adolescents, qui souhaitent par ailleurs essayer ou pratiquer plus intensément la danse, le fitness, le volley et le tennis.
- Pour les enfants physiquement inactifs aussi, le football est le vœu numéro un. Les adolescents physiquement inactifs se verraient davantage reprendre une activité dans le fitness, la danse et le volley. En effet, tout de même deux enfants physiquement inactifs sur trois et un adolescent physiquement inactif sur deux seraient en fait contents de reprendre le sport. Pour ce faire, il faudrait qu’ils aient davantage de temps et également qu’ils trouvent une offre appropriée et un copain ou une copine qui «les pousse». Il existe cependant aussi des enfants et des adolescents à qui le sport ne procure tout simplement pas de plaisir ou qui ont d’autres centres d’intérêts et loisirs.
- Un examen plus approfondi des préférences et du degré d’activité des sportifs met en évidence des différences régionales et sociales. En Suisse alémanique, les enfants

et les adolescents font plus de sport qu’en Suisse romande et au Tessin. Dans la partie latine, on observe en outre des différences particulièrement marquées selon le sexe. Ainsi les filles romandes et les jeunes filles tessinoises ont-elles une activité physique nettement plus réduite. Contrairement aux différences marquées qui s’observent selon la région linguistique, aucune différence significative n’apparaît entre la ville et la campagne en termes d’investissement dans le sport.

- Les enfants et les adolescents physiquement inactifs sont surreprésentés dans les milieux ayant un accès limité à la culture et à l’éducation. En règle générale, plus les parents ont un niveau de formation élevé, plus leurs enfants font du sport. La nationalité est aussi un critère très important, chez les filles en particulier. Parmi les inactifs, on trouve notamment beaucoup de filles et de jeunes filles issues de l’immigration. Dans la classe d’âge des 10–14 ans, déjà 35% des filles de nationalité étrangère sont non sportives.
- Pour les activités sportives quotidiennes des enfants, les espaces adaptés à l’activité physique chez eux et alentour, les installations sportives officielles ainsi que l’enceinte des écoles et les cours de récréation ont la plus haute importance. Plus d’un enfant sur deux a une activité sportive dans ces lieux plusieurs fois par semaine. Les piscines couvertes et en plein air ainsi que les places de jeu et les parcs sont également utilisés par un vaste public. En grandissant, les adolescents font du sport de plus en plus en dehors de chez eux et de l’école. Pour leurs activités sportives, les salles de gymnastique et de sport ainsi que les piscines, les chemins de fer de montagne, les pistes cyclables et les terrains de football sont tout à fait primordiaux.
- 62% des enfants et 47% des adolescents sont membres d’un club de sport. Les filles et les jeunes filles de toutes les classes d’âge sont moins représentées dans les clubs de sport que leurs homologues du sexe opposé. La présence de jeunes filles de nationalité étrangère dans les clubs est particulièrement rare. Seules 26% des filles issues de l’immigration et 15% des adolescentes de nationalité étrangères sont membres d’un club. Les différences entre les régions linguistiques sont moins marquées pour ce qui est de la représentation dans les clubs que de la pure pratique d’une activité sportive. Au Tessin, le pourcentage d’adhésions à un club est supérieur à la moyenne chez les enfants et inférieur à la moyenne chez les adolescents. Aucune différence notoire entre la ville et la campagne ne peut en outre être constatée.

1. Introduction

- On s’inscrit dans un club de sport pour la discipline sportive et l’entraînement qu’il propose, parce que des camarades et des amis en sont déjà membres et que l’on aime l’esprit de camaraderie qui y règne. Une motivation supplémentaire peut être de participer à des compétitions. Le sport associatif le plus populaire est le football. Cela est particulièrement vrai chez les garçons de 10 à 14 ans, dont près d’un sur trois est membre d’un club de football. Les disciplines sportives les plus souvent pratiquées en club par les filles sont la gymnastique, la danse, l’athlétisme et le volley. Le volley est de plus en plus pratiqué avec l’âge.
- Les départs et les changements de clubs sont très fréquents chez les enfants et les adolescents. Dans la classe d’âge des 10–14 ans, près d’un enfant sur deux (44%) a déjà quitté au moins un club de sport. Les adolescents ne sont pas moins de 63% à avoir quitté au moins un club. Les clubs les plus fréquentés – clubs de football pour les garçons, clubs de gymnastique pour les filles – sont aussi les plus touchés par les fluctuations. Les raisons motivant ces départs sont très similaires chez les enfants et chez les adolescents: perte d’intérêt pour la discipline sportive, manque de temps et réorientation vers d’autres sports. Les conflits sont cependant une cause de départ fréquemment invoquée: conflits avec d’autres enfants (surtout chez les enfants) ou conflits avec l’entraîneur (surtout chez les adolescents).
- En règle générale, on quitte un club donné mais on n’abandonne pas le sport associatif. Cela signifie que chez les enfants, les adhésions et les départs s’équilibrent à peu près. C’est seulement chez les adolescents – surtout chez les jeunes filles – que les clubs affichent un recul plus marqué des adhésions. Parallèlement, près d’un enfant et d’un adolescent sur deux qui ne sont pas membres d’un club peuvent s’imaginer se réinscrire à l’avenir. Cela vaut même pour ceux qui n’ont aucune activité physique actuellement. Eux non plus n’excluent nullement d’adhérer à un club à l’avenir, à condition d’avoir plus de temps, de trouver une offre qui leur convienne, ou des camarades qui les poussent à sauter le pas.
- 8% des adolescents de 15 à 19 ans et 17% des membres actifs de cette classe d’âge travaillent bénévolement dans un club de sport. Les jeunes filles en particulier gardent souvent des liens avec les clubs de sport à travers le bénévolat. Un bon tiers des adolescents membres d’un club (36%) peuvent s’imaginer faire du bénévolat dans un club à l’avenir. La grande majorité d’entre eux n’ont toutefois encore jamais été sollicités à cet effet.
- Pour ce qui est des aptitudes sportives des enfants, la plupart des 10–14 ans ont un bon niveau en cyclisme et en natation. Environ deux enfants sur trois savent «bien» skier mais les enfants issus de l’immigration se distinguent nettement à cet égard de la moyenne des enfants suisses et près d’un enfant sur deux se considère comme bon en inline-skating et en patin à glace. Le snowboard et le skateboard sont cependant réservés à une minorité de 10–14 ans.
- Quand on observe les habitudes en matière d’activité physique et de sport les jours d’école normaux et le week-end, il apparaît que les jours de semaine, environ un enfant sur deux pratique au moins deux heures d’activité physique, mais que cela ne vaut que pour 40% des 10–14 ans le week-end. Par ailleurs, près d’un cinquième des enfants (18%) sont totalement inactifs physiquement le samedi et le dimanche, ce qui n’arrive en revanche quasiment jamais les jours d’école normaux. Pendant la semaine, l’activité physique consiste essentiellement en sport scolaire, sport extrascolaire ainsi que des activités dans les cours de récréation et sur le chemin de l’école.

«Sport Suisse 2008» est l’enquête la plus vaste et la plus complète jamais réalisée à ce jour sur les habitudes et les besoins de la population suisse en matière de sport. Au cours des 18 derniers mois, l’Observatoire Sport et activité physique Suisse a interrogé plus de 10 000 personnes et évalué une immense quantité de données.

Outre l’Office fédéral du sport (OFSP) qui pilote l’Observatoire en question, Swiss Olympic, le Bureau de prévention des accidents bpa, la Caisse nationale suisse d’assurance en cas d’accidents (Suva) et l’Office fédéral de la statistique (OFS) ont également coordonné et financé l’enquête «Sport Suisse 2008». Aux niveaux cantonal et local, plusieurs cantons (BE, BL, GR, SG, TI, ZH) ainsi que les villes de Winterthour et de Zurich y ont aussi participé.

Pour les besoins de «Sport Suisse 2008», des adultes, des adolescents âgés de 15 à 19 ans ainsi que, pour la première fois, des enfants âgés de 10 à 14 ans ont été interrogés en détail au sujet de leur investissement dans le sport. Les interviews des adolescents et des enfants ont pu être réalisées grâce au concours spécial de Jeunesse+Sport au sein de l’OFSP. Le présent rapport contient les principaux résultats de cette enquête sur les habitudes des enfants et des adolescents en matière de sport et d’activité physique.

Il contient des réponses détaillées aux questions suivantes: Combien de temps les enfants et les adolescents consacrent-ils au sport en Suisse? Qui fait quel sport, dans quelles conditions, à quel endroit, et quelles sont ses motivations? Quelles sont les disciplines les plus populaires et les premiers vœux en matière de sport? Quelles raisons empêchent de faire du sport et dans quelles conditions pourrait-on commencer à en faire? Quelles différences régionales et sociales y a-t-il? Où et dans quel cadre organisationnel fait-on du sport? Quelle est l’importance du sport associatif? Quelle expérience des clubs ont les enfants et les adolescents? Qu’en est-il de leurs aptitudes sportives et quelle activité physique ont-ils les jours d’école ordinaires et le week-end?

Les résultats présentés dans ces pages sont tirés d’une enquête téléphonique réalisée auprès de 1 530 enfants âgés de 10 à 14 ans ainsi que de 1 534 adolescents âgés de 15 à 19 ans. Les enfants et les adolescents interrogés ont été sélectionnés selon une procédure aléatoire dans toute la Suisse de manière à donner une image représentative des 10–19 ans résidant en Suisse (cf. chapitre 16).



Les adolescents ont été interrogés dans le cadre de l’enquête principale de «Sport Suisse 2008». Le questionnaire des adultes a été repris et élargi de manière ciblée. Un questionnaire spécifique, ayant fait l’objet de plusieurs tests préalables, a été mis au point pour les enfants. Comme de ce fait, l’enquête menée auprès des enfants diverge sur plusieurs points de celle réalisée auprès des adolescents, des passages distincts leur sont parfois respectivement consacrés dans le présent rapport. Dans ces pages, on entend toujours par «enfants» les 10–14 ans, parmi lesquels on distingue les garçons des filles. On désigne les 15–19 ans par le terme d’«adolescents», en distinguant aussi les jeunes filles et les jeunes hommes.¹

¹ «Sport Suisse 2008» a été réalisé avec l’aide de plusieurs institutions et personnes auxquelles nous tenons à adresser ici nos plus chaleureux remerciements. Nous souhaitons en particulier remercier Martin Jeker, sans qui le rapport sur les enfants et les adolescents n’aurait jamais vu le jour, et Doris Wiegand, qui a joué un rôle décisif dans la conception des questionnaires pour les enfants.

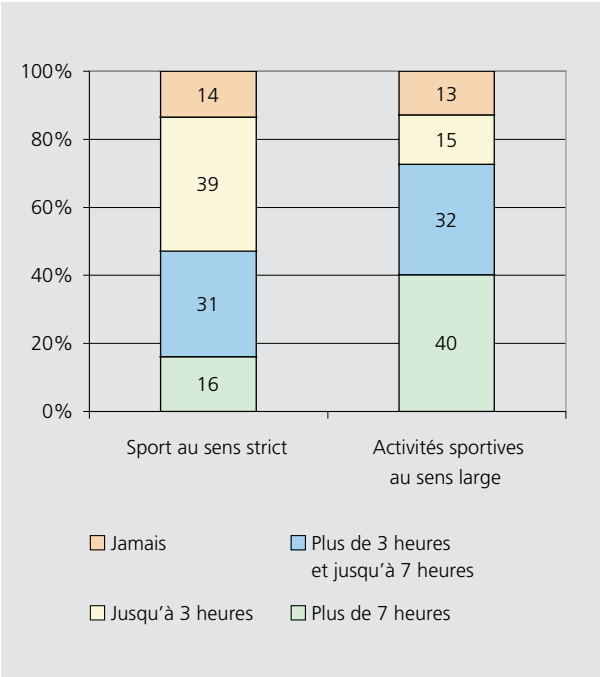
2. Activité sportive

Dans le cadre de cette enquête, une série de questions visaient à cerner l'activité sportive des **enfants de 10 à 14 ans**. On a d'abord cherché à savoir s'ils faisaient aussi du sport en dehors des leçons d'éducation physique ordinaires. On a ensuite soigneusement recensé toutes les disciplines sportives qu'ils pratiquaient en leur faisant préciser la fréquence et la durée de ces activités. Ces données ont permis de calculer l'activité globale hebdomadaire en heures en différenciant le sport au sens strict des activités sportives au sens large. Ces dernières couvrent en outre toutes les activités non organisées et sporadiques.²

Le graphique 2.1 donne un aperçu du degré d'activité des enfants. D'une part, 14% des 10–14 ans n'ont pas d'activité sportive. Ces enfants ne pratiquent pas d'autre sport que le sport scolaire obligatoire. Même lorsqu'on interroge les enfants sur leurs activités sportives au sens large, en comptant également les trajets occasionnels en vélo ou la natation, le pourcentage d'enfants sportivement inactifs ne diminue guère, puisqu'il reste de 13%. D'autre part, 16% des enfants font plus de 7 heures de sport par semaine (c.-à-d. au moins une heure par jour en moyenne). Si l'on prend en compte les activités sportives sporadiques et non organisées, ce pourcentage passe même à 40%. S'y ajoutent encore 31 ou 32% d'enfants physiquement actifs plus de trois heures par semaine. Autrement dit, près d'un enfant sur deux (47%) fait plus de trois heures de sport par semaine, près de trois enfants sur quatre (72%) ont au moins trois heures d'activités sportives par semaine, parmi lesquelles figurent aussi les formes de sport sporadiques et non organisées.

² Les interviews qualitatives en tête à tête dans le cadre du pré-test ont déjà montré que les enfants ont une conception plus restrictive du sport que les adultes. Ils ne font généralement pas rentrer les activités sportives sporadiques et non organisées dans le sport. C'est la raison pour laquelle l'activité sportive a été analysée à plusieurs niveaux, les questions des enquêteurs ayant tout d'abord porté sur le sport au sens strict («Quels sports fais-tu?») et dans un second temps sur les autres activités sportives («Est-ce que tu pratiques parfois aussi d'autres activités sportives comme la natation, le ski, le football avec des amis, le sport scolaire facultatif, le vélo ou la randonnée pédestre?»). Dans les pages qui suivent, nous parlons dans le premier cas de sport (au sens strict), dans le deuxième cas d'activités sportives, lesquelles recouvrent aussi le sport au sens strict. On a aussi interrogé les non-sportifs déclarés sur leurs activités sportives. Le chapitre 7 leur est consacré.

G 2.1: Activité sportive des enfants de 10 à 14 ans en dehors des leçons d'éducation physique obligatoires, en nombre d'heures par semaine (en %)



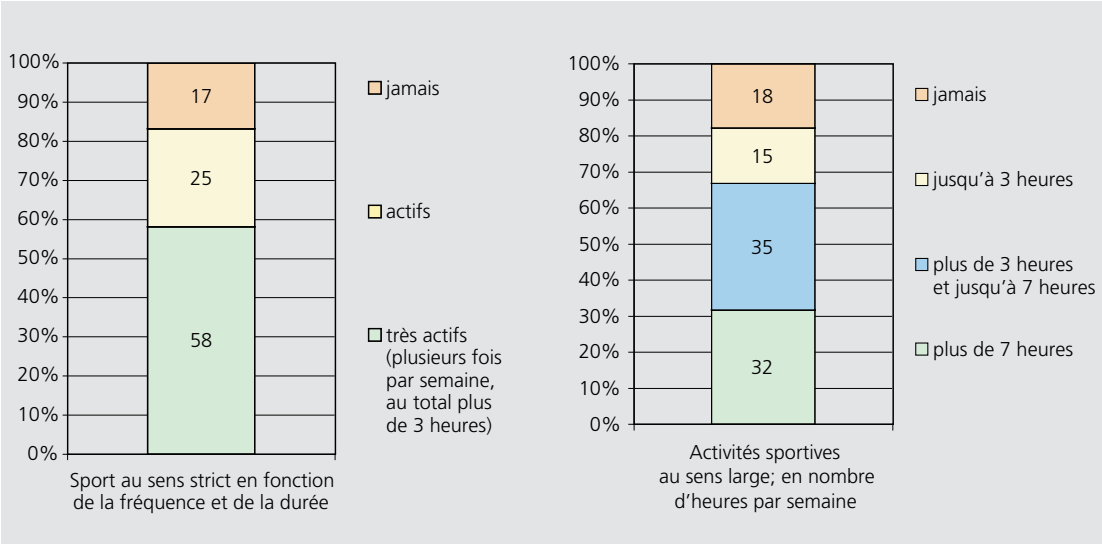
N.B. Les activités sportives au sens large recouvrent aussi le sport au sens strict mais pas les leçons d'éducation physique obligatoires.

L'activité sportive des **adolescents âgés de 15 à 19 ans** a été étudiée tout comme celle des adultes dans le cadre de l'enquête «Sport Suisse 2008». On a calculé dans un premier temps leur activité globale par semaine (fréquence et durée) et recensé, dans un deuxième temps, l'ensemble des disciplines sportives pratiquées, y compris les activités sportives sporadiques et non organisées. Sur la base de ces indications, un indicateur général de l'activité sportive a été calculé, comme pour les enfants, en nombre d'heures par semaine. Le graphique 2.2 présente les données relatives à l'activité globale et celles calculées à partir des différentes activités sportives.

Les données relatives à la fréquence et à la durée de l'activité globale sont comparables à celles de «Sport Suisse 2008» et révèlent des adolescents plus sportifs que la moyenne. 58% des 15–19 ans sont actifs plusieurs fois par semaine pendant un total de 3 heures ou plus, ce qui n'est le cas que de 40% de la population générale. Par ailleurs, 17% des adolescents sont des non-sportifs déclarés, contre 27% dans la population générale.

Si l'on considère l'activité sportive calculée à partir des données relatives aux différentes disciplines sportives, on constate même que 2 adolescents sur 3 (67%) ont plus de trois heures d'activité physique par semaine, tandis que 18% ne font pas de sport. Un adolescent sur trois (32%) fait même plus de 7 heures de sport par semaine. Comme ces données ont été calculées selon la même procédure que pour les enfants, seul cet indicateur sera encore utilisé par la suite.

G 2.2: Activité sportive des adolescents de 15 à 19 ans (en %)³



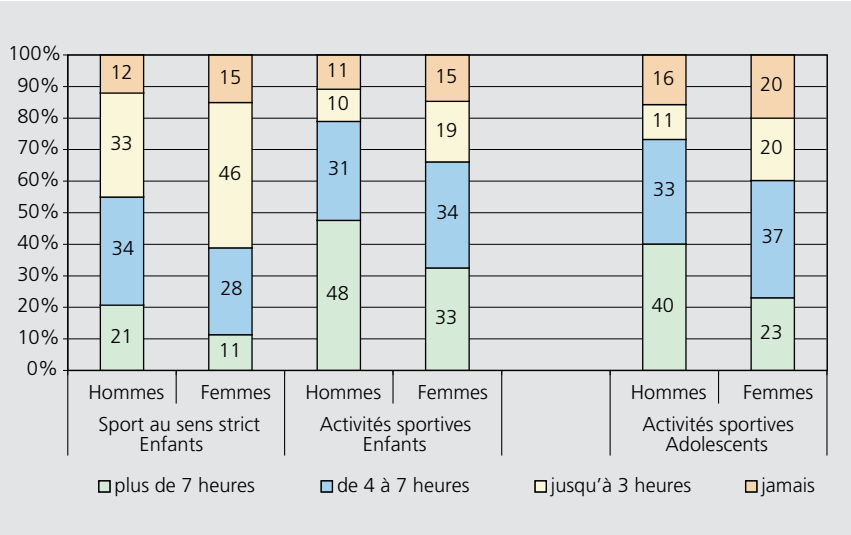
N.B. Les activités sportives au sens large recouvrent aussi le sport au sens strict mais pas les leçons d'éducation physique obligatoires.

³ Le «sport au sens strict» se calcule – non pas comme chez les enfants – à partir d'évaluations de la fréquence et de la durée de la pratique sportive (comme dans «Sport Suisse 2008»). Chez les enfants, on a renoncé à évaluer l'activité globale car les tests préliminaires ont montré que l'opération était très difficile. Les «activités sportives au sens large» se calculent à partir des données relatives aux différentes disciplines sportives (exactement comme chez les enfants). Alors que chez les adolescents, le sport scolaire n'est pas explicitement exclu du «sport au sens strict», le sport scolaire obligatoire n'est pas pris en compte dans les «activités sportives au sens large». La comparaison entre les enfants et les adolescents se limite ci-après aux «activités sportives au sens large». Le «sport au sens strict» n'est pas comparable pour des raisons de méthodologiques.

3. Différences selon l'âge et le sexe

Les données moyennes relatives à l'activité sportive des enfants et des adolescents cachent de grandes différences entre les groupes. Déjà entre les **sexes** (les différences sociales et régionales sont examinées plus loin), on constate des écarts marquants (cf. graphique 3.1). Les garçons font plus de sport que les filles. Entre 10 et 14 ans, 55% des garçons mais seulement 39% des filles font plus de 3 heures de sport par semaine. Les différences sexospécifiques s'observent aussi bien dans le sport au sens strict que dans les activités sportives et se maintiennent à l'adolescence.

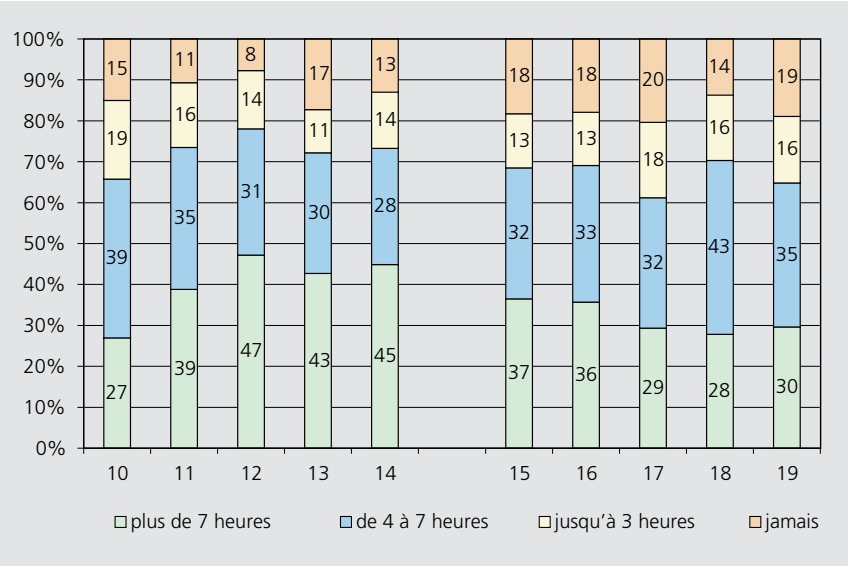
G 3.1: Activité sportive des enfants et des adolescents selon le sexe, en nombre d'heures par semaine (en %)



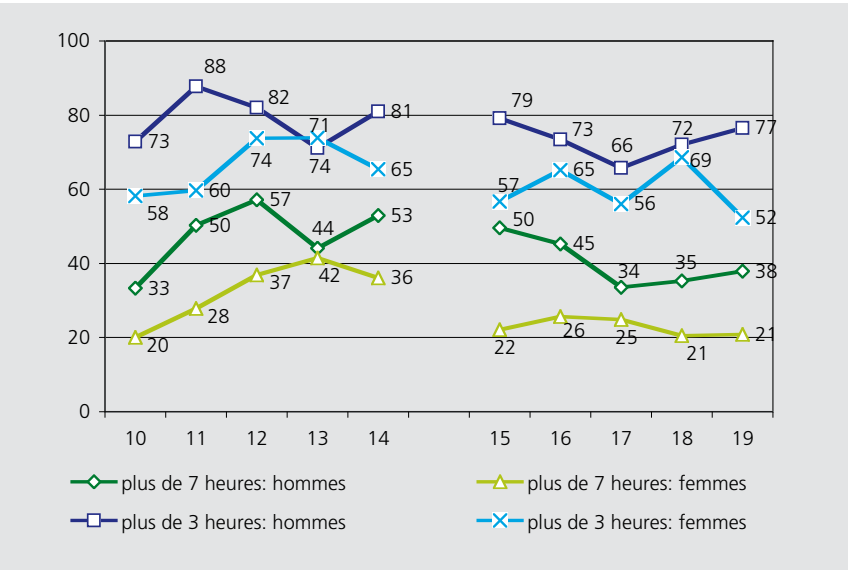
Outre le sexe, l'âge influence aussi l'investissement sportif. Il ressort clairement du graphique 3.2 que l'activité sportive augmente nettement jusqu'à l'âge de 12 ans et diminue ensuite par vagues. On constate des reculs plus marqués de l'activité sportive à 13 ans et à 17 ans. Ceux-ci pourraient être imputables aux changements de cycles scolaires (de l'école primaire à l'école secondaire ou de l'école secondaire à la formation professionnelle ou au tertiaire) qui se font à ces âges. L'activité sportive atteint effectivement un plancher à l'âge de 17 ans et elle recommence à augmenter légèrement par la suite.

L'investissement dans le sport n'augmente et ne diminue pas dans les mêmes proportions chez les garçons et les filles aux différentes phases de la vie (cf. graphique 3.3). La baisse d'activité sportive observée à l'âge de 13 ans chez les garçons ne s'applique pas aux filles, qui sont même particulièrement actives à cet âge. On n'observe le même degré d'activité physique chez les filles et les garçons qu'à cet âge-là. A plus de 14 ans, seule une faible proportion de jeunes filles ont plus de 7 heures d'activité par semaine. A 15 ans et à 19 ans, la différence entre les sexes est particulièrement marquée. Entre les deux, un rapprochement s'observe à nouveau, qui s'explique essentiellement par la baisse d'activité physique temporaire des jeunes hommes à la fin de l'école obligatoire.

G 3.2: Activité sportive des enfants et des adolescents selon l'âge, en nombre d'heures par semaine (en %)



G 3.3: Activité sportive selon le sexe et l'âge (pourcentage d'enfants et d'adolescents qui ont au moins 3 à 7 heures d'activité sportive par semaine)

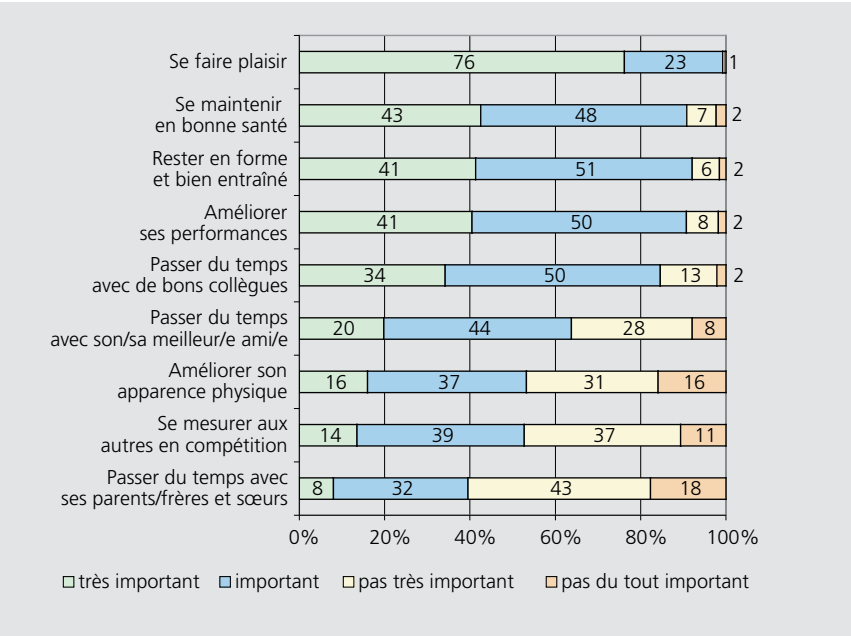


4. Motivations

Chez les **enfants** la motivation pour le sport qui arrive clairement en première position est la recherche du plaisir. Pour trois quarts des 10–14 ans, la recherche du plaisir dans le sport est qualifiée de très importante, pour le dernier quart, à tout le moins importante (cf. graphique 4.1). Mais l'importance accordée au plaisir pourrait aussi tenir au fait qu'il s'agit d'une motivation non spécifique, qui recouvre toutes les autres. La notion d'amélioration des performances, par exemple, n'est nullement en contradiction avec celle de «plaisir». L'entraînement et la compétition peuvent, voire doivent, procurer tout autant de plaisir que la compagnie des camarades.

Outre le plaisir, les enfants accordent aussi une très grande importance au fait que le sport est bon pour la santé, qu'il leur permet de rester en forme et que l'entraînement leur permet d'améliorer leurs performances. Ces trois motivations arrivent quasiment à égalité en deuxième position. Puis suivent des motivations sociales telles que: «Le sport me permet de passer du temps avec de bons copains, ou mon/ma meilleur(e) ami(e), ou encore (un peu moins important) mes parents ou mes frères et sœurs.» On constate même qu'un enfant sportif sur deux considère comme important le fait que l'entraînement améliore leur silhouette (par exemple prise de muscles ou perte de poids) et qu'il permette de se mesurer aux autres dans les compétitions.

G 4.1: Importance des différentes motivations chez les enfants (en % de tous les sportifs)



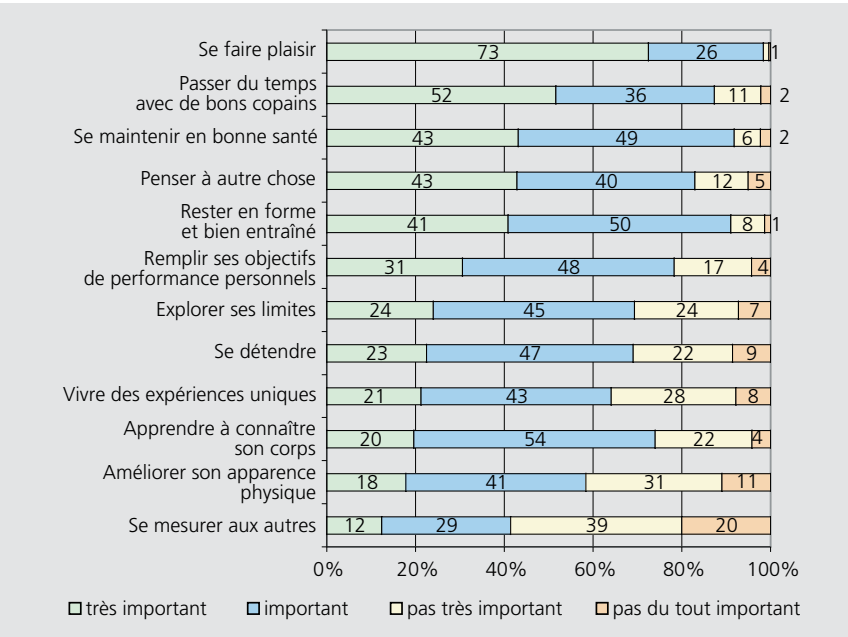
Les filles ont les mêmes motivations que les garçons. Seule la compagnie des copains, la comparaison des performances en compétition et l'«amélioration de l'apparence physique» sont des critères auxquels les garçons accordent légèrement plus d'importance que les filles. L'apparence physique est le critère qui fait apparaître les plus grandes différences. 59% des garçons et 49% des filles considèrent comme important l'impact de l'entraînement – gain de muscles ou perte de poids – sur leur appa-



rence. L'«amélioration de l'apparence» est aussi l'unique motivation pour laquelle on constate une différence selon la nationalité. Pour les enfants étrangers (ce critère est important pour 71% des garçons et 61% des filles) cette motivation est nettement plus forte que pour les enfants suisses (garçons: 58%, filles: 48%).

Les motivations ne changent pas fondamentalement à l'adolescence. Chez les **adolescents** «se faire plaisir» est clairement la motivation numéro un (cf. graphique 4.2). Le fait de passer du temps avec de bons copains devient une motivation encore un peu plus importante pour les adolescents, qui la placent devant la santé et la forme physique, sans accorder pour autant moins d'importance à ces deux derniers critères. Les deux motivations liées à la performance reculent légèrement, sachant que 79% cherchent encore à améliorer leurs performances et 41% à se mesurer aux autres. «Améliorer son apparence physique» est également un critère un peu plus important. Il constitue une motivation clé pour 59% des sportifs.

G 4.2: Importance des différentes motivations chez les adolescents (en % de tous les sportifs)



Chez les adolescents également, les différences de motivation entre les sexes sont infimes. Pour les jeunes hommes, les motivations suivantes sont un peu plus fortes que chez les jeunes filles: la compagnie de leurs copains, la poursuite d'objectifs de performance personnels, la forme physique et l'entraînement, le fait de vivre des expériences exceptionnelles, l'exploration des limites et la compétition. La différence est la plus marquée sur le dernier critère: 52% des jeunes hommes contre seulement 30% des jeunes filles attachent de l'importance au fait de pouvoir se mesurer aux autres. Inversement, il n'existe aucune motivation plus importante aux yeux des jeunes filles que des jeunes hommes. Le plaisir, la santé, la connaissance de son corps, le fait de penser à autre chose et la détente ou l'amélioration de l'apparence physique sont tout aussi importants pour l'un et l'autre sexe.

5. Disciplines sportives



Indépendamment du sport scolaire obligatoire, les enfants et les adolescents pratiquent une foule de sports. La palette des disciplines qu’ils citent va de l’agility au volley-ball en passant par le badminton, le kung-fu et le yoga.

Les **enfants** de 10 à 14 ans citent en moyenne 2,2 disciplines sportives quand on leur demande quel sport au sens strict ils pratiquent et en moyenne 4,3 activités sportives. Plus d’un enfant sur deux fait du cyclisme ou de la natation (cf. tableau 5.1). Le football est le sport d’équipe et jeu favori d’un enfant sur deux et il est cité par un enfant sur trois (32%) comme sport au sens strict.

Parmi les sports d’hiver, le ski arrive en tête. Quatre enfants sur dix font du ski tandis qu’un enfant sur dix (11%) dévale les pistes en snowboard. En 5^e position sur la liste des disciplines sportives les plus courues arrive la randonnée, souvent pratiquée en famille. Contrairement aux adultes, les enfants font quasi exclusivement de la randonnée pédestre et de la randonnée en montagne. Le walking ou le nordic walking ne sont quasiment jamais mentionnés par les enfants. Après le football, la gymnastique est le deuxième sport le plus fréquemment cité, et il se pratique principalement en club (cf. à ce sujet le chapitre 11).

Les différentes disciplines sportives ne sont pas toutes pratiquées avec la même fréquence. Le cyclisme est le sport le plus répandu chez les enfants. Un enfant qui fait du vélo est en moyenne 100 jours par an en selle. Les deux sports d’équipe que sont le football et le hockey sur glace sont pratiqués 90 jours par an, c.-à-d. environ deux fois par semaine en moyenne. A l’autre bout du spectre, on trouve le ski, le snowboard, le patin à glace et le ski de fond, autant de sports d’hiver que les enfants pratiquent entre 10 et 14 jours par an en moyenne.

Filles et garçons se distinguent considérablement dans le choix de leurs disciplines sportives. Tandis que le hockey sur glace, la planche à roulettes et le unihockey sont pratiqués par plus de 80% des garçons, on trouve entre 90% et 95% de filles en équitation et en danse. Le tableau 5.2 montre les dix activités sportives les plus fréquemment pratiquées par les garçons et les filles. Tandis que, chez les garçons, le football arrive clairement en première position, la natation arrive en tête chez les filles, suivie de près par le cyclisme. On remarque que le football est très en vue chez les filles également et qu’il précède la gymnastique en quatrième position.

T 5.1: Activités sportives des enfants de 10 à 14 ans

	Activités sportives des enfants sportifs				Pourcentage total des activités citées (y compris les activités sporadiques des non-sportifs)
	Sport au sens strict (citations en % de tous les enfants)	Activités sportives (citations en % de tous les enfants)	Fréquence de pratique (nombre moyen de jours par an)	Pourcentage de filles	
Cyclisme, VTT	22,9	58,0	100	47	63,9
Natation	19,2	53,2	40	52	57,8
Football, street soccer	32,2	50,5	90	30	54,8
Ski alpin, carving	9,2	38,3	12	49	41,0
Randonnée pédestre, walking, randonnée en montagne	3,7	17,6	14	53	18,8
Gymnastique	17,3	17,3	45	69	17,5
Jogging, course à pied, cross	8,0	12,7	45	55	13,1
Unihockey, hockey sur gazon, rink hockey	8,5	11,9	45	19	12,1
Snowboard	3,1	11,2	14	40	11,9
Inline-skating, patin à roulettes	3,8	8,9	45	66	9,8
Danse, jazzdance	7,8	8,4	45	90	8,4
Equitation, sports équestres	6,8	7,7	45	94	7,8
Tennis	5,9	7,3	45	32	7,6
Sports de combat/autodéfense	6,7	7,3	45	39	7,3
Basketball, streetball	3,7	6,7	46	25	6,9
Volley-ball, beach volley	4,8	6,3	45	73	6,6
Athlétisme	5,4	5,8	45	53	5,8
Badminton	2,7	4,8	45	55	5,0
Patin à glace	2,1	4,8	12	49	5,2
Ski de fond	0,9	3,9	10	47	4,3
Handball	3,0	3,7	50	33	3,8
Tennis de table	1,4	3,5	49	20	3,6
Planche à roulettes, skateboard	1,7	3,4	50	15	3,5
Escalade, alpinisme	1,8	2,9	25	45	2,9
Hockey sur glace	1,4	1,9	90	7	2,0
Fitness, aérobic	1,1	1,6	45	80	1,6
Tir	0,8	1,1	45	24	1,1
Plongée	0,3	0,4	—*	—	0,4
Golf	0,3	0,4	—	—	0,4
Parcours Vita	0,1	0,3	—	—	0,3
Quilles, bowling	0,1	0,3	—	—	0,4
Randonnée à ski, en snowboard, en raquettes	0,3	0,3	—	—	0,3
Tai chi, qi gong, yoga	0,3	0,3	—	—	0,3
Canoë, rafting	0,1	0,2	—	—	0,2
Voile	0,2	0,2	—	—	0,2
Planche à voile	0,1	0,2	—	—	0,2
Aviron	0,2	0,2	—	—	0,2
Musculation, bodybuilding	0,0	0,1	—	—	0,1
Squash	0,0	0,0	—	—	0,0
Autres jeux et sports collectifs	1,9	2,5	54	42	2,6
Autres sports d’aventure	1,0	2,0	10	55	2,2
Autres sports d’endurance	0,8	0,8	45	50	0,8
Autres disciplines sportives	1,0	1,6	15	40	1,6

N.B. Pour la fréquence moyenne de pratique, la médiane est indiquée.
*La fréquence moyenne et le pourcentage de filles ne sont calculés que pour les disciplines sportives citées par au moins 10 enfants.

T 5.2: Les dix activités sportives les plus fréquemment pratiquées chez les garçons et les filles de 10 à 14 ans (en % de tous les garçons et toutes les filles)

Garçons		Filles	
Football, streetsoccer	69,0	Natation	57,1
Cyclisme, VTT	59,9	Cyclisme, VTT	56,0
Natation	49,5	Ski alpin, carving	38,2
Ski alpin, carving	38,4	Football, streetsoccer	30,8
Unihockey, hockey sur gazon, rinkhockey	18,9	Gymnastique	24,7
Randonnée pédestre, walking, randonnée en montagne	16,1	Randonnée pédestre, walking, randonnée en montagne	19,2
Snowboard	13,4	Danse, jazzdance, danse classique	15,4
Jogging, course à pied, cross	11,2	Equitation, sports équestres	14,9
Gymnastique	10,3	Jogging, course à pied, cross	14,2
Basketball, streetball	9,8	Inline-skating, patin à roulettes	12,1

Les **adolescents** âgés de 15 à 19 ans disent pratiquer activement en moyenne 3,3 disciplines sportives. Comme pour les enfants, le cyclisme, le football et la natation sont les trois activités sportives les plus fréquemment pratiquées chez les adolescents (cf. tableau 5.3). La proportion d’adolescents qui pratiquent ces disciplines est cependant nettement plus faible que chez les enfants. 30% des adolescents font du vélo et respectivement un quart joue au football (28%) ou fait de la natation (25%). Tandis que le ski est le sport d’hiver numéro un des enfants, chez les adolescents, le snowboard (22%) est encore légèrement plus populaire que le ski (18%). Comme le snowboard, chez les 15–19 ans, les sports individuels d’entretien de la forme physique tels que le jogging, le fitness et l’aérobic jouent un rôle plus important. Les sports d’équipe les plus populaires – après le football – sont le volley-ball (11%) et le unihockey (10%).

Le cyclisme et la planche à roulettes, le football, le handball et la gymnastique – sports associatifs par excellence – ainsi que les sports de combat, l’équitation le fitness et la musculation sont pratiqués en moyenne deux fois par semaine (c.-à-d. 90 jours par an). A l’autre bout du spectre, les sports les moins pratiqués sont de nouveau les sports d’hiver traditionnels (entre 10 et 19 jours par an).

Sur la liste des dix activités sportives les plus fréquemment pratiquées, le football arrive en tête chez les jeunes hommes et la natation chez les jeunes filles (cf. tableau 5.4). Tandis que le volley-ball et le fitness/aérobic viennent s’ajouter à cette liste aussi bien chez les jeunes hommes que chez les jeunes filles, la randonnée pédestre est en recul dans cette classe d’âge. On remarque la grande popularité dont jouit le jogging auprès des jeunes filles puisqu’une jeune fille de 15 à 19 ans sur quatre fait du jogging, contre seulement un jeune homme sur sept.

T 5.3: Activités sportives des adolescents de 15 à 19 ans

	Activités sportives des adolescents sportifs			Pourcentage total des activités citées (y compris les activités sporadiques des non-sportifs)
	Activités sportives (citations en % de tous les adolescents)	Fréquence de pratique (nombre moyen de jours par an)	Pourcentage de jeunes filles	
Cyclisme, VTT	30,2	90	49	36,8
Football, streetsoccer	27,5	90	20	29,7
Natation	25,1	30	61	30,6
Snowboard	22,1	14	54	24,6
Jogging, course à pied, cross	19,2	45	60	20,9
Ski alpin, carving	18,4	14	40	23,1
Volley-ball, beach volley	11,3	45	60	12,1
Fitness, aérobic	10,0	90	54	10,0
Unihockey, hockey sur gazon, rinkhockey	10,0	45	24	10,0
Gymnastique	9,1	90	60	9,1
Basketball, streetball	9,1	45	23	9,7
Danse, jazzdance	8,6	45	89	8,8
Randonnée pédestre, walking, randonnée en montagne	8,1	20	59	10,8
Sports de combat/autodéfense	6,7	90	38	6,8
Tennis	6,2	45	42	6,4
Inline-skating, patin à roulettes	4,6	30	70	4,9
Equitation, sports équestres	4,6	90	90	4,8
Handball	4,4	90	34	4,4
Musculation, bodybuilding	4,2	90	30	4,2
Badminton	4,2	38	61	4,3
Athlétisme	3,5	52	50	3,5
Hockey sur glace	2,6	45	3	2,7
Planche à roulette, skateboard	2,3	94	31	2,5
Escalade, alpinisme	2,2	31	32	2,3
Tennis de table	1,9	45	3	2,0
Ski de fond	1,5	15	22	1,6
Tir	1,3	45	5	1,3
Patin à glace	1,0	19	80	1,0
Tai chi, qi gong, yoga	1,0	84	53	1,0
Squash	0,8	24	8	0,8
Randonnée à ski, en snowboard, en raquettes	0,7	10	36	0,9
Golf	0,7	33	10	0,7
Aviron	0,6	—*	—*	0,6
Voile	0,6	—	—	0,6
Planche à voile	0,6	—	—	0,6
Plongée	0,4	—	—	0,4
Canoë, rafting	0,2	—	—	0,2
Parcours Vita	0,1	—	—	0,2
Quilles, bowling	0,1	—	—	0,1
Autres jeux et sports collectifs	2,8	55	23	2,9
Autres sports d’aventure	0,5	14	38	0,6
Autres sports d’endurance	0,3	135	60	0,3
Autres disciplines sportives	1,8	30	26	1,9

N.B. Pour la fréquence moyenne de pratique, la médiane est indiquée.
*La fréquence moyenne et le pourcentage de filles ne sont calculés que pour les disciplines sportives citées par au moins 10 adolescents.

6. Désirs



T 5.4: Les dix activités sportives les plus fréquemment pratiquées chez les jeunes hommes et les jeunes filles de 15 à 19 ans (en % de tous les jeunes hommes et de toutes les jeunes filles)

Jeunes hommes		Jeunes filles	
Football, streetsoccer	43,1	Natation	31,1
Cyclisme, VTT	30,3	Cyclisme, VTT	30,2
Ski alpin, carving	21,8	Snowboard	24,3
Snowboard	20,0	Jogging, course à pied, cross	23,6
Natation	19,2	Danse, jazzdance	15,8
Jogging, course à pied, cross	15,1	Ski alpin, carving	15,0
Unihockey, hockey sur gazon, rinkhockey	14,9	Volley-ball, beach volley	14,0
Basketball, streetball	13,6	Gymnastique	11,2
Fitness, aérobic	9,0	Football, streetsoccer	11,1
Volley-ball, beach volley	8,8	Fitness, aérobic	11,1

A la question de savoir s’il existe des disciplines sportives qu’ils souhaitent pratiquer davantage ou commencer à pratiquer, 48% des **enfants** qui ont une activité sportive en dehors du sport scolaire obligatoire répondent par l’affirmative. 39% des **adolescents** qui ont une activité sportive souhaitent essayer de nouvelles disciplines sportives ou les pratiquer de manière plus soutenue. Chez les jeunes filles, ce désir est encore plus perceptible (42%) que chez les jeunes hommes (37%).

Le tableau 6.1 montre les disciplines sportives que les enfants et les adolescents souhaitent commencer ou pratiquer davantage. Chez les **enfants**, le football caracole en tête, suivi de l’équitation, du tennis, de la danse et du volley-ball. Le football fascine tout autant les garçons que les filles. 10% des garçons et 7% des filles souhaitent commencer le football ou en faire plus. Chez les filles, seule l’équitation (8%) vole encore la vedette au football. Chez les garçons, le unihockey (5%) et les différents sports de combat (4%) occupent respectivement les 2^e et 3^e places du classement.

Chez les **adolescents**, le football est éclipsé par les sports de combat, la danse, le fitness, le volley-ball et le tennis. Parmi les sports de combat, ce sont le kickboxing, le karaté et la boxe qui fascinent le plus les adolescents, tandis qu’en danse, le hip-hop/breakdance et les danses latino-américaines sont au premier plan. Derrière la danse, que 8% des jeunes filles souhaitent découvrir ou pratiquer plus intensément, viennent le fitness (5%), les sports de combat (5%) et le volley-ball (4%). Les vœux numéro un des jeunes hommes en matière de sport sont les sports de combat (5%), suivis du fitness (4%), du tennis (3%) et du football (2%).

Aux **enfants** qui font du sport on a en outre demandé s’il existait des disciplines sportives qu’ils souhaitaient réduire ou cesser totalement de pratiquer. Ce désir est étranger à 85% des enfants physiquement actifs. Les 15% restants citent diverses disciplines sportives dont c’est le cas. Le même pourcentage de garçons et de filles souhaite réduire son investissement dans certains types de sport. Les plus jeunes expriment un peu plus souvent le souhait d’abandonner une discipline sportive ou de la réduire que les plus âgés (18% des 10 ans, 11% des 14 ans). Ils citent principalement le football, la gymnastique et la natation, ce qui n’est guère surprenant dans la mesure où il s’agit des sports les plus répandus. Par rapport au nombre d’enfants actifs dans les disciplines sportives respectives, les pertes de vocation se manifestent surtout en basketball (15%), en athlétisme (13%), en gymnastique (12%), dans les sports de combat (11%) et en hockey sur glace (10%).

7. Inactifs

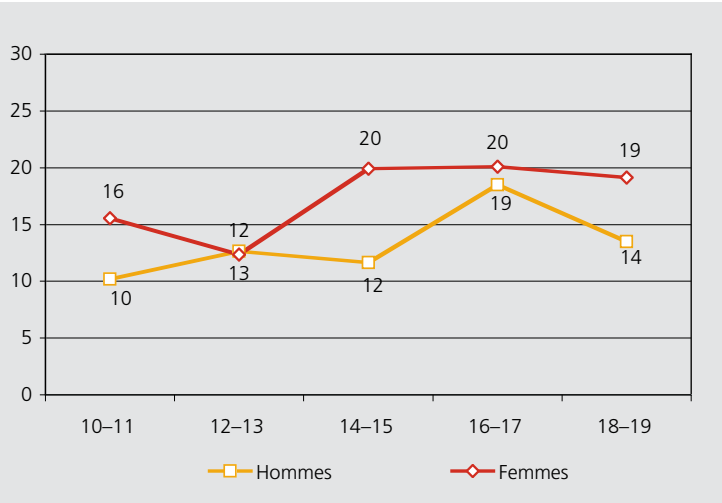
T 6.1: Disciplines sportives que les enfants et les adolescents sportifs souhaitent commencer ou pratiquer davantage

	Enfants (de 10 à 14 ans)		Adolescents (de 15 à 19 ans)	
	En % de tous les sportifs	Pourcentage de filles	En % de tous les sportifs	Pourcentage de jeunes filles
Football, streetsoccer	8,4	39	2,0	23
Danse, jazzdance	3,5	87	4,6	86
Sports de combat/autodéfense	3,0	33	5,1	42
Volley-ball, beach volley	3,5	68	3,0	56
Tennis	3,7	54	2,7	38
Equitation, sports équestres	3,9	96	0,9	100
Natation	3,3	75	1,6	80
Unihockey, hockey sur gazon, rinkhockey	2,7	14	1,6	38
Fitness, aérobic	0,2	33	4,1	54
Cyclisme, VTT	1,9	42	2,2	39
Basketball, streetball	2,4	36	1,3	53
Handball	2,6	34	0,9	42
Gymnastique	3,0	78	0,4	80
Jogging, course à pied, cross	1,3	67	1,6	57
Badminton	1,6	68	1,3	50
Athlétisme	1,9	58	0,9	75
Escalade, alpinisme	0,9	50	1,6	52
Snowboard	1,3	24	0,9	64
Ski alpin, carving	1,3	67	0,7	–*
Hockey sur glace	1,3	18	0,7	–
Tir	0,5	– *	0,9	27
Planche à voile	0,1	–	0,9	50
Planche à roulettes, skateboard	0,7	–	0,3	–
Musculation, bodybuilding	–	–	0,8	–
Patin à glace	0,4	–	0,3	–
Inline-skating, patin à roulettes	0,3	–	0,4	–
Squash	–	–	0,5	–
Canoë, rafting	0,1	–	0,4	–
Aviron	0,1	–	0,4	–
Plongée	0,4	–	0,2	–
Tennis de table	0,4	–	0,1	–
Golf	0,1	–	0,3	–
Randonnée pédestre, walking, randonnée en montagne	0,2	–	0,2	–
Tai chi, qi gong, yoga	0,0	–	0,4	–
Ski de fond	0,1	–	0,2	–
Randonnée à ski, en snowboard, en raquettes	0,1	–	0,1	–
Quilles, bowling	0,1	–	–	–
Parcours Vita	–	–	–	–
Voile	–	–	–	–
Autres jeux et sports collectifs	1,2	44	1,3	19
Autres sports d’aventure	0,4	–	1,9	42
Autres sports d’endurance	0,4	–	0,6	–
Autres disciplines sportives	1,2	31	0,6	–

*Compte tenu du faible nombre de cas, le pourcentage de filles n’a pas été calculé.

13% des **enfants** et 18% des **adolescents** disent n’avoir aucune autre activité sportive que le sport scolaire obligatoire (cf. chapitre 2). Les filles et les jeunes filles sont un peu plus représentées que les garçons et les jeunes hommes parmi les non-sportifs. Comme le montre le graphique 7.1, cela est le cas dans toutes les classes d’âge, sauf chez les 12–13 ans. Dans cette classe d’âge, l’inactivité physique des filles est à son plus bas et sensiblement du même ordre que chez les garçons. A l’âge de 14 ans, le nombre de non-sportives déclarées remonte à nouveau chez les filles et se stabilise ensuite autour de 20% jusqu’à leur majorité. Chez les garçons et les jeunes hommes, on observe deux pics d’inactivité respectivement à 12–13 ans et à 16–17 ans, ce qui pourrait être lié aux changements de cycles scolaires (passage à l’école secondaire, dans la formation professionnelle ou dans les filières du tertiaire). Il est intéressant de constater que ces tournants de la vie n’ont pas d’incidence sur l’activité sportive des filles.

G 7.1: Inactivité selon le sexe et l’âge (pourcentage d’enfants et d’adolescents qui déclarent ne pas faire de sport en dehors du sport scolaire obligatoire)



Quand on s’intéresse aux raisons de l’inactivité, le motif le plus fréquemment invoqué par les enfants inactifs, mais aussi et surtout par les adolescents inactifs est le manque de temps. En deuxième position vient le manque d’envie, suivi par les autres centres d’intérêt et loisirs ainsi que la pression et le stress à l’école ou au travail. Un enfant sur dix indique ne pas trouver d’offre qui lui convienne (en partie faute d’infrastructure sportive). Chez les adolescents, l’offre ne semble pas jouer un rôle essentiel car des critères tels que l’inadéquation des horaires d’entraînement, la difficulté d’accès et le coût, ne sont cités que de manière isolée. Un argument beaucoup plus répandu est que l’on n’est pas fait pour tel sport, que l’on se sent suffisamment en forme même sans sport ou que l’on ne peut pas faire de sport pour des raisons de santé. L’argument selon lequel le sport rappelle de mauvais souvenirs est le moins invoqué.

Le fait que les mauvais souvenirs liés au sport ne soient quasiment jamais cités comme la cause de l’inactivité ne traduit pas un manque d’expérience. 69% des enfants inactifs et 76% des adolescents inactifs ont fait du sport en dehors des leçons d’éducation physique dans le passé et ce, régulièrement, autrement dit au moins une fois par semaine, pour la grande majorité d’entre eux (plus de 90%). Quand on les interroge concrètement sur leur expérience du sport, 81% des enfants et 82% des adolescents confirment qu’ils auraient fait essentiellement de bonnes expériences dans le passé, seuls 6% des enfants et 5% des adolescents parlent de mauvaises expériences dans le sport. Les bonnes comme les mauvaises expériences ont été principalement faites dans le club de sport, ces dernières étant principalement imputées à l’incompétence des entraîneurs et à une trop forte pression des résultats. 35% des enfants inactifs étaient auparavant membres d’un club de sport (cf. à ce sujet le chapitre 12).

T 7.1: Raisons pour lesquelles on ne fait pas de sport

	En % de tous les enfants inactifs	En % de tous les adolescents inactifs
Manque de temps	27,7	52,3
Manque d’envie et de plaisir	19,2	24,8
Autres loisirs et centres d’intérêts	14,2	11,6
Trop de travail, de stress à l’école	13,2	9,6
Absence d’offre adaptée, manque d’infrastructures	9,4	2,1
Je ne suis pas fait pour le sport	5,5	4,1
Je suis suffisamment en forme sans faire de sport	*	5,4
Horaires d’entraînement inadaptés, accès difficile	1,8	1,6
Blessure	1,8	1,4
Raisons de santé	1,9	4,3
Coût, le sport est trop cher	1,2	0,5
Sport interdit	1,8	*
Pas de copains pour faire du sport avec moi	1,2	*
Mauvais souvenirs/mauvaises expériences	0,2	0,4
Autres motifs	12,1	9,9

N.B. La somme des pourcentages est supérieure à 100% car plusieurs raisons pouvaient être données.
* N’a pas fait partie de l’enquête réalisée auprès des enfants et des adolescents.

Aussi bien les non-sportifs les plus jeunes que les plus âgés ne sont pas totalement physiquement inactifs même aujourd’hui. Quand on creuse un peu et que l’on demande s’il ne leur arrive pas de pratiquer certaines activités sportives telles que le ski, la randonnée pédestre, la natation ou le vélo, 90% des enfants inactifs et 86% des adolescents inactifs répondent «si, cela m’arrive». Le tableau 7.2 montre de quelles activités sportives il s’agit. Environ un enfant inactif sur deux et plus de deux adolescents inactifs sur trois pratiquent parfois le cyclisme. De plus, 20 à 40% des enfants et des adolescents inactifs se retrouvent aussi parfois à la piscine ou sur les pistes de ski. Le football jouit d’une certaine popularité chez les enfants inactifs, tandis que les adolescents inactifs ont un penchant pour la randonnée pédestre et le snowboard. Toutes les activités énumérées ne sont cependant pas pratiquées de manière assez intense ou régulière par les enfants et les adolescents pour qu’ils les considèrent comme des activités sportives dignes de ce nom.

T 7.2: Activités sportives pratiquées sporadiquement par les non-sportifs

	Enfants (de 10 à 14 ans)		Adolescents (de 15 à 19 ans)	
	En % de tous les non-sportifs	Pourcentage de filles	En % de tous les non-sportifs	Pourcentage de jeunes filles
Cyclisme, VTT	49,7	53	39,2	54
Natation	39,1	56	32,9	67
Ski alpin, carving	23,5	43	28,2	49
Football, streetsoccer	37,4	46	12,9	21
Randonnée pédestre, walking, randonnée en montagne	10,6	63	16,1	59
Snowboard	5,6	80	14,9	63
Jogging, course à pied, cross	3,4	100	10,2	77
Inline-skating, patin à roulettes	7,8	71	1,6	50
Volley-ball, beach volley	2,2	100	4,3	73
Basketball, streetball	2,2	75	3,9	60
Tennis	2,8	60	1,2	67
Ski de fond	3,4	50	0,8	50
Patin à glace	3,4	83	0,0	–
Planche à roulettes, skateboard	1,1	0	1,6	50
Badminton	1,7	100	0,8	50
Randonnée à ski, en snowboard, en raquettes	1,1	50	1,2	0
Equitation, sports équestres	0,6	100	1,6	100

N.B. Le tableau reprend toutes les disciplines sportives ayant été citées par au moins 5 enfants ou adolescents (indifféremment).

D’une part, les non-sportifs ne sont donc pas des enfants et des adolescents totalement inactifs. D’autre part, nombre de ceux qui ne font pas de sport actuellement n’ont pas pour autant l’intention de devenir d’irréductibles pantouflards. 69% des enfants inactifs et 52% des adolescents inactifs souhaitent renouer avec l’activité physique. A cet égard, les disciplines sportives énumérées dans le tableau 7.3 sont au premier plan. Pour les **enfants** inactifs, le football est clairement le premier vœu. Pour les filles inactives aussi, le football est le premier vœu, avant la danse, le volley-ball, la natation, la gymnastique et le tennis. Chez les garçons, le football arrive de

loin en première position, avant les sports de combat et le basketball. Chez les **adolescents** inactifs, le fitness est tout en haut de la liste des vœux, suivi de la danse et du volley-ball, que les jeunes filles surtout pourraient s’imaginer commencer. A la question de savoir ce qu’il faudrait pour qu’ils se lancent effectivement dans la discipline sportive qu’ils souhaitent, la majorité des adolescents répondent «davantage de temps.» Une offre à proximité directe et un copain qui les pousse seraient une source de motivation supplémentaire.

T 7.3: Disciplines et activités sportives que les non-sportifs aimeraient pratiquer

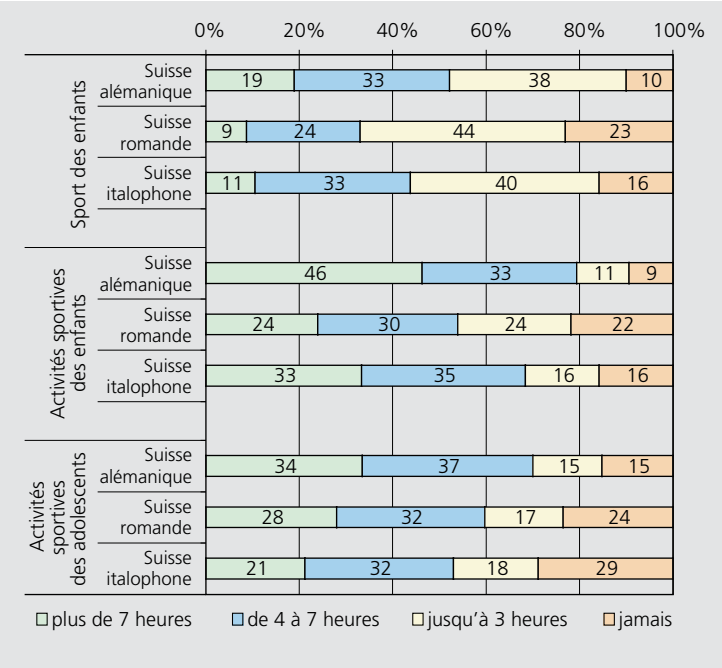
	Enfants (de 10 à 14 ans)		Adolescents (de 15 à 19 ans)	
	En % de tous les non-sportifs	Pourcentage de filles	En % de tous les non-sportifs	Pourcentage de jeunes filles
Football, streetsoccer	20,7	38	5,9	67
Danse, jazzdance	7,3	92	6,7	88
Volley-ball, beach volley	6,7	92	6,7	88
Natation	7,8	64	4,3	73
Fitness, aérobic	0,0	–	9,8	64
Sports de combat/autodéfense	4,5	13	5,5	43
Basketball, streetball	6,1	45	3,5	56
Tennis	6,7	58	2,7	29
Unihockey, hockey sur gazon, rinkhockey	5,0	44	3,1	75
Gymnastique	5,6	80	2,0	40
Jogging, course à pied, cross	0,6	100	4,7	67
Equitation, sports équestres	1,7	100	3,1	100
Badminton	1,7	67	2,7	71
Handball	1,7	67	2,7	43
Cyclisme, VTT	1,7	33	2,4	67
Athlétisme	2,8	40	1,2	0
Hockey sur glace	2,2	25	0,8	0
Escalade, alpinisme	0,6	100	1,6	50

N.B. Le tableau reprend toutes les disciplines sportives ayant été citées par au moins 5 enfants ou adolescents (indifféremment).

8. Différences régionales

Les enfants font plus de sport en Suisse alémanique qu’au Tessin et qu’en Suisse romande (cf. graphique 8. 1). En Suisse alémanique, 52% des 10–14 ans font plus de 3 heures de sport par semaine, contre 44% au Tessin et 33% seulement en Romandie. Des différences analogues se retrouvent dans la pratique des activités sportives au sens large. Chez les adolescents, la différence entre la Suisse alémanique et la Suisse romande est moins marquée, ce sont les Tessinois âgés de 15 à 19 ans qui affichent la moins forte activité physique.

G 8.1: Activité sportive dans les trois régions linguistiques (en %)

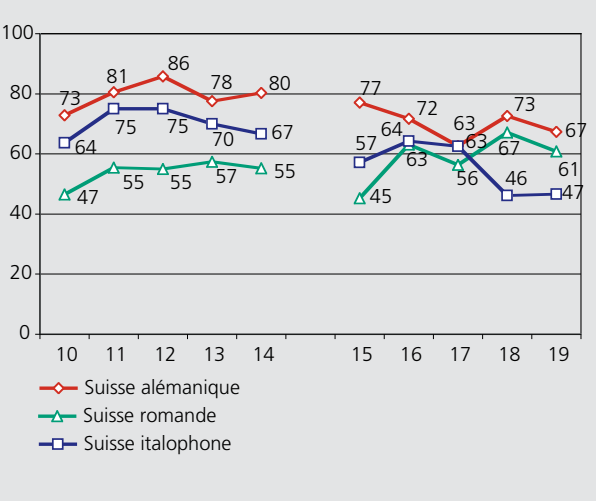


Le graphique 8.2 représente les différences d’évolution du degré d’activité physique suivant les régions linguistiques, au fur et à mesure que l’âge augmente. Alors que la Suisse alémanique est représentative du schéma suisse (cf. chapitre 3), aucun recul de l’activité sportive entre l’enfance et l’adolescence n’est observé en Suisse romande. Le pic d’activité physique est enregistré non pas à l’âge de 12 ans mais de 18 ans en Romandie. Au Tessin, c’est essentiellement le net recul du degré d’activité à partir de 17 ans qui saute aux yeux.

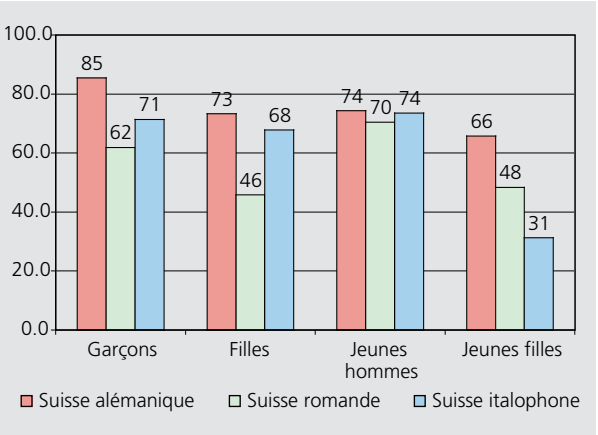
Ces écarts par rapport au schéma suisse s’expliquent en particulier par les différences croissantes entre les sexes en Suisse romande et au Tessin, qui ne se retrouvent pas en

Suisse alémanique (cf. graphique 8.3). Alors que les différences entre les sexes ne changent pas de manière significative entre l’enfance et l’adolescence en Suisse alémanique, elles se renforcent en Suisse romande et au Tessin. En Suisse romande et surtout au Tessin, les jeunes hommes ont une activité sportive plus importante que les garçons; de plus, au Tessin, l’activité sportive des jeunes filles baisse de manière spectaculaire. Seules 31% des jeunes filles âgées de 15 à 19 ans font encore du sport, tandis que 47% n’ont en fait pas d’activité physique.

G 8.2: Activité sportive selon la région linguistique et l’âge (pourcentage d’enfants et d’adolescents qui ont plus de 3 heures d’activité sportive par semaine)



G 8.3: Activité sportive selon la région linguistique et le sexe (pourcentage d’enfants et d’adolescents qui ont plus de 3 heures d’activité sportive par semaine)



Les différences suivant les régions linguistiques s’observent non seulement dans le degré d’activité physique, mais aussi dans les préférences pour certaines disciplines sportives (cf. tableaux 8. 1 et 8.2). Outre-Sarine, les disciplines sportives préférées des enfants sont: le cyclisme, la natation, le football, le ski et la randonnée pédestre; en Suisse romande: le ski, le football, le cyclisme, la natation et la gymnastique; au Tessin: le cyclisme, le football, la natation, le ski et à égalité la gymnastique, la danse, le tennis et le basket. En outre, le jogging, le snowboard et l’inline-skating sont populaires, surtout auprès des enfants alémaniques, le basketball et le tennis de plus en plus auprès des enfants romands et tessinois.

Chez les adolescents romands et tessinois, le football arrive en première position, en Suisse alémanique, l’ordre de préférence est le cyclisme, le football et la natation. La natation, le snowboard, le jogging, le volley-ball, le unihockey, l’inline-skating et le handball sont nettement plus populaires auprès des adolescents alémaniques que tessinois et romands. En Romandie, le ski, le fitness, le basketball et le tennis ont relativement le vent en poupe auprès des adolescents.

T 8.1: Disciplines sportives préférées selon la région linguistique (en % de tous les enfants âgés de 10 à 14 ans)

	Suisse alémanique	Suisse romande	Suisse italophone	Ensemble de la Suisse
Cyclisme, VTT	66,9	34,7	45,8	58,0
Natation	60,9	33,4	39,0	53,2
Football, streetsoccer	55,0	38,9	40,7	50,5
Ski alpin, carving	37,2	42,9	28,8	38,3
Randonnée pédestre, walking, randonnée en montagne	21,5	7,6	8,5	17,6
Gymnastique	19,5	12,1	10,2	17,3
Jogging, course à pied, cross	15,6	6,3	1,7	12,7
Unihockey, hockey sur gazon, rinkhockey	15,2	3,4	5,1	11,9
Snowboard	14,0	4,5	3,4	11,2
Inline-skating, patin à roulettes	11,0	3,7	3,4	8,9
Danse, jazzdance, danse classique	8,1	8,9	10,2	8,4
Equitation, sports équestres	8,0	7,4	6,8	7,7
Tennis	6,3	9,7	10,2	7,3
Sports de combat/autodéfense	6,9	8,7	5,1	7,3
Basketball, streetball	6,5	6,6	10,2	6,7
Volley-ball, beach volley	7,1	4,2	6,8	6,3
Athlétisme	6,2	4,2	6,8	5,8

9. Différences sociales



T 8.2: Disciplines sportives préférées selon la région linguistique (en % de tous les adolescents âgés de 15 à 19 ans)

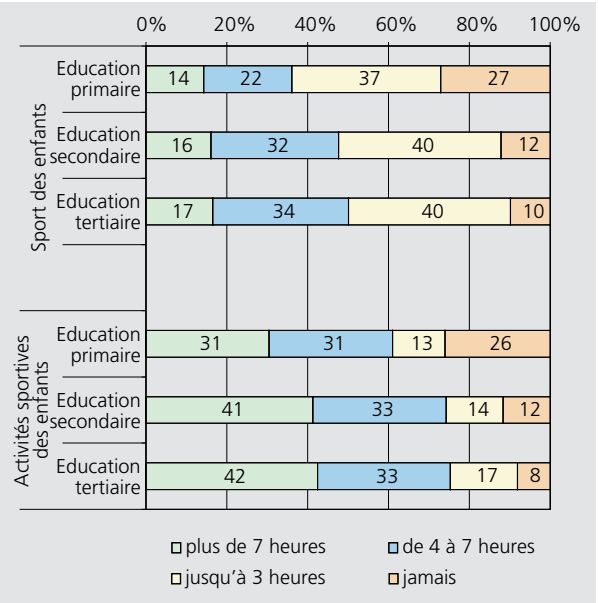
	Suisse alémanique	Suisse romande	Tessin	Ensemble de la Suisse
Cyclisme, VTT	33,8	22,5	13,2	30,2
Football, streetsoccer	29,5	23,4	17,6	27,5
Natation	28,7	15,9	14,7	25,1
Snowboard	28,2	6,6	5,9	22,1
Jogging, course à pied, cross	22,7	11,0	8,8	19,2
Ski alpin, carving	18,4	19,5	13,2	18,4
Volley-ball, beach volley	13,2	6,9	4,4	11,3
Fitness, aérobic	9,0	13,2	10,3	10,0
Unihockey, hockey sur gazon, rinkhockey	12,1	4,1	5,9	10,0
Gymnastique	8,5	9,9	13,2	9,1
Basket, streetball	8,7	11,0	2,9	9,1
Danse, jazzdance	9,5	6,6	4,4	8,6
Randonnée pédestre, walking, randonnée en montagne	7,6	9,9	5,9	8,1
Sports de combat/autodéfense	7,0	6,6	2,9	6,7
Tennis	5,6	7,7	5,9	6,2
Inline-skating, patin à roulettes	5,4	2,7	1,5	4,6
Equitation, sports équestres	4,4	4,9	5,9	4,6
Handball	5,2	2,5	2,9	4,4

Contrairement à la région linguistique, la taille du lieu de résidence ainsi que le type d’habitat et de commune n’exercent pas d’influence significative sur les activités sportives des enfants et des adolescents. En d’autres termes, à la campagne, les enfants et les adolescents ont la même activité physique qu’en ville ou en agglomération. Le degré d’activité physique des enfants et des adolescents est aussi élevé dans les communes de grande taille, les communes de taille

moyenne et les petites communes et il est également comparable dans les communes agraires, urbaines, industrielles, touristiques ou riches. Il n’existe qu’une seule différence statistiquement significative: les enfants des communes rurales font légèrement plus de sport au sens strict (plus de 3 heures hebdomadaires pour 49%) que les enfants des agglomérations (46%) et des villes (47%).

Outre les différences selon le sexe, la classe d’âge et la région linguistique, il existe aussi des différences sociales en matière d’investissement dans le sport. Le graphique 9.1 montre que le degré d’activité physique des enfants dépend de leur origine sociale.⁴ Pour simplifier, on peut dire que plus le niveau de formation des parents est élevé, plus leurs enfants ont une activité sportive – aussi bien au sens strict qu’au sens large – importante. Les disparités entre les parents sans formation professionnelle (éducation primaire) et ceux qui ont une formation professionnelle (éducation secondaire) se répercutent particulièrement nettement sur l’inactivité physique des enfants. Les enfants qui ne font pas de sport sont nettement plus souvent issus de familles ayant un faible niveau de formation.

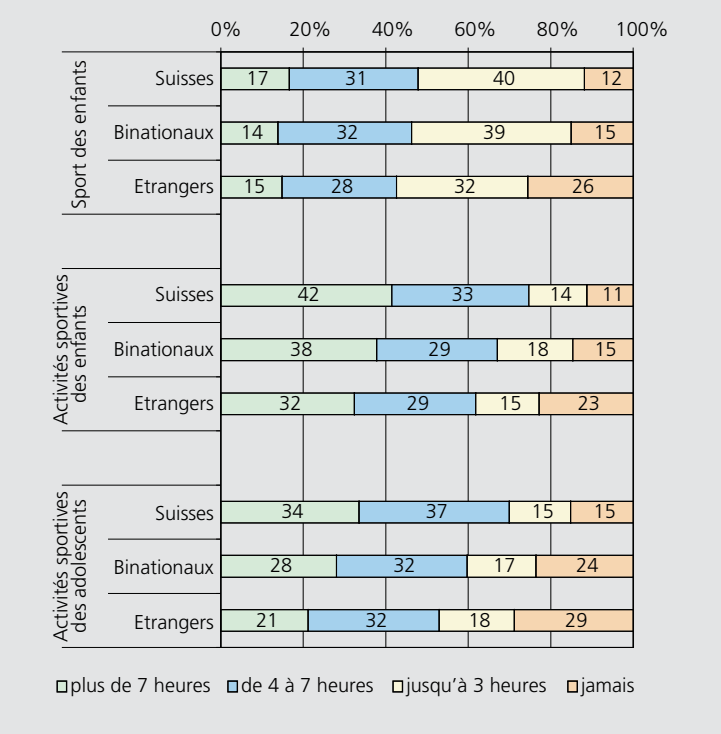
G 9.1: Activité sportive des enfants en fonction du niveau de formation des parents (en %)



L’investissement dans le sport dépend par ailleurs aussi de la nationalité des enfants et des adolescents. Le graphique 9.2 montre que les enfants et les adolescents de nationalité suisse ont plus d’activité physique que les enfants et les adolescents de nationalité étrangère, tandis que les bi-

nationaux se situent un peu entre les deux⁵. Pour ce qui est du sport au sens strict, les différences s’observent principalement dans l’inactivité physique. 12% des enfants suisses sont non-sportifs, contre 26% des enfants issus de l’immigration. Pour ce qui est du sport au sens large, c.-à-d. des activités sportives, les différences apparaissent aussi bien chez les enfants que chez les adolescents à tous les degrés d’activité.

G 9.2: Activité sportive des enfants et des adolescents en fonction de la nationalité (en %)



Si l’on opère une distinction supplémentaire en fonction du sexe, on constate que les différences entre les nationalités sont quasiment totalement imputables aux filles et aux jeunes filles (cf. graphique 9.3).⁶ Les filles et les jeunes filles issues de l’immigration font bien moins souvent du sport que leurs homologues suisses. La différence est particulière-

⁵ Comme, dans la présente étude, seuls ont été interrogés des enfants et des adolescents qui pouvaient répondre dans l’une des trois langues nationales (on parle dans ce contexte de population linguistiquement assimilée), la proportion d’étrangers dans l’étude est inférieure à la proportion d’étrangers dans la population générale (cf. chapitre 16). Par conséquent, les différences entre la population suisse et la population étrangère devraient plutôt être sous-évaluées.

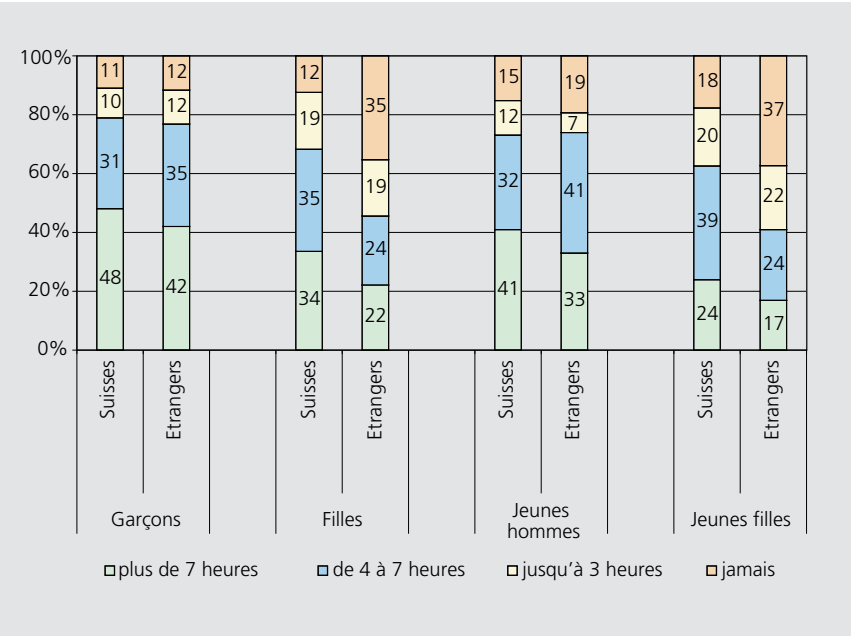
⁶ Alors que les différences selon la nationalité ne sont pas significatives chez les garçons et les jeunes hommes, elles sont très significatives chez les filles et les jeunes filles. Les binationaux se situent entre les Suisses et les étrangers. Par manque de place, ils ne sont pas représentés sur le graphique 9.3.

10. Lieux et structures adaptés à la pratique du sport



ment frappante chez les personnes physiquement inactives: déjà 35% des 10–14 ans de nationalité étrangère font partie des non-sportifs, et ce pourcentage passe à 37% chez les 15–19 ans. Seules 46% resp. 41% font plus de 3 heures d’activité physique dans la semaine. On obtient le même résultat quand on s’intéresse au sport au sens strict: tandis que l’on ne constate pas de différence significative entre les nationalités chez les garçons, les filles de nationalité étrangère sont bien moins actives que les Suissesses entre 10 et 14 ans.

G 9.3: Activité sportive des enfants et des adolescents en fonction du sexe et de la nationalité



Le sport peut se pratiquer dans des lieux et des structures très divers. Lors du recensement des disciplines sportives et du temps qui leur est consacré (cf. chapitre 5), les enquêteurs ont fait préciser dans chaque cas avec qui et dans quel cadre organisationnel se déroulait l’activité. Le tableau 10.1 donne une vue d’ensemble du degré d’organisation de l’ensemble des activités sportives pratiquées par les **enfants** de 10 à 14 ans. Pour ce qui est du sport au sens strict, il s’avère que 40% des activités sportives pratiquées en dehors des leçons d’éducation physique ont lieu dans un cadre organisé. Le principal «fournisseur» est à cet égard le club de sport, qui sert de cadre à environ 30% des activités (pour plus de précisions sur le club de sport, cf. chapitre. 11). Même si l’on fait abstraction du sport scolaire obligatoire, les activités organisées par l’école représentent encore 6%. Par ailleurs, 32% des activités se font hors du cadre organisé, avec des collègues et des amis, 17% en famille et 11% individuellement.

Concernant les activités sportives au sens large, la proportion des activités non organisées augmente, comme on pouvait s’y attendre. Les offres des clubs de sport représentent encore 15% du total des activités tandis que la proportion d’activités sportives en famille passe à 25% et celle du sport pratiqué avec des amis et des collègues à 36%.

T 10.1: Cadre et degré d’organisation des activités sportives pratiquées par les enfants

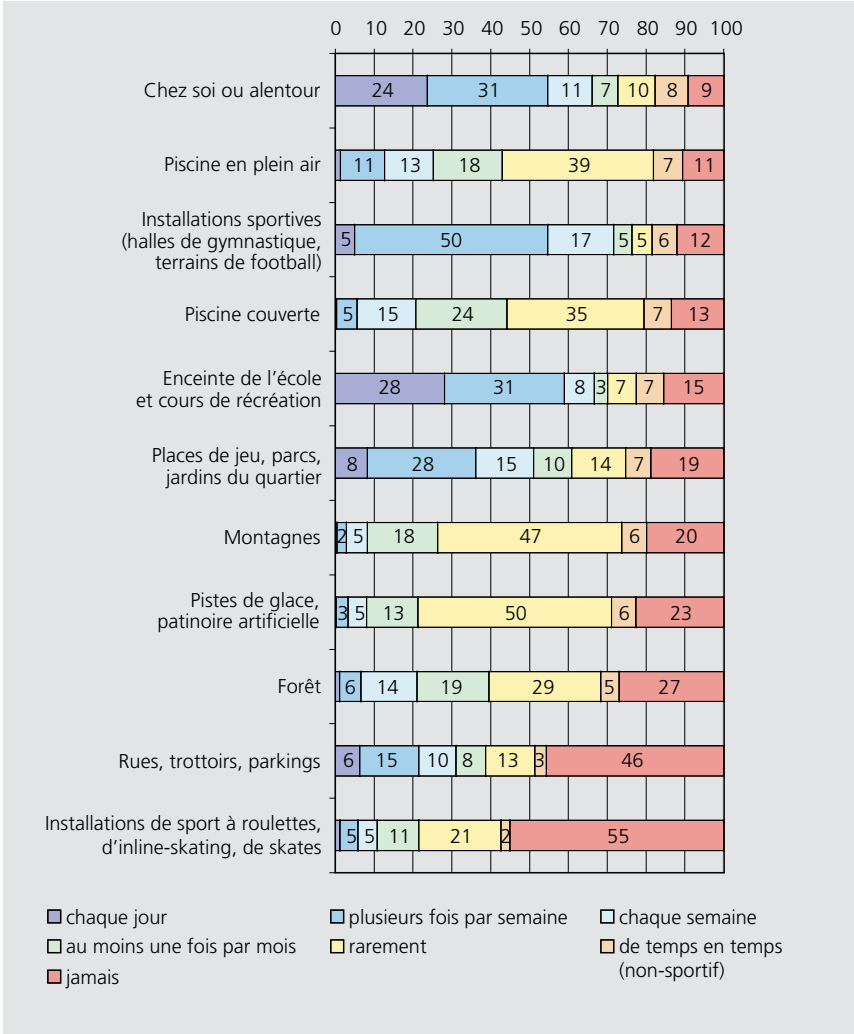
	En % de toutes les activités pratiquées (sport au sens strict)	En % de toutes les activités pratiquées (sport au sens large)
Organisé en club (club de sport/association de jeunesse)	29,3	15,1
Organisé par l'école (sport scolaire facultatif)	5,5	6,9
Organisé pendant les vacances/en camp	0,8	1,3
Organisé sous une autre forme	4,2	4,3
Non organisé avec les collègues/les amis	31,5	35,7
Non organisé avec les parents	17,0	25,1
Non organisé individuellement	11,4	11,4
Non organisé ailleurs	0,3	0,2
Total	100,0	100,0

Chez les **adolescents**, le degré d’organisation a été recensé avec une moins grande précision. Dans l’ensemble, on constate que 21% des activités sportives des 15–19 ans ont lieu en club, 13% sous forme organisée dans un groupe fixe, 3% dans des centres de fitness et de sport privés et 63% de manière non organisée.

Les graphiques 10.1 et 10.2 renseignent sur les lieux où les enfants et les adolescents font du sport et sur l’infrastructure qu’ils utilisent pour ce faire. Le graphique 10.1 montre que plus de quatre **enfants** sur cinq font du sport au moins de temps en temps chez eux ou autour de chez eux, à la piscine en plein air, dans les installations sportives, à la piscine couverte, dans la cour de l’école ou sur les places de jeu, mais à une fréquence très différente selon l’endroit. Plus d’un enfant sur deux a une activité physique plusieurs fois par semaine chez lui ou autour de chez lui, dans les installations sportives officielles ainsi que dans les cours de récréation et l’enceinte des écoles. Ces lieux adap-

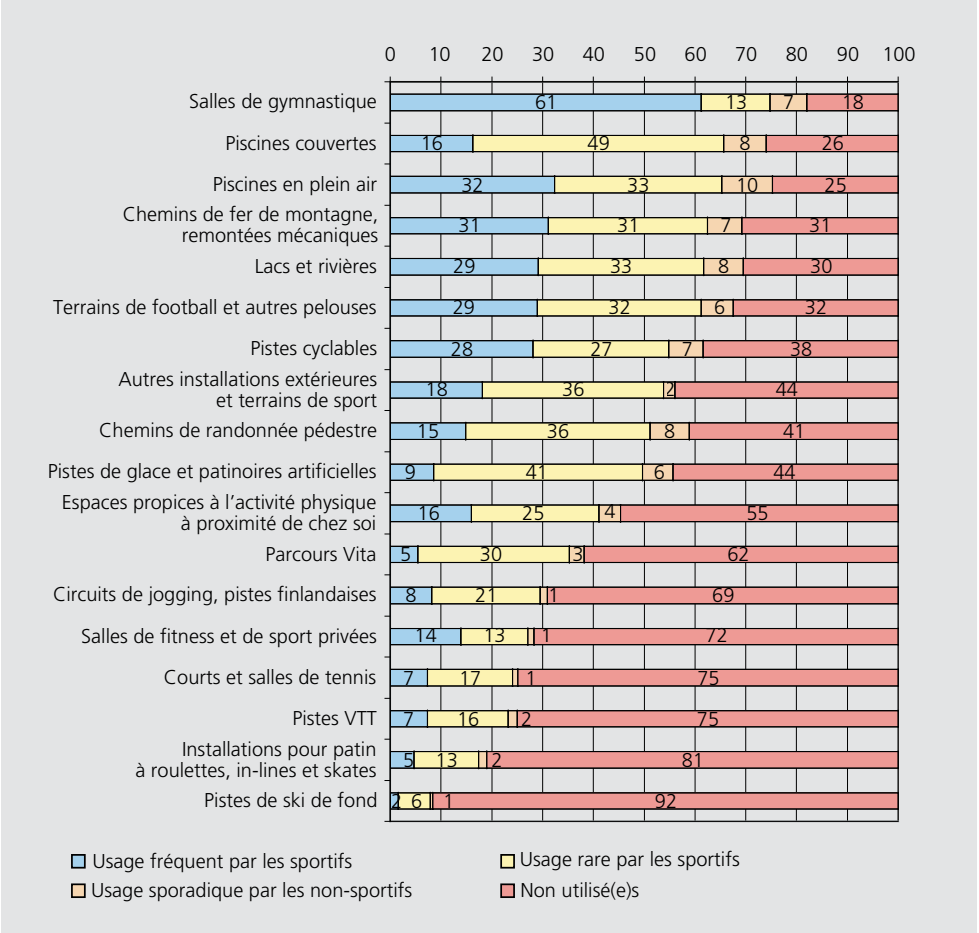
tés à la pratique du sport ont donc la plus grande importance pour les activités quotidiennes. En revanche, les piscines et les patinoires ainsi que les montagnes et les forêts ont un public plus large mais sont moins souvent utilisés par la force des choses. Les installations pour patin à roulettes, inline-skating et skates ont un cercle d'utilisateurs relativement réduit et sont relativement peu utilisées.

G 10.1: Lieux où les enfants pratiquent le sport (pourcentage des enfants de 10 à 14 ans)



Pour les activités sportives des **adolescents**, les halles de gymnastique et de sport priment. Ce sont ces installations qui ont à la fois le plus vaste cercle d'utilisateurs (plus de 80% des adolescents les utilisent au moins occasionnellement) et qui enregistrent le plus fort taux d'utilisation (plus de 60% des adolescents sont des utilisateurs réguliers). Les piscines, les chemins de fer de montagne et les pistes cyclables ainsi que les terrains de football et autres terrains de sport sont toutefois eux aussi essentiels pour les adolescents. En revanche, les pistes VTT, les installations pour patin à roulettes, inline-skating et skates, et surtout les pistes de ski de fond sont plutôt rarement utilisées.

G 10.2: Utilisation des infrastructures sportives (pourcentage des adolescents âgés de 15 à 19 ans)



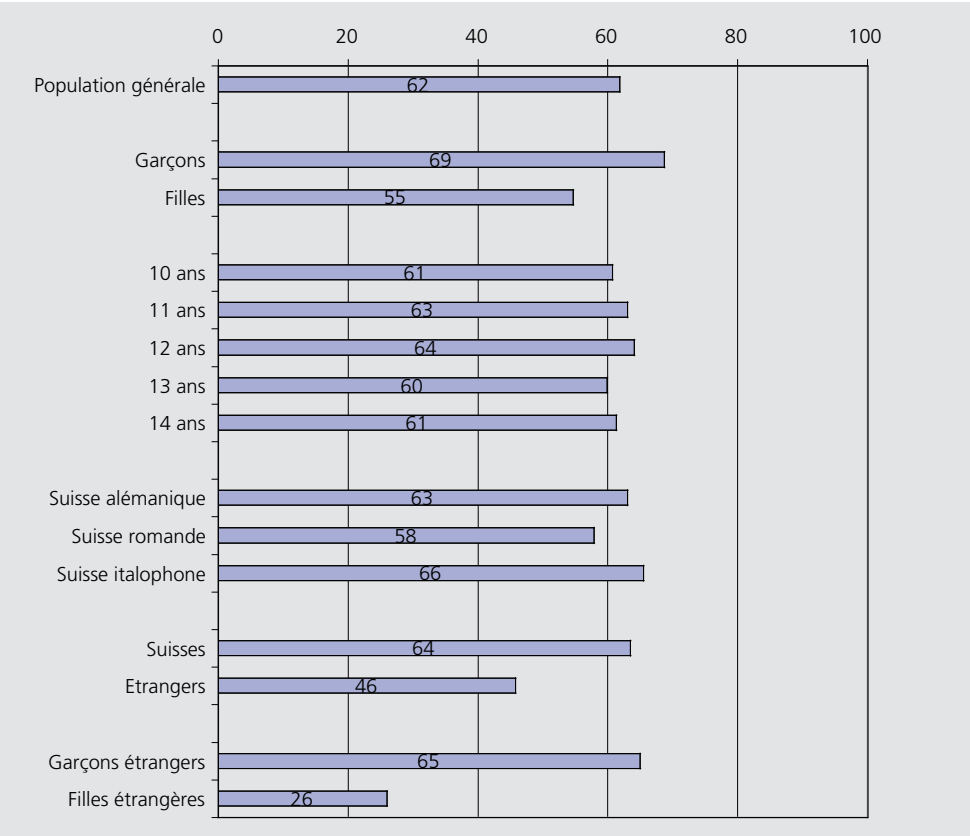
N.B. Les adolescents interrogés ont dû indiquer pour chaque installation s'ils l'utilisaient «fréquemment», «rarement» ou «jamais».

11. Sport associatif

62% des **enfants** sont membres d’un club de sport. En règle générale, les enfants ne sont affiliés qu’à un seul club mais il arrive que certains fassent du sport dans deux ou trois clubs voire davantage. En chiffres, cela signifie que chez les 10–14 ans, 82% des membres de clubs sont adhérents à un seul club, 16% à deux clubs et 2% à trois clubs voire davantage.

Les garçons sont un peu plus souvent affiliés à un club de sport que les filles (69% contre 55%, cf. graphique 11.1). En Suisse alémanique et au Tessin, le taux d’adhésion à un club semble un peu plus élevé que chez les enfants de Suisse romande. Mais c’est entre les enfants de nationalité suisse et les enfants étrangers que les différences sont les plus grandes⁷, le taux d’affiliation de ces derniers à un club de sport n’étant que de 46%. Les différences entres les nationalités sont quasi exclusivement imputables aux filles. Alors que 65% des garçons étrangers sont membres d’un club – pourcentage sensiblement équivalent à celui des garçons suisses – c’est le cas de seulement 26% des filles issues de l’immigration, soit moins de la moitié du taux d’affiliation des filles suisses.

G 11.1: Pourcentage d’enfants membres d’un club de sport



L’adhésion à un club dépend par ailleurs fortement de l’origine sociale. Les enfants issus de milieux culturellement modestes et à faibles revenus sont moins représentés parmi les adhérents de clubs que ceux dont les parents ont un statut social moyen ou élevé. Aucune différence signi-

⁷ Contrairement aux différences selon le sexe et la nationalité qui sont très significatives, les différences selon l’âge et les régions linguistiques ne sont pas statistiquement significatives.



ficative n’est en revanche observée selon le critère de la taille de la commune de résidence. De même, le fait qu’il s’agisse d’une commune urbaine ou rurale n’a pas d’influence sur l’adhésion à un club. Il n’y a que dans les communes vraiment rurales que les enfants sont un peu moins souvent membres d’un club de sport.

Les 10–14 ans membres d’un club font en moyenne 2,7 heures de sport en club par semaine, à raison de 2 heures au maximum pour 57% d’entre eux et de plus de 3 heures pour 27% d’entre eux. La durée hebdomadaire passée en club de sport augmente de manière continue avec l’âge: elle passe de 2,3 heures chez les enfants de 10 ans à 3,4 heures chez les enfants de 14 ans. Les garçons consacrent un peu plus de temps que les filles à l’entraînement (3 heures contre 2,5 heures). De plus, avec 3,4 heures, les Tessinois ont là aussi de l’avance sur les Alémaniques et les Romands (respectivement 2,7 heures). L’origine sociale et la nationalité n’ont en revanche pas d’impact significatif sur la durée de l’entraînement.

47% des **adolescents** de 15 à 19 ans sont encore membres d’un club de sport, ce qui représente un taux d’adhésion des adolescents inférieur de 15 points de pourcentage à celui des enfants. En revanche, on constate une légère augmentation du nombre d’adolescents qui font du sport dans plusieurs clubs. Parmi les adolescents membres de clubs, 79% sont affiliés à un seul club, 16% à deux clubs et 5% à trois clubs voire davantage.

Les différences selon le sexe se sont elles aussi accentuées. Les jeunes hommes sont nettement plus représentés dans les clubs de sports que les jeunes filles (cf. graphique 11.2).

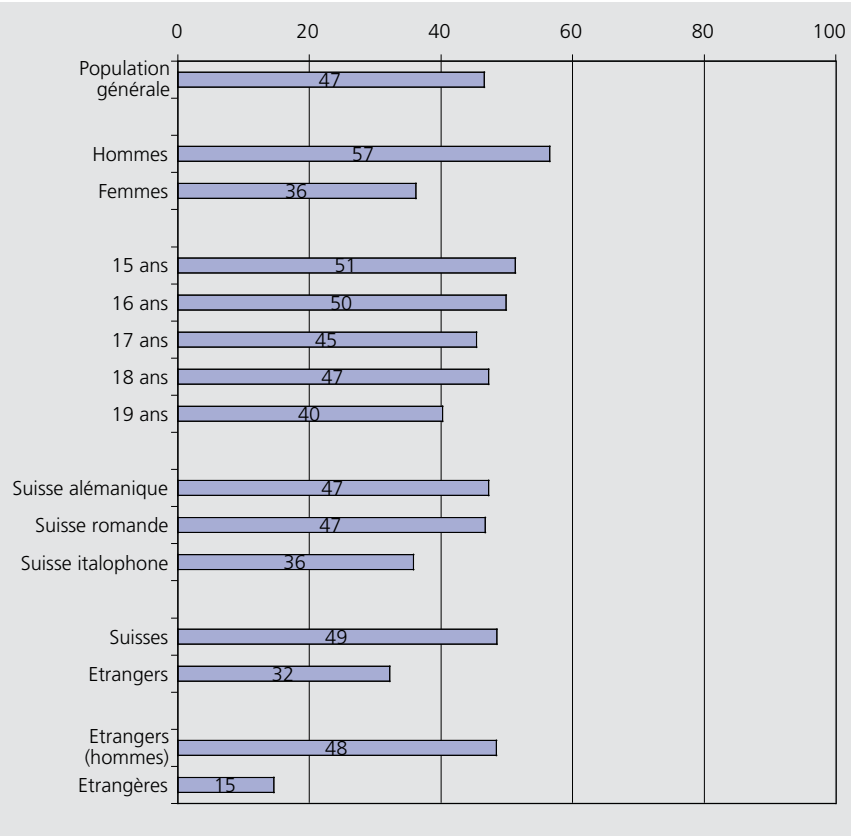
On retrouve également une nette différence entre les adolescents suisses et ceux issus de l’immigration, différence qui est particulièrement marquée chez les jeunes filles. Tandis qu’entre 15 et 19 ans, tout de même 39% des jeunes filles suisses sont membres d’un club, ce pourcentage tombe à seulement 15% chez les migrantes. Entre les régions linguistiques aussi, l’ordre s’est inversé. Alors que le Tessin compte le plus grand nombre d’enfants membres de clubs, il compte aussi le moins grand nombre d’adolescents membres de clubs. Au Tessin, l’adhésion à un club semble donc reculer nettement lors du passage de l’enfance à l’adolescence – phénomène par ailleurs documenté par le graphique 11.2.⁸

Le graphique 11.3 met en évidence l’évolution de la représentation des membres de clubs de sport dans les différentes classes d’âge. Elle révèle ainsi que les garçons et les filles n’entrent pas au même moment dans les clubs de sport et ne les quittent pas non plus au même moment. Chez les garçons, le plus fort pourcentage d’adhésions à un club est enregistré à l’âge de 10 ans (72%), après quoi il recule plus ou moins progressivement jusqu’à 55% chez les 19 ans. Le passage de l’école primaire à l’école secondaire et la fin de l’école obligatoire provoquent aussi un léger recul des adhésions aux clubs de sport. Les filles membres de clubs sont nettement moins représentées

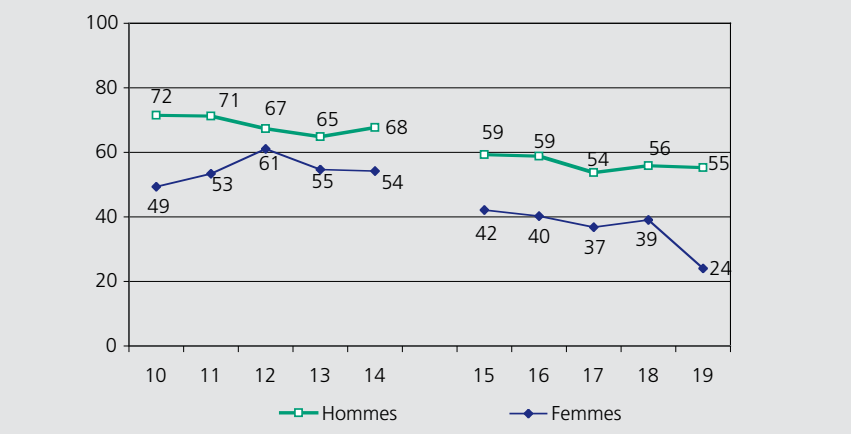
⁸ Les différences représentées sur le graphique 11.2 sont toutes statistiquement significatives, contrairement aux différences entre les lieux de résidence (ville-campagne, taille de la commune ou type de commune). Autrement dit, ni la taille de la commune ni le type de commune ou son degré d’urbanisation n’ont d’influence sur le degré d’organisation des adolescents.

que les garçons dans toutes les classes d’âge. C’est chez les filles âgées de 12 ans que leur pourcentage est le plus élevé.

G 11.2: Pourcentage d’adolescents membres d’un club de sport

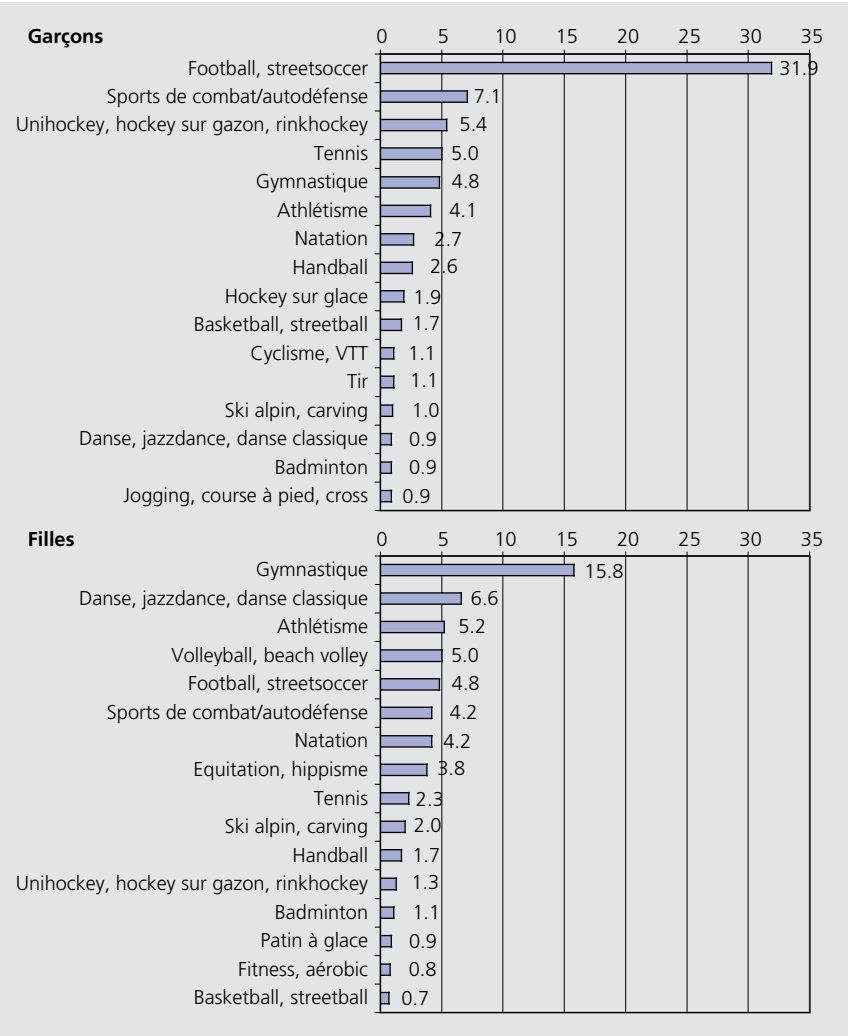


G 11.3: Adhésion à un club en fonction du sexe et de l’âge (pourcentage d’enfants et d’adolescents membres d’un club de sport)



Quand on étudie quelles disciplines sportives sont pratiquées en club, le football arrive clairement en première position chez les enfants. 19% des 10–14 ans jouent au football dans un club. Viennent ensuite la gymnastique (10%), les sports de combat tels que le judo et le karaté (6%), puis l’athlétisme (5%). Il existe des différences considérables entre les garçons et les filles (cf. graphique 11.4). Chez les garçons, le football arrive largement en tête, devant les sports de combat, le unihockey, le tennis, la gymnastique et l’athlétisme. Les filles sont le plus souvent dans un club de gymnastique et font aussi fréquemment en club de la danse, de l’athlétisme, du volleyball et du football.

G 11.4: Sports en club favoris des enfants (proportion de pratiquants en % de tous les garçons et filles de 10 à 14 ans)



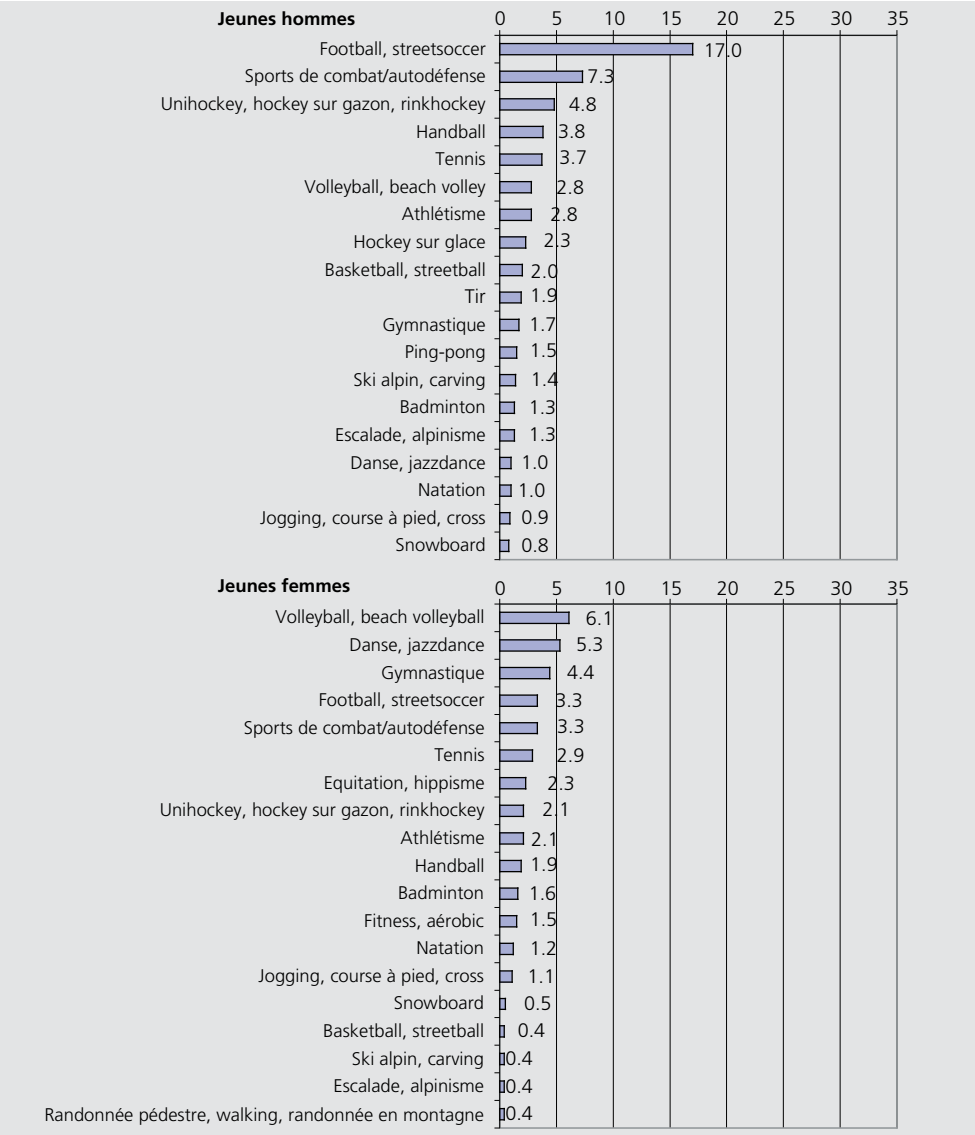
Un enfant sur quatre (24%) adhère de plus à un mouvement de jeunesse tel que les Scouts, Jungwacht ou Blauring, mais ils sont aussi, pour la majorité d’entre eux, membres d’un club de sport. 46% des enfants sont membres d’un club de sport, 16% adhèrent à la fois à un club de sport et à une organisation pour la jeunesse et

8% appartiennent uniquement à une organisation pour la jeunesse. Il reste donc 30% des 10–14 ans qui n’adhèrent ni à un club de sport ni à un mouvement pour la jeunesse.

Chez les adolescents aussi, le football arrive en tête des sports en club. 10% des 15–19 ans jouent au football dans un club. Puis viennent les sports de combat (judo, karaté, kung-fu qui représentent ensemble 5%), le volley-ball (5%) ainsi que le unihockey, le tennis, la danse, la gymnastique et le handball (resp. 4%). Le graphique 11.5 montre la liste des sports en club favoris suivant le sexe. Les trois sports

préférés des jeunes hommes (le football, les sports de combat et le unihockey) sont les mêmes que ceux des garçons, avec toutefois un net recul du football et une légère progression des sports de combat. Le handball supplante le tennis et le volley-ball arrive à la fois devant la gymnastique et l’athlétisme dans l’ordre des préférences. Le sport le plus populaire chez les jeunes filles est le volley-ball même si elles ne sont guère plus nombreuses que leurs benjamines à le pratiquer. Suivent la danse et la gymnastique, qui ont perdu beaucoup de leurs adeptes féminines ainsi que, plus surprenant, le football et les sports de combat.

G 11.5: Sports en club favoris des adolescents (proportion de pratiquants en % de tous les jeunes hommes et jeunes filles de 15 à 19 ans)



Les tableaux 11.1 et 11.2 renseignent sur les motivations pour le sport en club. Chez les enfants, la motivation centrale est l’attirance pour la discipline elle-même: on adhère au club de football parce que l’on aime y jouer. Tel est sans doute aussi le cas des adolescents, qui n’ont toutefois pas cité cet argument. Les amis et les copains que l’on se fait au club et l’esprit de camaraderie qui y règne sont également mis en avant. L’entraînement régulier et de qualité ainsi que l’encadrement par des entraîneurs compétents plaident également en faveur de l’adhésion à un club. Plus de 10% des enfants et des adolescents citent encore les compétitions comme une motivation importante. La tradition, la proximité géographique, les modèles ou le prix ne sont au contraire presque jamais évoqués parmi les raisons d’adhérer à un club.

T 11.1: Motifs d’adhésion à un club pour les enfants de 10 à 14 ans

	En % de tous les enfants qui font du sport en club
Attirance pour la discipline sportive	66,9
Amis/copains déjà dans le club	50,2
Entraînement	45,0
Compétitions	13,9
Affinités avec l’entraîneur/le moniteur	13,4
Identification au club (fierté)	1,5
Autres personnes telles que les frères et sœurs	1,2
Proximité géographique	1,1
Les parents/la famille	0,5
Idoles dans le club	0,2

T 11.2: Motifs d’adhésion à un club pour les adolescents de 15 à 19 ans

	En % de tous les adolescents qui font du sport en club
Amis/copains déjà dans le club	36,7
Camaraderie/esprit de groupe	35,3
Entraînements réguliers, horaires fixes	27,7
Entraînement de qualité, offre de sport adéquate	16,9
Sport possible uniquement en club	14,4
Compétitions	11,6
Affinités avec l’entraîneur	3,9
Tradition/habitude, adhésion depuis l’enfance	2,0
Proximité géographique	1,8
Prix modique/bon rapport prix/prestation	1,7
Idoles dans le club	0,4
Identification au club (fierté)	0,3

12. Expérience du sport associatif

Une enquête minutieuse sur l’expérience des enfants et des adolescents en matière de club permet également de déterminer avec précision la fréquence des changements et le moment où ils se produisent. Les enfants de 10 à 14 ans sont en moyenne depuis trois ans dans leur club actuel. Les enfants plus âgés et les garçons de manière générale y sont depuis un peu plus longtemps que les garçons et les filles plus jeunes.⁹ La région linguistique et la nationalité n’ont en revanche pas d’influence significative sur la durée de l’adhésion.

44% des enfants âgés de 10 à 14 ans ont déjà quitté un club de sport durant leur courte «carrière» associative. Autrement dit, ils ont déjà quitté au moins un club. La plupart des départs ou des changements de clubs sont observés chez les enfants qui continuent de faire du sport en club (cf. tableau 12.1). Même parmi ceux qui ne font plus de sport aujourd’hui cependant, 35% ont été membres d’un club de sport. Dans des cas isolés (c.-à-d. 2% des cas), les enfants ont déjà changé au moins trois fois de club.

T 12.1: Départs chez les enfants âgés de 10 à 14 ans

	Ensemble	Non-sportifs	Sportifs ex-membres d’un club	Sportifs actuellement mem-bres d’un club
N’a encore jamais quitté son club de sport	56	65	58	53
A quitté un seul club de sport à ce jour	34	26	34	36
A quitté 2 clubs de sport à ce jour	8	7	6	9
A quitté 3 clubs de sport voire davantage à ce jour	2	2	2	2

37% des enfants sont restés dans leur club jusqu’à deux ans, 45% y sont restés deux à trois ans et 18% y sont restés plus de trois ans. Les adhésions à un club ont duré en moyenne 2,2 ans, ce qui vaut aussi bien pour les enfants qui font toujours du sport en club à ce jour (qui ont donc simplement changé de club) que pour ceux qui ne font plus de sport en club. Les enfants qui sont devenus physiquement inactifs après avoir quitté leur club sont restés en moyenne un peu plus longtemps (2,5 ans) dans leur club.

Le pourcentage d’enfants qui ont déjà quitté un club de sport augmente naturellement avec l’âge: de 36% chez les enfants âgés de 10 ans, il passe à 58% chez ceux âgés de 14 ans. On remarque malgré tout que plus d’un enfant âgé de 10 ans sur trois a déjà quitté un club de sport. Conformément à leur taux de représentation actuel dans les clubs, les enfants suisses quittent aussi plus souvent

⁹ Nombre d’années dans le club actuel: moyenne arithmétique: 3,1 (dans le premier club), 2,5 (dans le deuxième club; pour les enfants membres de plus d’un club); médiane: 3 (dans tous les clubs). La durée d’adhésion augmente linéairement avec l’âge; ainsi les enfants de 10 ans ne sont-ils que depuis 2,6 ans dans leur club actuel contre 3,8 ans pour les adolescents de 14 ans. Les garçons y sont en moyenne depuis 3,3 ans contre 2,9 ans pour les filles.

leur club (45%) que les enfants de nationalité étrangère (34%). Aucune différence n’est en revanche observée selon le sexe (pour une fois, les fillettes étrangères ne se distinguent pas des garçons étrangers), la région linguistique, le statut social des parents ni la région de résidence. Quant à la fidélité au club, elle n’est pas plus marquée chez les filles que chez les garçons, ni chez les habitants des villes que chez ceux des campagnes ou chez les Romands et les Tessinois que chez les Suisses alémaniques.

Les raisons de quitter son club sont récapitulées dans le tableau 12.2. Les plus fréquemment invoquées par les enfants sont la perte d’intérêt pour le sport en question ou le fait qu’il ne leur procure plus de plaisir. Le manque de temps dû à l’école ou à d’autres loisirs est également cité. Chez les enfants qui font toujours du sport en club aujourd’hui, le départ a souvent été motivé par la volonté de changer de discipline sportive. Cela étant, dans plus d’un cas sur dix, ce sont les disputes et le mobbing qui expliquent le départ, ou encore des problèmes d’entraînement, d’horaires ou de relations avec l’entraîneur. Des critères comme la charge d’entraînement supplémentaire, les objectifs de performance non atteints, la pression exercée par les parents ou l’aspect financier ont en revanche une importance secondaire.

T 12.2: Raisons de quitter son club (en % de tous les enfants qui ont quitté leur club)

	Ensemble	Non-sportifs	Sportifs ex-membres d’un club	Sportifs actuelle-ment membres d’un club
Perte d’intérêt/de plaisir pour le sport en question	35,1	33,0	32,7	36,3
Prenait trop de temps (en plus de l’école/des amis)	18,6	28,8	17,5	17,5
Changement de discipline sportive	17,8	4,9	7,9	23,3
Conflits, mobbing, «taquineries»	11,0	13,4	12,8	10,0
N’a pas aimé l’entraînement	9,0	6,0	7,8	9,9
Horaires d’entraînement peu pratiques	5,5	8,5	6,4	4,7
Problèmes/mésentente avec l’entraîneur	5,4	8,4	2,6	6,0
Déménagement	5,2	8,4	5,3	4,7
Autres centres d’intérêts/loisirs/obligations (non sportifs)	5,0	1,7	7,3	4,6
Raisons organisationnelles: équipe dissoute, etc.	4,0	3,4	2,2	4,8
Départ parallèle d’autres copains	3,3	5,3	2,0	3,5
Refus de la charge d’un entraînement supplémentaire	3,3	2,8	4,2	3,0
Accident, blessure dus au sport	3,2	5,4	3,9	2,6
Départ du/de la (meilleur) ami(e)	2,1	0,0	3,1	2,1
Objectifs de performance non atteints	2,1	0,7	2,0	2,4
Pression des parents pour quitter le club	0,4	0,0	0,0	0,7
Raisons financières: le sport est devenu/ revenait trop cher	0,2	0,0	0,0	0,3

Près d'un enfant ayant quitté son club sur deux (47%) en a parlé avec quelqu'un avant de mettre son projet à exécution.¹⁰ En général, il en a parlé avec son entraîneur, mais aussi avec un autre adolescent ou adulte membres du club voire, dans certains cas, avec le président du club. Dans 10% de ces entretiens, l'enfant a été orienté vers un autre club. Chez les actuels non-sportifs, cela n'a cependant été le cas que dans un entretien sur 37.

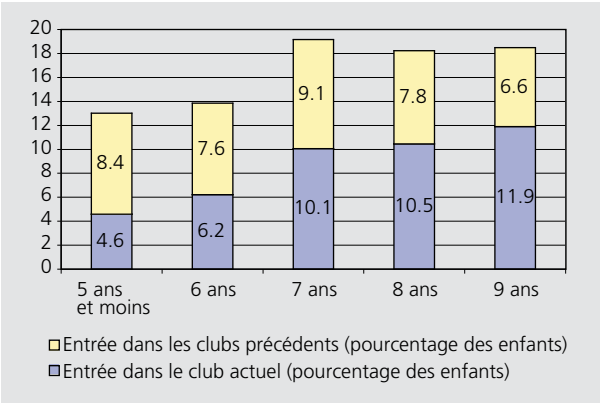
T 12.3: Entretiens préalables au départ

	En % de tous les enfants ayant quitté leur club
Enfants qui n'ont pas parlé de leur départ avec une personne du club	53,2
Enfants qui quittent le club en ayant parlé de leur départ avec une personne du club	46,8
avec l'entraîneur	33,0
avec un autre adolescent membre du club	9,2
avec un autre adulte membre du club	3,5
avec le président du club	1,1

L'enquête approfondie sur l'expérience du sport associatif, qui renseigne précisément sur la première année d'adhésion et l'année de départ des membres, permet de calculer combien d'enfants entrent dans un club ou le quittent à quel âge. Le graphique 12.1 montre que 13% des enfants avaient moins de 6 ans lorsqu'ils sont entrés pour la première fois dans un club. Plus d'un de ces enfants sur trois est toujours membre du club en question entre 10 et 14 ans. Près de deux sur trois l'ont par contre quitté. Sur les 20% d'enfants qui entrent dans un club de sport à l'âge de 7 ans, environ un sur deux l'auront quitté avant d'avoir atteint la classe d'âge des 10–14 ans.

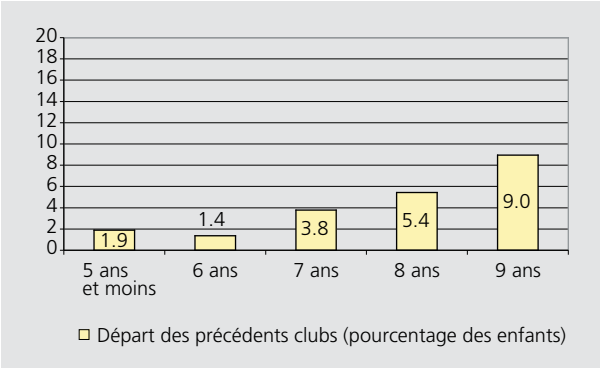
¹⁰ Cela vaut aussi bien pour les enfants qui ont changé de club que pour ceux qui continuent de faire du sport en dehors d'un club ou ne font plus de sport.

G 12.1: Nombre d'adhésions à un club dans les différentes classes d'âge (en % de tous les enfants âgés de 10 à 14 ans, adhésions multiples comprises)



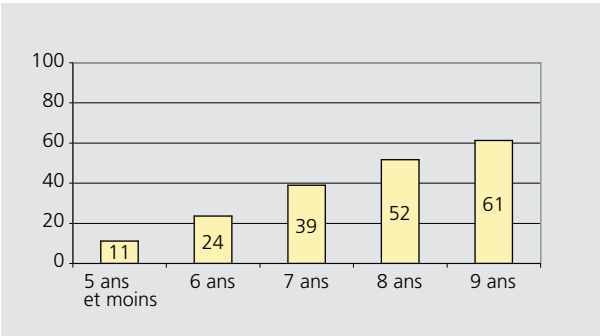
Le graphique 12.2 montre que 2% des enfants ont déjà quitté un club avant leurs 6 ans. Plus les enfants grandissent, plus le nombre de départs augmente «naturellement». A l'âge de 9 ans, 19% des enfants entrent dans un club, mais 9% en quittent un (graphique 12.1).

G 12.2: Nombre de départs dans les différentes classes d'âge (pourcentage de tous les enfants âgés de 10 à 14 ans, y compris les adhésions multiples)



L'effectif net des membres de clubs dans les différentes classes d'âge se calcule sur la base des adhésions et des départs. Le graphique 12.3 montre que 11% des enfants de 5 ans sont membres d'un club de sport. L'effectif augmente de manière continue, si bien qu'à l'âge de 9 ans, 61% des enfants sont déjà membres d'un club, ce qui correspond exactement au pourcentage mesuré chez les enfants de 10 ans (cf. graphique 11.1).

G 12.3: Effectif net calculé d'après les adhésions et les départs (proportion d'enfants membres d'un club en % de tous les enfants)



On a demandé aux enfants d'indiquer non seulement la date exacte de leur entrée dans leurs clubs successifs et celle où ils les ont quittés, mais aussi tous les sports qu'ils ont faits dans ces clubs. Chez les garçons, le football a été le plus fréquemment cité, avant la gymnastique, les sports de combat (en particulier le judo, le karaté), la natation, les scouts et autres organisations pour la jeunesse, le tennis, l'athlétisme, le unihockey, le handball et le hockey sur glace. Chez les filles, la gymnastique arrive loin devant la danse, la natation, les sports de combat (en particulier le judo et le karaté), les scouts et autres organisations pour la jeunesse, l'équitation, le tennis, le volley-ball, le football, le handball, l'athlétisme et le patin à glace. Les sports typiques de débutants, autrement dit les sports qui tiennent le haut du pavé dans le premier club où l'on s'inscrit sont la gymnastique, le football, la natation et les sports de combat (à savoir le judo et le karaté). C'est ainsi que 44% des garçons âgés de 10 à 14 ans ont déjà joué une fois au football dans un club; 32% continuent à ce jour, tandis que 12% ont tourné le dos au football en club. 34% des filles de 10 à 14 ans ont déjà fait de la gymnastique dans un club. 16% continuent actuellement, tandis que 18% ont déjà arrêté.

Les **adolescents** âgés de 15 à 19 ans qui font encore du sport aujourd'hui ont été interrogés sur leur expérience du sport associatif, bien que moins en détail. 63% d'entre eux ont déjà quitté une fois un club de sport au cours de leur carrière sportive actuelle (cf. tableau 12.4). En moyenne, les adolescents sont restés exactement 3 ans dans le club concerné.

T 12.4: Départ des adolescents qui font encore du sport aujourd'hui (en %)

	Ensemble des sportifs	Sportifs ex-membres d'un club	Sportifs actuellement membres d'un club
N'a encore jamais quitté son club de sport	37	36	39
A quitté un seul club à ce jour	33	32	34
A quitté 2 clubs de sport à ce jour	18	18	18
A quitté 3 clubs de sport voire davantage à ce jour	12	14	9

Les raisons ayant motivé les départs sont identiques à celles que nous avons déjà recensées chez les enfants (cf. tableau 12.5). La première est la perte du plaisir suscité par le sport, puis viennent le manque de temps et le changement de discipline. Les adolescents évoquent moins souvent que les enfants les conflits et le «mobbing», tandis que les problèmes avec l’entraîneur semblent augmenter avec l’âge. La charge trop élevée que représente l’entraînement ou la trop forte pression des résultats sont des arguments qui reviennent un peu plus souvent que chez les enfants mais encore relativement rarement. Il se pourrait cependant que ces derniers se cachent souvent derrière la réponse bateau «ce sport ne me procure plus de plaisir.»

T 12.5: Raisons de quitter son club (en % de tous les adolescents sportifs qui ont quitté leur club)

	Ensemble des sportifs	Ex-membres d’un club	Aujourd’hui dans un autre club
Perte d’intérêt/de plaisir pour le sport en question	45,1	48,4	42,3
Prenait trop de temps (en plus de l’école/des amis)	34,3	44,7	25,6
Changement de discipline sportive	20,2	10,8	28,2
Problèmes/mésentente avec l’entraîneur	8,5	9,2	7,9
Raisons organisationnelles: équipe dissoute, etc.	8,1	7,8	8,4
Autres centres d’intérêt/loisirs/obligations (non sportifs)	7,9	6,3	9,3
Déménagement	6,5	6,7	6,3
N’a pas aimé l’entraînement	6,4	6,6	6,3
Conflits, mobbing, «taquineries»	6,3	6,3	6,3
Horaires d’entraînement peu pratiques	5,8	6,8	5,0
Accident, blessure dus au sport	5,3	6,9	4,0
Refus de la charge d’un entraînement supplémentaire	4,9	5,8	4,2
Objectifs de performance non atteints	3,7	3,6	3,8
Départ parallèle d’autres copains	2,6	3,5	1,8
Raisons financières: le sport est devenu/revenait trop cher	1,6	2,7	0,8
Départ du/de la (meilleur) ami(e)	1,2	1,4	1,0
Pression des parents pour quitter le club	0,5	0,1	0,7

54% des adolescents qui ont quitté leur club ont préalablement fait part de leur intention à une personne du club (cf. tableau 12.6). En règle générale, ils en ont parlé avec l’entraîneur. Dans 11% des cas, un autre club leur a été recommandé.



T 12.6: Entretiens préalables au départ

	En % de tous les adolescents ayant quitté leur club
L’adolescent qui quitte le club n’a pas parlé de son départ avec une personne du club	46,3
L’adolescent qui quitte le club a parlé de son départ avec une personne du club	53,7
avec l’entraîneur	43,4
avec un adolescent membre du club	5,8
avec un adulte membre du club	1,6
avec le président du club	2,9

Quitter un club ne signifie pas obligatoirement renoncer définitivement au sport associatif, comme le montrent les intentions des enfants et des adolescents qui ne font pas de sport en club actuellement. Près de la moitié (47%) des enfants qui ne sont pas inscrits dans un club actuellement sur deux peuvent s’imaginer s’y inscrire à nouveau à l’avenir. 30% des autres enfants interrogés ne l’excluent pas. Seuls 23% rejettent catégoriquement cette idée. Chose intéressante, on ne constate pas à cet égard de différence significative entre ceux qui font du sport et ceux qui n’en font pas. Quasiment un non-sportif sur deux (48%) peut également s’imaginer reprendre le sport dans un club tandis que 27% l’excluent. Le tableau 12.7 présente les conditions citées comme nécessaires pour permettre une réinscription dans un club. Outre le temps, l’offre adéquate et l’envie, des facteurs sociaux tels qu’une personne qui motive et accompagne, ainsi que la sociabilité dans le club sont d’importantes incitations à commencer le sport.

T 12.7: Conditions du retour dans un club (uniquement pour les enfants âgés de 10 à 14 ans)

	Ensemble	Fait du sport hors d’un club	Non-sportifs
Davantage de temps (grâce à la suppression d’autres obligations)	18,1	16,2	22,6
Compagnie d’autres personnes (copains) qui motivent	15,2	13,2	20,1
Offre adéquate à proximité	13,7	15,7	8,8
Envie plus grande/réelle	12,3	11,9	13,1
Convivialité (avec mes copains)	12,1	12,8	10,5
Niveau adapté à mes capacités	7,8	9,4	3,7
Bon entraîneur, bon entraînement	6,0	6,8	4,0
(Davantage de) soutien des parents	3,6	2,5	6,3
Objectif clair (par ex. compétition)	2,6	2,7	2,5
Ne sait pas	15,0	15,6	13,7

13. Bénévolat dans les clubs de sport



47% des **adolescents** qui font du sport sans être membres d’un club de sport actuellement peuvent également s’imaginer adhérer de nouveau à un club. 24% excluent catégoriquement cette idée. Les jeunes hommes (53%) y sont davantage enclins que les jeunes filles (44%) et les Alémaniques (51%) davantage enclins que les Romands (36%) ou les italophones (42%). En termes d’âge et de nationalité par contre, on ne constate pas de différences significatives. Pour que les adolescents sautent réellement le pas, il leur faudrait – comme aux enfants – en première ligne plus de temps (condition citée par 39%), trouver une offre adéquate à proximité (18%), être motivés par une autre personne (15%), trouver au club un terrain de socialisation (8%) et un niveau qui leur corresponde (4%).

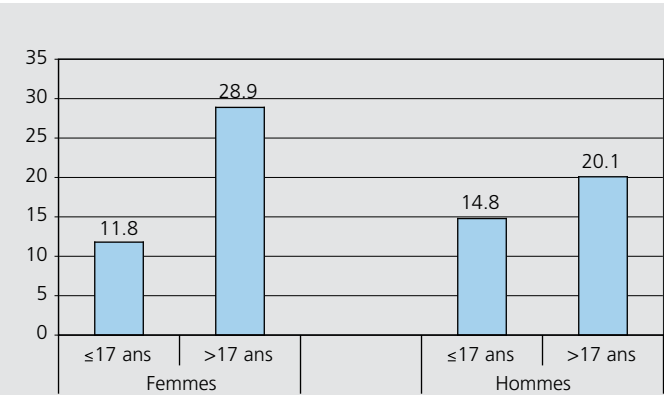
8% des **adolescents** âgés de 15 à 19 ans s’engagent bénévolement dans un club de sport (cf. tableau 13.1).¹¹ Ainsi, dans cette classe d’âge, environ un membre actif sur six (17%) travaille bénévolement et 4% de tous les membres actifs ont fait du bénévolat dans le passé.

T 13.1: Bénévolat dans les clubs de sport chez les 15–19 ans

	En % de tous les membres actifs	En % de tous les adolescents
Bénévoles actuellement	17,0	7,9
Bénévoles dans le passé	4,4	2,0
Ni actuellement, ni dans le passé	78,6	90,1

La proportion de sportifs qui travaillent bénévolement pour leur club est sensiblement identique chez les jeunes hommes (17%) et les jeunes filles (18%). La proportion de membres bénévoles varie cependant nettement selon la classe d’âge (cf. graphique 13.1). Chez les jeunes filles, elle passe de 12% chez les 15–17 ans à près de 30% chez les 18–19 ans. Chez les jeunes hommes, cette proportion augmente dans une bien moindre mesure, passant de 15% chez les 15–17 ans à 20% chez les 18–19 ans. Au vu de l’évolution différente de leur adhésion au sport associatif (cf. graphique 11.3), cela signifie que dans les clubs, les jeunes filles restent plus souvent membres dans le cadre d’un engagement bénévole, tandis que pour les hommes, l’activité sportive constitue la motivation principale. En forçant un peu le trait, on pourrait dire que les jeunes hommes font du sport en club alors que les jeunes filles se lancent dans le bénévolat ou quittent leur club.

G 13.1: Bénévolat dans les clubs selon l’âge et le sexe (proportion des membres actifs qui font du bénévolat)



L’engagement bénévole des jeunes adultes couvre une large palette d’activités qui demandent plus ou moins de temps (cf. tableau 13.2). La majorité (62%) des adolescents bénévoles s’engagent comme entraîneurs ou moniteurs. 14% occupent déjà une fonction au comité de direction du club et environ un sur cinq travaille comme arbitre. 14% s’engagent lors de manifestations sportives spécifiques et d’activités du club, ou occupent d’autres fonctions (presse, entretien, etc.).

En moyenne, les adolescents bénévoles consacrent 2,2 heures par semaine à leur activité bénévole. 43% y consacrent jusqu’à une heure par semaine, 42% d’une à trois heures par semaine et 14% plus de trois heures par semaine.

Plus d’un bénévole sur deux ne touchent aucune indemnité à l’exception du remboursement occasionnel de certains frais. Un quart des bénévoles perçoivent une indemnité partielle. Un sur cinq, tout de même, est payé pour l’essentiel, voire pour la totalité de son travail.

¹¹ Par «bénévolat» on entend ici toute forme de collaboration gracieuse et volontaire dans un club de sport même s’il ne s’agit pas d’une fonction à laquelle on a été élu.

14. Aptitudes sportives

T 13.2: Caractéristiques du bénévolat en club et témoignages

En % de tous les bénévoles		
Fonction occupée	Comité de direction (présidence, vice-présidence, secrétaire, caissier, etc.)	14,0
	Entraîneur, moniteur	62,0
	Arbitre	18,2
Temps consacré par semaine	Autre fonction, direction/collaboration lors de manifestations	14,0
	Aucun	11,2
	Jusqu’à une heure	32,2
	Entre une heure un quart et deux heures	28,8
	Entre deux heures un quart et trois heures	13,7
Indemnité	Plus de 3 heures	14,0
	Aucune indemnité	53,1
	Indemnité partielle	27,7
	Indemnité couvrant la plus grande partie du travail	7,2
	Indemnité pour la totalité du travail	12,0
Motivation	Plaisir procuré par le travail	41,2
	Plaisir de travailler avec/pour d’autres	12,6
	S’engager pour le club, les collègues du club	18,3
	Travail utile, dimension sociale	13,7
	Raison professionnelle, pour l’indemnité	0,8
Satisfaction	Autres	13,3
	Très satisfait	38,5
	Satisfait	54,2
	En partie satisfait	4,5
	Plutôt insatisfait	2,8

N.B. Les réponses multiples étaient autorisées, ce qui explique que la somme des pourcentages soit supérieure à 100.

La rémunération n’est cependant quasiment jamais citée comme la motivation principale du travail dans un club. Les adolescents mettent au contraire au premier plan le plaisir que leur procure leur travail, la volonté de s’engager pour leur club, la conviction de faire un travail utile pour la société ou le plaisir de travailler avec et au service d’autrui.

Les adolescents bénévoles se disent en grande partie satisfaits, voire très satisfaits de leur travail pour un club de sport. Dans la logique de cette satisfaction élevée, deux sur trois (64%) reprendraient leur activité bénévole si c’était à refaire. Près d’un sur quatre (23%) le referait mais à certaines conditions. Certains se montrent par contre plus réservés et ne reprendraient plutôt pas (7%) voire en aucun cas (5%) leur activité bénévole. La satisfaction et la disponibilité à reprendre une activité bénévole ne dépendent pas de la fonction occupée.

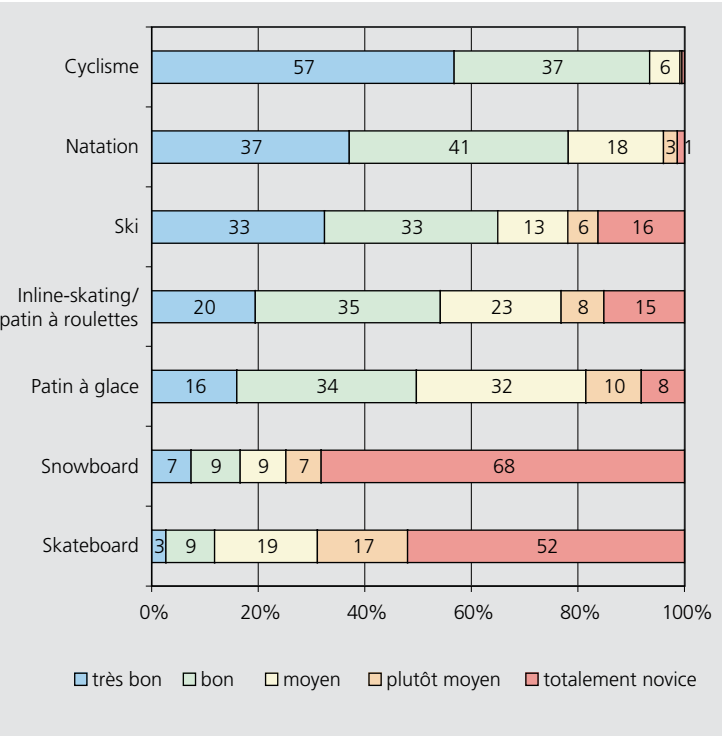
La grande majorité des membres actifs qui n’ont encore jamais fait de bénévolat n’ont pas non plus reçu de demande concrète dans ce sens. Les 16% restants ont en règle générale été sollicités comme entraîneurs ou moniteurs. Dans des cas isolés, un poste au comité de direction du club leur a été proposé. La majorité (58%) des adolescents sollicités qui

ont refusé le poste proposé l’ont fait par manque de temps. Le refus peut notamment aussi avoir été motivé par un manque de qualifications (8%), l’âge (trop jeune, trop engagé comme sportif actif 8%) ou d’autres centres d’intérêt (7%). 58% des personnes ayant refusé une activité bénévole pourraient cependant s’imaginer accepter à l’avenir.

Sur l’ensemble des adolescents membres de club qui ne font pas de bénévolat, ils sont tout de même plus d’un sur trois (36%) à pouvoir se l’imaginer à l’avenir. La disponibilité à réitérer l’expérience est encore plus forte chez ceux qui ont déjà fait du bénévolat. Plus d’un bénévole sur deux (52%) peut s’imaginer recommencer.

Les **enfants** ont également été interrogés sur leurs aptitudes sportives. Ils ont dû indiquer leur niveau en vélo, natation, ski, inline-skating, patin à glace, snowboard et skateboard. Le graphique 14.1 montre qu’une nette majorité des 10–14 ans s’attribuent de bonnes notes surtout en cyclisme mais aussi en natation et en ski. Seuls 6% s’estiment moyennement doués pour le vélo, 22% se jugent moyens voire mauvais en natation et 16% ne savent absolument pas skier. Alors qu’environ un enfant sur deux se considère encore comme bon en inline-skating et en patin à glace, seule une petite minorité d’entre eux maîtrisent le snowboard et le skateboard.

G 14.1: Aptitudes dans différentes disciplines sportives



Quand on cherche à identifier les facteurs qui influencent les aptitudes sportives, on constate tout d’abord des différences significatives entre les sexes. Les filles sont meilleures en natation, patin à glace et inline-skating, tandis que les garçons sont plus forts en snowboard et surtout en skateboard. Comme il fallait s’y attendre, les enfants de nationalité étrangère sont nettement moins bons que la moyenne en ski et en snowboard. Parmi les enfants issus de l’immigration, seuls 39% se qualifient de bons skieurs et seuls 11% de bons snowboarders, contre respectivement 68% et 17% des enfants suisses.

Les enfants romands se jugent nettement meilleurs en natation, patin à glace et ski que ne le font les Suisses alémaniques et les Tessinois. Les Alémaniques se donnent en revanche de meilleures notes en inline-ska-

ting. Le niveau de ski et de patin à glace dépend en outre de la taille et du degré d’urbanisation de la commune de résidence. Dans les grandes communes urbaines, les enfants savent mieux patiner alors que dans les petites communes rurales, ils savent mieux skier, mais cette opposition ville-campagne n’existe qu’en ski et non en snowboard. Dans les grandes zones urbaines, les enfants ont même tendance à être légèrement plus forts en snowboard, voire aussi en skateboard.¹² En ski surtout, l’origine a une grande influence. Les enfants issus de milieux culturellement et matériellement aisés sont significativement meilleurs en ski.

On n’est guère surpris de constater qu’il existe une corrélation entre les aptitudes sportives et l’activité sportive. Il est en revanche frappant que cette corrélation soit aussi forte. Pour l’ensemble des aptitudes figurant dans le graphique 14.1, quelle que soit la discipline sportive, la règle est que plus les adolescents passent d’heures à s’entraîner chaque semaine, plus ils se trouvent bons dans leur sport. L’absence de corrélation entre les aptitudes sportives et l’âge est en revanche plus surprenante. On pourrait en effet supposer qu’un adolescent de 14 ans est en moyenne meilleur en cyclisme, natation, ski, inline-skating, patin à glace, snowboard ou skateboard qu’un autre âgé de 11 ans. L’absence de corrélation avec l’âge s’explique probablement par le fait que l’on n’a pas mesuré les aptitudes elles-mêmes mais l’idée que s’en font les intéressés. Les enfants semblent se comparer automatiquement à leurs camarades du même âge lorsqu’ils évaluent leurs aptitudes sportives.

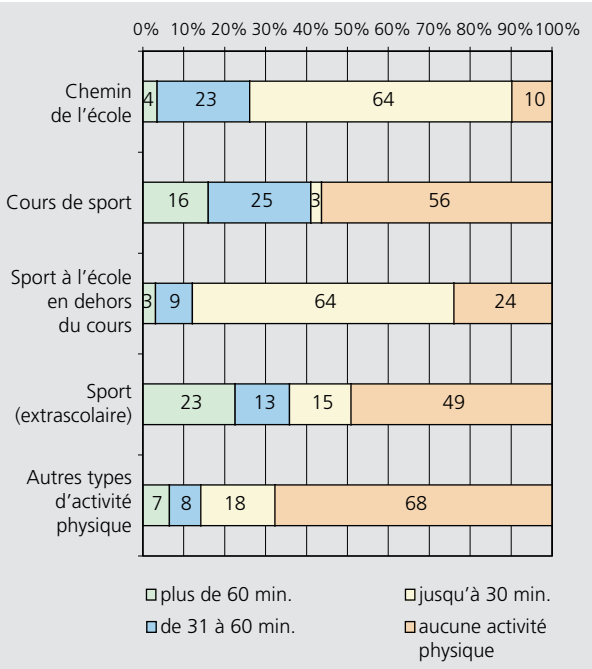
¹² La corrélation entre le niveau en snowboard ou en skateboard et le degré d’urbanisation ou la taille de la commune n’est toutefois pas statistiquement significative.

15. Pratique sportive

En sus de la place qu’ils accordent au sport, les enfants interrogés ont également dû décrire leurs habitudes en matière d’activité physique et de sport un jour donné, par exemple le week-end. Les jours de référence étaient d’une part «hier» – si «hier» n’était pas un jour d’école (par ex. parce que l’interview avait lieu un lundi), les questions se rapportaient au dernier jour d’école – et d’autre part, «le week-end dernier», en additionnant toutes les activités du samedi et du dimanche.

Les questions concrètes sur l’activité physique pratiquée le jour de référence concernaient le chemin de l’école, le sport scolaire (cours de sport y compris sport scolaire facultatif et éventuelles manifestations sportives ou excursions), l’activité physique avant, pendant ou après le cours, toutes les activités sportives extrascolaires ainsi que tous les autres types d’activité physique. Concernant la référence du «week-end dernier», une distinction était opérée entre les activités sportives et toutes les autres activités physiques. Les graphiques 15.1 et 15.2 offrent une vue d’ensemble des activités les deux jours de référence.

G 15.1: Activité physique et sportive un jour d’école (pourcentage des enfants âgés de 10 à 14 ans)

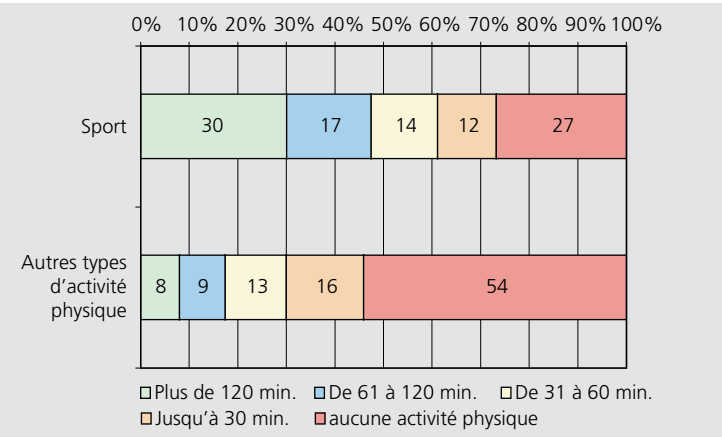


On distingue deux cadres dans lesquels plus d’un tiers des 10–14 ans pratiquent plus d’une demi-heure d’activité physique par jour: le cours de sport à l’école (41%) et le sport

extrascolaire (36%). Pour près d’un enfant sur quatre, le sport extrascolaire représente même plus d’une heure d’activité physique quotidienne. Les activités pratiquées juste avant, juste après ou pendant l’école (c.-à-d. pendant les récréations) ainsi que sur le chemin de l’école, permettent à la très grande majorité des enfants de faire un peu d’exercice. En règle générale toutefois (c.-à-d. pour 64% des enfants), l’activité physique dans les cours de récréation et sur le chemin de l’école ne dépasse pas 30 minutes par jour.

Le week-end, les activités sportives occupent le premier rang (cf. graphique 15.2). 30% des enfants font plus de deux heures de sport le week-end, et 17% d’entre eux en font en tout cas plus d’une heure. Par contre, 27% des 10–14 ans n’ont d’activité sportive ni le samedi ni le dimanche. En dehors du sport, l’activité physique du week-end s’avère plutôt restreinte. Plus d’un enfant sur deux (54%) déclare n’avoir eu aucune autre activité physique que le sport, le week-end. Seuls 17% font état d’une activité physique extrasportive de plus d’une heure.

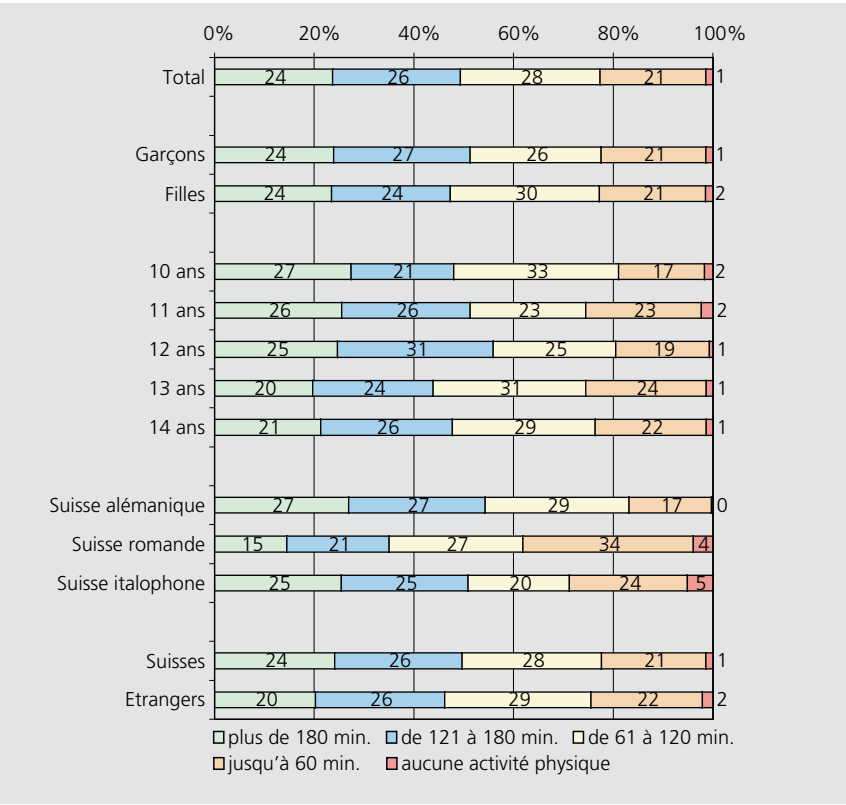
G 15.2: Activité physique un week-end (pourcentage des enfants âgés de 10 à 14 ans)



Les résultats des graphiques 15.1 et 15.2 laissent supposer qu’en moyenne, les enfants ont une plus grande activité physique un jour d’école normal que sur l’ensemble du week-end. Les tableaux 15.3 et 15.4, qui représentent l’ensemble de l’activité physique, confirment cette hypothèse. Il n’y a guère d’enfants totalement inactifs un jour d’école normal, tandis que près d’un enfant sur cinq (18%) n’a pas d’activité physique digne de ce nom les week-ends normaux. Les jours d’école, 50% des enfants atteignent plus de deux heures d’activité physique au total, contre 40% seulement les week-ends.

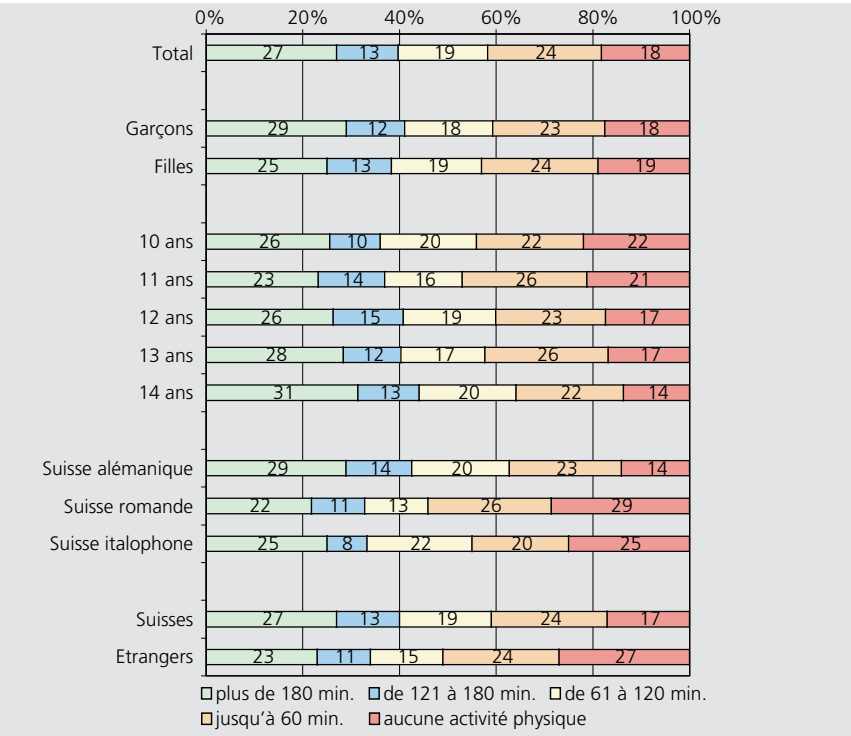
Les nettes différences selon le sexe et la nationalité qui avaient été observées dans la place faite au sport (cf. chapitres 3 et 9) ne se retrouvent pas dans les habitudes générales en matière d’activité physique. Les filles ont une activité physique comparable à celle des garçons aussi bien les jours d’école normaux que les week-ends. Durant la semaine, les enfants suisses ont tout autant d’activité physique que les enfants d’une autre nationalité. Ces derniers sont par contre moins actifs le week-end (cf. graphiques 15.3 et 15.4). Une corrélation avec l’âge un peu plus nette et donnant lieu à plusieurs interprétations possibles s’observe. Les jours d’école normaux, la proportion d’enfants qui ont une activité physique très importante (c.-à-d. de plus de 3 heures) diminue avec l’âge, mais parallèlement, la proportion d’enfants qui n’ont aucune activité physique le week-end diminue aussi. Une nette corrélation avec la région linguistique apparaît également. En Suisse alémanique, les enfants ont une activité physique nettement plus importante qu’en Suisse romande, aussi bien les jours d’école que le week-end. Les habitudes en matière d’activité physique des enfants tessinois se situent entre les deux. En dehors du sport extrascolaire, les enfants suisses alémaniques ont, surtout sur le chemin de l’école, mais aussi avant, après ou durant l’école, une activité physique nettement plus importante que les Romands ou les Tessinois. Ces derniers se distinguent en revanche par une activité physique plus importante dans le cadre du sport scolaire obligatoire.

G 15.3: Vue d’ensemble de l’activité physique un jour d’école (en % de tous les 10–14 ans)



16. Méthode de recherche et sondage

G 15.4: Vue d'ensemble de l'activité physique le week-end (en % de tous les 10–14 ans)



On a demandé aux enfants et à leurs parents de comparer l'activité physique des enfants à celle de leurs camarades de classe. Les résultats de cette enquête sont résumés dans le tableau 15.1. 46% des enfants et 46% des parents sont d'avis qu'ils/leurs enfants ont une activité physique supérieure à celle des autres enfants de la classe. Seuls 10% des enfants et des parents postulent une activité physique moins importante que celle des autres enfants de la classe.

L'évaluation des parents et celle des enfants concernant les habitudes en matière d'activité physique sont très concordantes.¹³ Dans certains cas isolés cependant, leurs avis peuvent aussi être diamétralement opposés.

T 15.1: Auto-évaluation des habitudes en matière d'activité physique comparative-ment à celles des enfants du même âge

	Evaluation des enfants	Evaluation des parents
Activité physique beaucoup plus importante	11,0	14,4
Activité physique légèrement plus importante	34,8	31,6
Activité physique sensiblement identique	43,9	43,8
Activité physique légèrement inférieure	9,7	9,2
Activité physique nettement inférieure	0,7	1,0
Total	100,0	100,0

¹³ Coefficient gamma 0,61; très significatif.

Les présents résultats sont fondés sur une enquête menée auprès d'enfants et d'adolescents dans le cadre de «Sport Suisse 2008». Ce projet se compose d'une enquête de base complétée par des modules régionaux supplémentaires ainsi que d'une enquête complémentaire «Adolescents» et d'une enquête complémentaire «Enfants».¹⁴

L'ensemble de ces enquêtes ont été réalisées à l'aide d'interviews téléphoniques assistées par ordinateur (CATI) par les laboratoires téléphoniques de LINK à Lucerne, Zurich et Lausanne. Les interviews, qui duraient en moyenne une trentaine de minutes, ont été menées dans les trois langues nationales (allemand, français et italien). Le projet s'est étendu de début février à fin juillet 2007. Tous les enquêteurs et leurs supérieurs avaient préalablement reçu une formation approfondie. Les enquêteurs chargés de conduire les interviews des enfants ont été soigneusement sélectionnés et spécialement formés.¹⁵

Afin d'élaborer les questionnaires, des entretiens personnalisés ont également été réalisés en tête à tête avec des enfants de différents âges. Par ailleurs, la compréhensibilité et le déroulement de l'enquête téléphonique ont été testés préalablement à deux reprises. Alors que le questionnaire soumis aux adolescents n'est guère différent du questionnaire de base, un questionnaire spécifique a été établi pour les enfants. Celui-ci contenait des questions ciblées et formulées un peu différemment, et utilisait la forme du tutoiement. Les interviews pouvaient également prendre la forme d'interviews proxy où l'un des parents fait l'intermédiaire entre l'intervieweur et l'enfant en leur transmettant les questions et les réponses.¹⁶ Une autorisation parentale avait préalablement été demandée pour chaque enfant interrogé.

¹⁴ cf. à ce sujet Lamprecht, M., Fischer, A. & Stamm, H.P. (2008): Sport Suisse 2008: Activité et consommation sportives de la population suisse. Macolin: Office fédéral du sport, OFSPO

¹⁵ L'enquête téléphonique est une méthode encore rarement utilisée avec les enfants en Suisse. Le parfait déroulement du processus est à mettre au crédit des collaborateurs de l'institut LINK qui ont mené les entretiens avec beaucoup de doigté et de compréhension. Ils méritent les plus sincères remerciements. Nous tenons également à remercier vivement les deux chefs de projet de LINK, Madame I. Kaspar et Monsieur U. Schwegler, qui ont su surmonter tous les obstacles avec professionnalisme, pour le plein succès de l'enquête.

¹⁶ 59 des entretiens ont été réalisés selon la méthode proxy (les questions posées par téléphone étaient communiquées à l'enfant par l'un des parents, qui répercutait également sa réponse).



Pour participer à l'enquête ont été retenues des personnes résidant en Suisse, âgées de 15 à 74 ans (enquête principale) ou de 10 à 14 ans (enquête complémentaire «Enfants») et de 15 à 19 ans (enquête complémentaire «Adolescents»), assimilées linguistiquement, c.-à-d. pouvant répondre dans l'une des trois langues nationales et joignables par téléphone. La proportion d'étrangers dans la présente étude est par conséquent inférieure à la proportion d'étrangers dans la population générale.¹⁷ Il s'agit de la seule restriction à faire sur la représentativité de l'échantillon. La présente étude couvre en effet uniquement la population résidente linguistiquement assimilée.

Les personnes âgées de 15 à 74 ans (module de base et enquêtes complémentaires régionales) ont été sélectionnées au moyen d'un processus aléatoire en deux étapes (sélection

¹⁷ Sur l'ensemble des enfants interrogés, 77,5% étaient suisses, 12,4% binationaux et 10,1% étrangers (selon l'OFS, le pourcentage d'enfants étrangers dans la tranche des 10 à 14 ans est actuellement de 21,8%). Quant aux adolescents interrogés, 73,8% étaient suisses, 14,5% binationaux et 11,7% étrangers (selon l'OFS, le pourcentage d'adolescents étrangers dans la tranche des 15 à 19 ans est actuellement de 19,5%).

Random-Random). Dans un premier temps, un ménage est désigné au hasard. Dans un second temps, l’ordinateur choisit au hasard une personne de la cellule familiale.

Pour les enquêtes complémentaires «Adolescents» et «Enfants», une procédure Random-Quota a été utilisée. Dans un premier temps, un ménage est désigné au hasard. La sélection d’une personne de la cellule familiale a été effectuée selon des quotas préalablement fixés pour chaque année de naissance.

Le taux de couverture a été de 75% chez les enfants et de 55% chez les adolescents (cf. tableau 16.1), ce qui signifie que 1530 resp. 1007 entretiens ont pu être réalisés à partir de l’échantillon d’origine de 2040 resp. 1834 numéros de téléphone valables. On peut parler d’une très bonne couverture, en particulier chez les enfants. Les principales raisons d’échec des interviews chez les enfants sont des problèmes de numéro de téléphone (12,5% de l’échantillon total), des refus (9%) et des problèmes linguistiques (2,7%). Chez les adolescents, les échecs sont également imputables à des problèmes de numéro de téléphone (6,1%) et de refus (7,4%) ou à d’autres motifs (28,7%).

T 16.1: Vue d’ensemble de la couverture

	Enfants		Adolescents	
	Nombre de personnes	en %	Nombre de personnes	en %
Echantillon sélectionné (numéros de téléphone valables)	2040	100,0	1834	100,0
Entretiens réalisés	1530	75,0	1007*	54,9
Entretiens non réalisés	510	25,0	827	45,1
Raisons pour lesquelles l’entretien n’a pas été mené:				
Problèmes de numéro de téléphone	254	12,5	111	6,1
Personne non joignable: en séjour à l’étranger	6	0,3	15	0,8
Problèmes linguistiques (langue étrangère)	56	2,7	32	1,7
Problèmes de santé	6	0,3	7	0,4
Refus	184	9,0	136	7,4
Autres	4	0,2	526	28,7

Les 527 autres adolescents ont été sélectionnés et interrogés dans le cadre de l’enquête principale.

Afin que l’échantillonnage composé des différents échantillons partiels soit également représentatif de l’ensemble de la Suisse, les données ont été pondérées. La pondération tient compte de la taille variable des échantillons selon les régions et corrige les légers écarts selon la classe d’âge et le sexe. Les tableaux 16.2 et 16.3, qui donnent une vue d’ensemble des principales caractéristiques sociodémographiques, illustrent le résultat de la pondération. Les données pondérées correspondent à la répartition effective de la population dans les régions linguistiques conformément aux informations officielles de l’Office fédéral de la statistique. Les présentes analyses sont toujours fondées sur des données pondérées.

Pour ce qui est de l’interprétation des résultats, il convient de prendre en considération que les enquêtes par sondage oscillent toujours à l’intérieur de certaines marges d’erreurs dont les outils statistiques permettent d’apprécier l’étendue. Pour une meilleure garantie des témoignages, des tests chi-caré et différentes formes d’analyse de variance ont été réalisés. Ces procédures ont permis de contrôler si les témoignages et les corrélations étaient aussi statistiquement significatifs.

T 16.2: Vue d’ensemble des données pondérées et des caractéristiques fondamentales des enfants interrogés

	Non pondéré		Pondéré	
	Nombre de personnes interrogées	Pourcentage	Nombre de personnes interrogées	Pourcentage
Sexe				
masculin	761	49,7	784	51,3
féminin	769	50,3	746	48,7

Année de naissance				
1993	304	19,9	314	20,5
1994	307	20,1	310	20,2
1995	300	19,6	304	19,9
1996	311	20,3	306	20,0
1997	308	20,1	296	19,4

Région linguistique				
Suisse alémanique	940	61,4	1090	71,3
Suisse romande	402	26,3	380	24,9
Suisse italophone	188	12,3	59	3,9
Total	1530	100,0	1530	100,0

T 16.3: Vue d’ensemble des données pondérées et des caractéristiques fondamentales des adolescents interrogés

	Non pondéré		Pondéré	
	Nombre de personnes interrogées	Pourcentage	Nombre de personnes interrogées	Pourcentage
Sexe				
masculin	769	50,1	786	51,2
féminin	765	49,9	749	48,8

Année de naissance				
1988	313	20,4	311	20,3
1989	316	20,6	316	20,6
1990	330	21,5	326	21,3
1991	349	22,8	351	22,9
1992	226	14,7	230	15,0

Région linguistique				
Suisse alémanique	1015	66,2	1102	71,8
Suisse romande	365	23,8	364	23,7
Suisse italophone	154	10,0	68	4,4
Total	1534	100,0	1534	100,0

Observatoire Sport et activité physique Suisse
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG
Forchstrasse 212, CH-8032 Zürich
Tél. 044 260 67 60, info@sportobs.ch, www.sportobs.ch

Office fédéral du sport OFSPO
Jeunesse+Sport
2532 Macolin
info@baspo.admin.ch
www.baspo.ch, www.jeunesseetsport.ch