

UNIVERSITÉ DE FRIBOURG, SUISSE  
FACULTÉ DES SCIENCES  
DÉPARTEMENT DE MÉDECINE

En collaboration avec la  
HAUTE ÉCOLE FÉDÉRALE DE SPORTS DE MACOLIN

**Pratiques physiques et sportives  
parmi des jeunes de 8 à 10 ans  
dans des quartiers populaires**

**Analyse des usages et des représentations  
dans une perspective de santé  
et d'intégration sociale**

Travail final pour l'obtention du Master en  
Sciences du Mouvement et du sport  
Option Enseignement

Conseiller: Prof. Dr. André GOGOLL  
Co-conseillère: Dr. Monica ACETI

Yannick MASSEREY  
Sion, Mars 2014

# **Table des matières**

<b>INTRODUCTION.....</b>	<b>5</b>
<b>1 LES NOTIONS THEORIQUES .....</b>	<b>7</b>
1.1 PENSER LE SPORT ET L'ACTIVITE PHYSIQUE.....	7
1.2 LE SPORT ET LA SANTE .....	8
1.3 L'ENTREE PAR LES «QUARTIERS» .....	9
1.4 LE CONCEPT D'INTEGRATION .....	11
<b>2 ETAT DES LIEUX ENTRE LA PROMOTION DU SPORT ET LE LIEN SOCIAL.....</b>	<b>13</b>
2.1 LA SITUATION EUROPEENNE .....	14
2.1.1 <i>La notion d'intégration par le sport perçue par les citoyens européens.....</i>	<i>15</i>
2.2 LA SITUATION EN SUISSE.....	16
2.2.1 <i>La promotion du sport et de l'activité physique dans le canton du Valais et de Fribourg..</i>	<i>18</i>
Le canton du Valais et la promotion du sport .....	19
Le canton de Fribourg et la promotion du sport.....	20
2.3 LE SPORT POUR LA SANTE: UNE QUESTION CRUCIALE .....	21
2.4 LA SEDENTARITE ET LE SURPOIDS.....	21
<b>3 LA METHODOLOGIE .....</b>	<b>25</b>
3.1 L'ENTRETIEN SEMI-DIRECTIF .....	25
3.2 LES FOCUS GROUPES.....	26
3.3 L'OBSERVATION ETHNOGRAPHIQUE .....	26
3.4 L'OBSERVATION PARTICIPANTE.....	27
3.5 L'ANALYSE DE DONNEES.....	27
<b>4 LES TERRAINS DE RECHERCHE.....</b>	<b>29</b>
4.1 LE QUARTIER DE CHAMPSEC .....	29
4.1.1 <i>La situation géographique .....</i>	<i>29</i>
4.1.2 <i>La population .....</i>	<i>30</i>
4.1.3 <i>Les caractéristiques et la vie dans le quartier .....</i>	<i>31</i>
4.2 LE QUARTIER DE VILLARS-VERT .....	32
4.2.1 <i>La situation géographique .....</i>	<i>33</i>
4.2.2 <i>La population .....</i>	<i>33</i>
4.2.3 <i>Les caractéristiques et la vie dans le quartier .....</i>	<i>34</i>
4.3 L'ACCES AU TERRAIN.....	34
4.4 L'ECHANTILLONNAGE .....	35
<b>5 PROBLEMATIQUE ET HYPOTHESES DE RECHERCHE .....</b>	<b>39</b>
<b>6 LES COMPOSANTES DE LA MOBILISATION DANS DES PRATIQUES PHYSIQUES ET SPORTIVES.....</b>	<b>41</b>
6.1 LES INFRASTRUCTURES SPORTIVES.....	41

6.1.1 Les infrastructures sportives à Villars-Vert et à Champsec .....	41
6.1.2 L'occupation et la fréquentation des équipements extérieurs.....	44
6.1.3 Les places de sport, une aide à la création de liens sociaux?.....	48
6.1.4 Les infrastructures intérieures, autre mode de fonctionnement.....	52
6.2 LES JEUNES DE QUARTIER, ACTIFS OU SEDENTAIRES? .....	54
6.2.1 Les effets du milieu socioculturel.....	57
6.2.2 Les effets de l'environnement structurel .....	59
6.2.3 Loisirs sédentaires, toujours mauvais pour la santé?.....	61
6.2.4 La mobilité quotidienne.....	63
6.3 LES ATTENTES DES JEUNES PAR RAPPORT A L'ACTIVITE PHYSIQUE .....	65
6.3.1 Le plaisir dans l'activité physique .....	67
6.3.2 La valorisation et l'estime de soi.....	69
6.3.3 L'amitié et le besoin de lien.....	72
6.3.4 La santé comme source de motivation.....	75
6.4 LES DISPOSITIONS A LA PRATIQUE D'ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES .....	80
6.4.1 La socialisation familiale .....	80
6.4.2 L'influence de l'école .....	83
6.4.3 Les associations sportives: le «club de sport» .....	85
6.4.4 Le rôle du sport dans les associations de quartier .....	86
6.4.5 L'influence des médias.....	88
6.5 LES ACTIVITES PHYSIQUES: FACTEUR D'INTEGRATION OU RISQUE D'EXCLUSION?.....	90
6.5.1 Sport de compétition et risque d'exclusion.....	90
6.5.2 L'exclusion dans les pratiques informelles .....	92
6.5.3 La relégation des filles.....	93
<b>7 CONCLUSION .....</b>	<b>95</b>
<b>8 DISCUSSION.....</b>	<b>97</b>
8.1 POINTS FORTS ET LIMITES DU TRAVAIL.....	97
8.2 PERSPECTIVES DE RECHERCHE .....	98
8.3 PROPOSITIONS DE DIVERSES RECOMMANDATIONS .....	99
<b>BIBLIOGRAPHIE .....</b>	<b>101</b>
<b>ANNEXES.....</b>	<b>112</b>
<b>REMERCIEMENTS .....</b>	<b>151</b>

## **Résumé**

Depuis plusieurs années, le sport et l'activité physique se sont imposés comme un moyen d'entrer en contact avec les jeunes et de favoriser leur intégration à la société.

Dans les «quartiers populaires», de nombreux dispositifs dans ce sens ont été mis sur pied (implantation de terrains de sport, mise en place d'associations de quartier, présence de travailleurs de rue etc.).

Dans le cadre de ce travail, nous analysons grâce à un éclairage théorique et à une analyse qualitative, les mécanismes qui attribuent au sport et à l'activité physique une place centrale dans le processus de socialisation des jeunes de «quartiers populaires».

Nous nous intéressons dans un premier temps aux équipements sportifs implantés dans les quartiers qui sont, selon nos observations, des lieux tangibles de rassemblement et de création de lien social. Par la suite, nous nous penchons sur les attentes des jeunes concernant les loisirs actifs: quelles sont-elles? La santé est-elle une préoccupation parmi les jeunes de ces quartiers? Le dernier volet de l'étude consiste à analyser les différentes influences qui concourent ou font obstacle à la pratique d'une activité physique par les jeunes.

## **Introduction**

Ce travail de mémoire est lié à mon intérêt à exercer le métier d'enseignant en éducation physique. Ma passion pour le sport et mon désir d'intégrer et de transmettre des connaissances dans cette discipline m'ont donc accompagné durant l'élaboration de cette recherche. Il me semble essentiel de développer des connaissances concernant les habitudes sportives des jeunes que je vais côtoyer ainsi que leurs besoins et leurs attentes vis-à-vis des activités physiques et sportives. J'ai eu l'occasion, lors de divers engagements professionnels, dans un cadre scolaire ou parascolaire, de me rendre compte qu'il était complexe de trouver un programme d'activités qui puisse satisfaire et intégrer l'ensemble des participants. C'est pour cette raison qu'il me paraît utile d'étudier les envies et les pratiques sportives des jeunes filles et garçons d'une manière plus approfondie afin, en particulier, de mieux comprendre le mécanisme d'exclusion et de mise à l'écart qui peut apparaître durant une activité physique ou, à l'inverse, de cerner les bénéfices du sport.

Cette étude a été effectuée selon une approche méthodologique qualitative inductive. L'objet de recherche a été construit au fil des entretiens, des focus groupes et des observations de terrain. Deux colloques sur des thèmes avoisinants m'ont aussi livré de précieux renseignements<sup>1</sup>. La récolte de données importantes (entretiens semi-directifs: N=9; jeunes interrogés durant les focus groupes: N=53) et la diversité des personnes rencontrées tout au long de ce travail m'ont permis de définir de plus en plus précisément la direction de ma recherche. Une problématique a finalement émergé du croisement des sources et de l'analyse des données, aboutissant à trois hypothèses.

Mon expérience de sportif, en tant qu'étudiant en sciences du sport et de la motricité et comme ancien joueur des équipes juniors élites du FC Sion, ainsi que mon engagement professionnel dans le milieu de l'enseignement font de moi un observateur-chercheur immergé.

En effet, mes nombreux remplacements en éducation physique dans les différents degrés scolaires et ma participation comme moniteur à divers événements sportifs m'amènent à être actuellement - et encore davantage dans un futur proche - un acteur impliqué dans les processus que j'ai observés lors du présent travail.

---

<sup>1</sup> Titre des colloques:

«*Sport als Eckpfeiler der Integration? Diskurse und Praktiken*», Université de Berne, le 6 septembre 2013.

«*Colloque international, corps et travail social: entre libertés et contraintes...*», HES-SO Valais-Wallis, 11-13 décembre 2013.

Toutefois, dans le cadre de ce mémoire de recherche et en vue de cultiver une neutralité propre à toute ambition scientifique, je me suis efforcé de maintenir la plus grande objectivité possible lors de la récolte et de l'analyse des données. J'ai donc laissé délibérément de côté ma vision de sportif passionné pour ne pas relever uniquement les aspects que je souhaitais obtenir, mais ce qui apparaissait réellement.

Mon travail s'insère dans le programme de recherche international: IDEX (Initiative d'excellence) 2012-2014: «Activité physique et prévention de la santé: une injonction normative à l'épreuve de la pauvreté en Europe.» (APSAPA Europe)<sup>2</sup>. Ce programme a débuté en amont et se poursuivra en aval de ma recherche, il se déroule dans quatre pays européens (France, Italie, Allemagne et Suisse) et a pour ambition l'étude des rapports à la santé physique parmi des populations vivant en situation de pauvreté.

Avant de présenter les hypothèses et la problématique de mon objet de recherche, quelques notions théoriques permettent d'introduire les thèmes principaux qui y sont traités.

---

<sup>2</sup>Site internet: <http://apsapa.eu>

# **1 Les notions théoriques**

Les points théoriques qui permettent de mieux cerner notre sujet sont: le sport, l'activité physique et la santé. L'entrée par les «quartiers», entendue au sens de zones défavorisées, sera ensuite présentée et nous permettra de conclure sur le concept d'intégration.

## **1.1 Penser le sport et l'activité physique**

Le sport, passion pour les uns, travail pour les autres, est une notion plurielle qui peut se rapporter à différentes significations. Selon Brohm (1992) le sport est: «un système institutionnalisé de pratiques compétitives à dominante physique, codifiées, réglées conventionnellement dont l'objectif avoué est, sur la base d'une comparaison des performances d'exploits, de démonstrations, de prestations physiques, de désigner le meilleur concurrent (le champion) ou d'enregistrer la meilleure performance (le record)» (p. 89).

Pour notre étude, cette définition nous semble trop stricte. Elle se rapporte et se cantonne au sport dit de compétition, que ce soit au niveau collectif ou individuel, laissant ainsi de côté les autres formes de sport de loisir, de même que les activités physiques telles que la marche, les jeux dans les parcs, les déplacements à vélo, etc.

Plus générale, cette notion d'activité physique correspond mieux à notre recherche. Elle est définie comme suit par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS, 2013f): «On entend par activité physique tout mouvement produit par les muscles squelettiques, responsable d'une augmentation de la dépense énergétique».

Le site internet de l'Office Fédéral de la Santé Publique (OFSP) complète la définition précédente: «[...] tout mouvement corporel associé à une contraction musculaire, qui augmente la dépense d'énergie par rapport aux niveaux constatés au repos», précisant que: «cette définition englobe tous les contextes d'exercice d'une activité physique: pendant les loisirs (comme la plupart des activités sportives), au travail, à la maison ou aux alentours, dans les transports » (s.d. a).

Nous retiendrons de préférence la définition proposée par la charte européenne du sport: «[...] toutes formes d'activités physiques qui, à travers une participation organisée ou non, ont pour objectif l'expression ou l'amélioration de la condition physique et psychique, le développement des relations sociales ou l'obtention de résultats en compétition de tous niveaux» (Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture (UNESCO), s.d.).

Cette dernière définition est donc mieux adaptée à notre travail. En effet, nous ne nous concentrons ainsi pas uniquement sur le sport de compétition tel qu'il est défini par Brohm (1992). De même que nous ne nous restreignons pas à la définition suivante du «sport moderne», selon Loucher (s.d.), trop limitative pour notre étude, à savoir: «Le sport moderne est une activité physique qui ouvre à un record classificatoire, qui permet donc le spectacle (record) par une classification des individus et des pratiques et qui permet de se situer dans un groupe, une société (qui suppose aussi une forme de pouvoir)».

Dans notre recherche, nous avons pris en compte les efforts réalisés au quotidien, lors de déplacements ou de tâches demandant une dépense d'énergie ainsi que lors de rassemblements hors des clubs sportifs, que ce soit entre amis, à titre individuel ou en famille.

Divers critères à prendre en compte lors de nos analyses entrent en jeu, à savoir: la condition physique et le bien-être ainsi que le développement des relations sociales qui se créent lors d'activités physiques.

## **1.2 Le sport et la santé**

Afin de *penser la santé* et ses liens avec l'activité physique et sportive, nous nous appuyons sur la définition de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS, 2013e): «La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité».

Cette définition ne tient pas seulement compte de données physiques, mais également d'aspects mentaux et sociaux, à savoir:

«La santé mentale est un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté. Dans ce sens positif, la santé mentale est le fondement du bien-être d'un individu et du bon fonctionnement d'une communauté» (OMS, 2013c).

Les aspects de la santé physique, mentale et sociale sont intimement liés. Chacune de ces caractéristiques peut ainsi influencer les autres de manière positive ou négative. Nombreux sont les ouvrages qui montrent les bienfaits de l'activité physique et du sport sur la santé des individus, que ce soit sur le plan physiologique, psychologique ou social (Cascua, 2008; Costill & Wilmore, 2002). D'autres travaux, plus proche d'une vision sociologique, ont aussi mis en évidence la part plus sombre du sport. Ainsi, Fleuriel & Schotté (2008) mettent en avant la précarité dans laquelle vivent certains athlètes, comme Héas (2010) qui lui souligne les discriminations et la stigmatisation subies par certaines populations vis-à-vis du sport et des activités physiques.



### 1.3 L'entrée par les «quartiers»

Le présent travail se concentre sur deux quartiers distincts, à savoir celui de Villars-Vert dans le canton de Fribourg et celui de Champsec, en périphérie de la ville de Sion. Ce sont des «quartiers populaires» que nous définissons ainsi.

En premier lieu, un quartier peut être considéré comme une zone géographique. Il est, de ce point de vue, défini comme une parcelle spatiale faisant partie d'un ensemble urbain plus grand. Cette notion administrative du quartier est définie par Gasparini et Vieille Marchiset (2008) comme: «une unité urbaine étendue et fortement peuplée (par opposition aux villages) dans laquelle se concentrent la plupart des activités humaines: habitat, commerce, industrie, éducation, politique, culture» (p. 42).

En deuxième lieu, la notion de «quartier populaire» est liée à une population à faible revenu qui y habite.

Selon le sens commun, les quartiers populaires représentent des lieux où: «vivent une partie importante des étrangers ou, plus largement, des populations issues de l'immigration postcoloniale» (Gasparini & Vielle Marchiset, 2008, p. 41).

Notre définition des «quartiers populaires» se réfère à l'espace et aux positions sociales de leurs habitants. En effet, nous montrerons dans le chapitre de présentation de l'échantillonnage que les positions socioprofessionnelles des parents des enfants interrogés sont majoritairement de niveau modeste (ouvriers, fonction de service, etc.) et peuvent donc être qualifiées de PSP «populaires».

De plus, ces espaces d'habitation se caractérisent d'un point de vue architectural. La plupart de ces habitats sont des blocs locatifs à loyers modérés. Ces éléments de nature visuelle se joignent à la qualification de «quartiers populaires» pour définir nos deux terrains.

La réflexion sur la notion de «quartiers populaires» a donc été guidée par quatre axes principaux, à savoir l'axe géographique, démographique, sociologique et architectural. A cela, nous ajoutons l'image véhiculée par le quartier, c'est-à-dire *reconnu comme plus défavorisé* par rapport au reste de la ville.

Relevons toutefois que nous décrivons des «quartiers populaires» d'un pays riche, industrialisé et privilégié. Ce renvoi à un espace de vie dit «populaire» peut paraître dérisoire pour un lectorat habitué aux frasques des banlieues d'autres pays européens, sans même parler des espaces bien plus pauvres, tels que les ghettos, bidonvilles ou favelas de pays plus éloignés.

L'entrée par les quartiers pose aussi la question de la population qui y habite. Une population de milieu et à culture populaire, qu'est-ce que cela veut dire? Schwartz (2011)

définit les classes populaires en distinguant deux caractéristiques, à savoir que 1) ces classes sont dominées (au niveau de la position sociale); 2) qu'elles ont des habitudes culturelles qui les éloignent des classes dominantes. Parler de classes dominées est relativement vague, mais cela peut englober différentes notions. Les populations des milieux populaires peuvent être dominées sur le plan économique (faible revenu, peu de moyens économiques, incertitude financière) et sur le plan du travail (emploi précaire, faible statut) (idem). Le prolétariat définissait les classes populaires du 19<sup>ème</sup> siècle, qui étaient avant tout marquées par un mouvement ouvrier homogène (Delay, Frauenfelder & Schultheis, 2009). Bien que la notion de milieu populaire semble avoir évolué au fil du temps, Schwartz rappelle, en se basant sur des travaux de Lahire, qu' «il devient difficile d'échapper à la conclusion que les sociétés modernes les plus développées n'ont nullement mis fin à l'existence de groupes sociaux présentant les caractéristiques les plus fondamentales des classes populaires «traditionnelles»» (Schwartz, 2011, p. 13). Cependant, les classes populaires modernes sont représentées plutôt par de jeunes chômeurs, peu diplômés, que par des ouvriers, comme cela était le cas dans les milieux populaires traditionnels. «[...] cette dynamique de la modernité s'accompagne d'un relâchement des liens de solidarité et d'interdépendance sociale caractéristiques des classes populaires traditionnelles d'un côté, et d'une augmentation considérable du risque de désaffiliation et d'exclusion sociale de l'autre côté» (Delay, Frauenfelder & Schultheis, 2009, p. 8). Les classes populaires actuelles ne peuvent pas être caractérisées de manière stricte. En effet, elles se composent de différents sous-groupes qui peuvent être distingués ainsi (Delay, Frauenfelder & Schultheis, 2009, p. 10):

«a) Une fraction des classes populaires en ascension (Schwartz);

b) Une fraction des classes populaires marquée par une précarité stable (faibles revenus, working poors), qui correspondrait le plus à l'idée d'une culture de la nécessité développée par Bourdieu et qui serait donc marquée par la plus forte inertie des modes de vie traditionnelles des classes populaires prolétarisées;

c) Une population touchée par une forte précarisation et une vulnérabilité «après les protections» (Castel) accentuée».

Ce sont ces distinctions qui représentent au mieux la population à laquelle nous avons à faire dans ce travail. Les groupes qui vivent à Champsec semblent effectivement relativement hétérogènes alors que ceux de Villars-Vert sont plus homogènes.

## 1.4 Le concept d'intégration

Le concept d'intégration est souvent utilisé par les politiques et les médias en parlant des étrangers et des classes populaires, sous-entendant ainsi que ces fractions de la population seraient exclues. Cependant, cette définition reste souvent aléatoire, regroupant un grand nombre de significations. L'intégration peut être définie selon Gasparini (2010) comme: «Le processus par lequel un individu accède à une communauté humaine en tant que partie intégrante. Ce qui veut dire qu'il ne perd pas totalement son identité d'origine, mais que celle-ci se transforme au contact des éléments et des valeurs de la communauté d'accueil» (p. 15).

D'un point de vue juridique, nous relevons la définition établie par la Commission Fédérale des Etrangers (2006):

«[...] la CFE entend aussi par intégration un processus continu qui concerne toutes les personnes de notre société civile et qui exige de tous une volonté de s'y engager. L'intégration présuppose l'égalité des droits de même que l'égalité des chances. Elle comporte par ailleurs des possibilités de participation et elle sait faire face à des conflits de manière constructive. S'agissant de l'intégration des migrants, cela signifie aussi bien que les personnes immigrées s'efforcent de s'intégrer dans la société civile suisse que les autochtones s'efforcent de manifester franchise, respect et reconnaissance aux immigrés» (p. 5).

La lecture de ces deux premières définitions, nous fait remarquer que l'intégration ne serait pas uniquement le fait d'un individu isolé mais au contraire, le résultat d'une interaction entre plusieurs membres d'une même communauté. L'intégration ne serait dès lors possible que par le biais de cette collaboration entre plusieurs acteurs et plusieurs facteurs différents. Cependant, l'intégration laisse l'identité propre de la personne se développer aux côtés des valeurs de la communauté d'accueil. En revanche, une «assimilation» impliquerait une perte totale d'identité au profit des nouvelles normes rencontrées dans la communauté.

Dans cette étude, nous nous référons à une définition de l'intégration directement liée à l'activité physique et au sport, telle que proposée par Gasparini (2005): «[...] l'intégration par le sport indique le processus par lequel un individu (notamment un jeune), intègre une communauté territoriale (pays, région, ville, quartier...) en participant aux activités sociales (notamment le sport associatif) reconnues par cette communauté» (p. 247).

L'aspect participatif est à souligner, notamment en ce qui concerne les activités physiques

et sportives, qui doivent permettre aux individus de trouver leur place au sein d'une communauté. Notre objectif est précisément d'observer les enjeux et les composantes de cette participation.

Pour ce faire, une seconde définition est utilisée en référence à Mabillard (2012): «L'intégration se ferait alors par la participation globale des athlètes en tous genres à leur(s) discipline(s) sportive(s) de prédilection, contribuant ainsi à lever des barrières propres à leur communauté d'appartenance» (p. 4).

De ce fait, nous entendons par disciplines sportives, toutes activités physiques, qu'elles soient formelles ou non, et par athlètes, toutes personnes s'adonnant à ces activités physiques.

Selon l'auteur précité, l'intégration par le sport de tous les individus, hommes et femmes (*en tous genres*) est indépendante du milieu social, des origines culturelles et ethniques. Le sport permettrait donc de dépasser (*lever les barrières*) les différences et les formes d'altérité.

Cependant, des inégalités sociales marquent la possibilité d'accès aux activités physiques et sportives. Comme le dit Gasparini (2005): «[...] le sport s'inscrit dans un système social inégalitaire qui tend à exclure certains groupes sociaux et certaines catégories d'individus» (p. 255).

Louveau (1993) a également montré que «la probabilité d'accéder à la pratique d'un sport varie en fonction de l'origine sociale des enfants appréciée par la catégorie socioprofessionnelle de leurs pères et mères» (p. 70).

De ce fait, l'image du sport et des activités physiques comme vecteur d'intégration serait relative.

Pour résumer les éléments de connaissance théorique apportés dans ce premier chapitre, nous remarquons que, si le sport comme facteur d'intégration a été déconstruit, analysé et donc relativisé en sciences sociales, au niveau du sens commun, le sport est par contre perçu comme un outil d'intégration «naturel», tant il est utilisé par les diverses politiques publiques et sportives. Le sport est ainsi considéré comme la «panacée» permettant de résoudre nombre de problèmes rencontrés dans la société grâce à son image d'intégrateur social, de pacificateur et de rassembleur. Notre travail s'inscrit dans une perspective plus critique vis-à-vis de cet idéal sportif. Nous allons mettre à l'épreuve ce mythe du sport intégrateur durant cette recherche sur les activités physiques dans les quartiers.

## **2 Etat des lieux entre la promotion du sport et le lien social**

Dans ce chapitre, les valeurs auxquelles se réfèrent les politiques sportives et publiques ainsi que les médias, visant à montrer comment le sport peut favoriser l'intégration, sont démontrées. Nous nous penchons d'abord sur la situation internationale avant de nous intéresser au contexte suisse.

La pratique du sport est fortement encouragée dans notre société. L'activité physique véhicule des valeurs positives. Elle est à ce titre souvent associée à des bienfaits supposés sur la santé et sur l'intégration des individus.

Le sport, présenté comme un «vecteur d'intégration», est un des principes fondamentaux de la charte sur l'Olympisme du Comité Internationale Olympique (2013), puisque:

«La pratique du sport est un droit de l'homme. Chaque individu doit avoir la possibilité de faire du sport sans discrimination d'aucune sorte et dans l'esprit olympique, qui exige la compréhension mutuelle, l'esprit d'amitié, de solidarité et de fair-play», ou encore que: «Le but de l'olympisme est de mettre le sport au service du développement harmonieux de l'humanité en vue de promouvoir une société pacifique, soucieuse de préserver la dignité humaine» (p. 11).

Les médias font régulièrement l'apologie du parcours de certains athlètes et véhiculent ainsi un idéal sportif. Par exemple, lors de la qualification de l'équipe de Suisse pour la coupe du monde de football 2014 au Brésil, tout un pays s'est enthousiasmé pour la réussite d'une équipe multiculturelle, constituée en grande partie de joueurs issus de l'immigration.

Le match qualificatif qui opposa la Suisse à l'Albanie fut l'objet de multiples interrogations relatives aux origines albanaises de plusieurs joueurs de la sélection helvétique. Dans un article paru dans *La Tribune de Genève*, le journaliste Feusisberg Visentini (10 septembre 2012) écrit que l'histoire de ces joueurs est: «révélatrice de cette Suisse multiculturelle, qui se construit avec des richesses nouvelles, une chance autant pour la sélection que pour ces jeunes de deuxième génération qui voient leur terre d'accueil leur ouvrir le champ des possibles». Des joueurs au sujet desquels la *Tribune de Genève* n'a pas hésité à parler de l'«*histoire d'une intégration*». De nombreux exemples se joignent à cette opinion de sens commun. L'intégration a toutefois été relativisée par des travaux sociologiques à propos du football (Gastaut 2008) ou alors confirmée dans d'autres cas (Poli, Berthoud, Busset & Kaya, 2012) à propos des clubs d'immigrés en Suisse.

Les pouvoirs politiques utilisent également l'image positive du sport et de l'activité

physique. C'est pourquoi ils ont cherché à promouvoir le sport en Europe. En effet, le continent européen a connu d'importants flux migratoires. Ceux-ci se mondialisent désormais. L'Europe devient alors un espace culturel très diversifié, dans lequel le sport peut avoir une fonction de rassemblement. Par exemple, en attribuant un but commun à un groupe de sportifs hétérogènes ou en leur faisant partager les mêmes valeurs, comme le suggère Brousse (2013):

«Le sentiment d'appartenance, lui, se base sur des projets et des défis communs. Gagner une compétition sportive est un défi commun qui rassemble autour d'un même objectif. Des symboles forts tels que l'ajout de l'hymne européen aux autres hymnes nationaux ou encore du logo européen sur le maillot des joueurs rassembleraient et fortifieraient le sentiment d'appartenance européen» (p. 75).

Il convient à présent d'observer la place du sport dans une optique d'intégration en Europe.

## **2.1 La situation européenne**

Comme le relève Gasparini (2010), le sport est devenu une préoccupation sociale en Europe depuis peu, notamment avec le Traité d'Amsterdam en 1997. Durant les années 2000, plusieurs initiatives significatives en rapport au sport ont été prises.

L'année 2005 a été désignée: «International year of sport and physical education» (Année internationale du sport et de l'éducation physique). Dans son rapport final, l'Organisation des Nations Unies (ONU) (s.d.) évoque certains buts européens du sport:

«With 2004 being the European Year of Education through Sport, activities commemorating the International Year of Sport and Physical Education tended to build on those already commenced, enabling consolidation of initiatives on sport as a tool for education, with additional initiatives also undertaken on sport for health, development and peace» (p. 6).

Les différentes fonctions du sport visent donc à favoriser l'éducation, mais également la santé, le développement et la paix. Cette dernière met en exergue l'ambition sociale attribuée au sport.

En 2007, la Commission des Communautés Européennes édita le «livre blanc sur le sport», qui considère le sport comme un moyen de faciliter l'intégration des individus en favorisant le regroupement des personnes: «Le sport est un domaine d'activité humaine

qui intéresse beaucoup les citoyens de l'Union européenne et qui a une capacité énorme à les rassembler, s'adressant à tous indépendamment de l'âge ou du milieu social» (2007, pp. 3-4). On y évoque également ses bienfaits au niveau de la santé en y prônant l'activité physique: «Le mouvement sportif n'a pas son pareil dans la société pour favoriser la pratique d'une activité physique bienfaisante pour la santé» (idem).

Par ailleurs, l'Assemblée Générale des Nations Unies a décidé de nommer 2010 et 2011 années internationales de la jeunesse, placées sous l'égide du «dialogue et de la compréhension mutuelle». A ce titre, un des événements marquants de l'année 2010 a été l'inauguration des jeux olympiques de la jeunesse à Singapour qui, selon l'ONU (2009), contribueraient à: «inspirer la jeunesse du monde à représenter et à exprimer les valeurs olympiques d'excellence, d'amitié et de respect».

Plus récemment, la Commission Européenne (2011) chercha à «développer la dimension européenne du sport». Dans son message, elle en relève les bienfaits en montrant qu'«il participe à la cohésion sociale en faisant tomber les barrières sociales et améliore l'employabilité de la population par son incidence sur l'éducation et la formation» (p. 4).

Ces quelques citations parmi de nombreuses autres actions illustrent les efforts fournis par les grandes instances internationales afin d'utiliser l'élan rassembleur du sport pour favoriser l'intégration de chacun.

Cependant, est-ce que l'ambition des politiques de faire du sport un moyen d'intégration peut-elle être réellement appliquée, et par tous? Certains citoyens ne voient-ils pas dans le sport uniquement des aspects compétitifs ou identitaires au détriment des aspects sociaux de l'échange interculturel?

Intéressons nous justement à l'image du sport en Europe.

### **2.1.1 La notion d'intégration par le sport perçue par les citoyens européens**

En ce qui concerne l'opinion de la population européenne sur les bienfaits résultant de l'intégration par le sport, une enquête demandée par la Commission Européenne (2004), nommée Eurobaromètre a été réalisée sur le thème «Les citoyens de l'Union européenne et le sport». Il en ressort que:

- presque trois citoyens européens sur quatre considèrent le sport comme un «moyen d'améliorer l'intégration des populations immigrées» et que le sport est une «voie possible pour le développement du dialogue entre les différentes cultures qui cohabitent à l'intérieur de l'Union» (p. 23).
- De plus, 64% de la population européenne est d'avis que le sport est un moyen efficace pour lutter contre les discriminations.

- Ils sont également 77% à prôner une plus large place pour le sport à l'école.

Ainsi, l'image véhiculée par le sport au sein de la population du vieux continent est extrêmement positive, notamment en ce qui concerne la question de l'intégration. De plus, diverses instances publiques, mais également en provenance du marché privé, promeuvent leur marque ou label à travers des événements sportifs, comme par exemple le duel intercommunal Coop de «La Suisse bouge», les courses de ski «Grand Prix Migros», les «Slow-Up» cantonales, les «Red Bull Linecatcher Junior Sessions» en ski freeride ou encore la «Haribo Kids Cup» en golf. L'image modèle du sport est utilisée pour rassembler de façon conviviale des participants lors d'événements de promotion de l'activité physique, tout en y associant une stratégie de marketing de promotion de l'entreprise (Coop, Migros, compagnies d'assurances telles que Helvetia, SUVA) ou de produits de consommation (Rivella, Haribo, Red Bull, Monster Energy etc.).

Mais qu'en est-t-il de la situation en Suisse? Est-elle comparable à celle de l'Europe?

## **2.2 La situation en Suisse**

Pieth (2010), présente les différents paramètres qui font de la Suisse un pays à la population hétérogène de par la variété des langues nationales, des confessions religieuses et des différences dans les origines ethniques. Afin d'éveiller et de renforcer la cohésion nationale, l'école, l'armée et, ce qui est intéressant pour nous, les sociétés de gymnastique ont été utilisées pour former une identité helvétique. Et comme le mentionne Bussard (2007): «[...] les pratiques du corps occupent une place importante dans ce processus identitaire» (p. 65), attribuant aux exercices physiques une «finalité éducative et patriotique» (p. 69).

Dans le manuel fédéral de 1927, des «objectifs de type social» furent ajoutés aux différents objectifs de l'éducation physique (p. 247). Nous pouvons y lire les prémices d'une dimension liant sport et intégration.

D'ailleurs, la Suisse est depuis longtemps un pays d'immigration. Actuellement, sa population étrangère s'élève à 23.2% ce qui correspond à un total de 1'864'99 étrangers résidant en Suisse (Bundesamt für Migration, s.d. p. 1, données d'août 2013).

L'Office Fédéral du Sport (OFSP) élabore des programmes et des stratégies visant à soutenir l'intégration des individus nouvellement installés. Le développement du sport a été choisi comme l'une de ces stratégies. Que ce soit dans le cadre familial, à l'école, dans les associations ou les clubs sportifs, le rôle du sport est considéré comme important dans cette visée d'intégration.



Un rapport sur les mesures d'application du concept de politique du sport, demandé par le Conseil fédéral, a été rédigé par l'OFSPPO (2007). Il y est question de l'intégration par le sport. Au niveau de l'éducation, un des objectifs principaux est bel et bien d': «[...] exploiter les possibilités d'éducation dans et par le sport afin de contribuer à renforcer la cohésion sociale [...]» (p. 13).

La Conférence des Directeurs Cantonaux de l'Instruction Publique (CDIP) (2005) a mis en place une déclaration concernant l'éducation au mouvement et la promotion de l'activité physique à l'école. Cela ne se limite pas uniquement aux cours d'éducation physique en soi mais englobe «toutes les activités du quotidien scolaire qui font une large place au mouvement» (p. 1).

Bien que les objectifs de cette déclaration soient vastes, on y relève que le sport et l'activité physique, «offrent la possibilité d'apprendre à gérer pacifiquement les conflits (en développant et encourageant l'esprit d'équipe et la sportivité) et sont de nature à faciliter l'intégration des personnes de culture différente» (p. 2).

Ainsi, de 2009 à 2012, l'OFSPPO a été mandaté pour mettre en place un Centre de compétence Intégration par le Sport (CIS) dont le but était d'«institutionnaliser l'intégration par le sport» (OFSPPO, s.d. b).

En sus, l'Assemblée fédérale de la Confédération suisse (2011) a promulgué en 2011 une loi fédérale sur l'encouragement du sport et de l'activité physique. Elle a été créée, notamment, pour les enfants à partir de 5 ans, en vue de: «renforcer la cohésion sociale». Elle soutient l'organisation Jeunesse et Sport (J+S) créée par l'Office Fédéral du Sport. J+S offre la possibilité à des milliers de jeunes entre cinq et vingt ans de pratiquer une activité physique. Cette organisation a également un rôle à jouer au niveau de l'intégration par le sport (OFSPPO, s.d. a): «J+S encourage la participation au sport des enfants et adolescents issus de la migration et aide les moniteurs et les entraîneurs à gérer constructivement la diversité culturelle dans ce contexte». Le module «Diversité culturelle dans le sport» a été mis en place par J+S et se base sur des cas observés dans la pratique pour donner des conseils concrets destinés à aider les professionnels lorsqu'ils travaillent avec des jeunes issus de l'immigration. Cela se traduit par l'élaboration de différents manuels d'aide (Action préventive: intégration dans et par le sport; La diversité culturelle dans les associations sportives; etc.).

Dans cette loi fédérale, il est aussi question du sport à l'école. Le sport dans le cadre scolaire est encouragé premièrement par les cantons, qui pourvoient aux achats et à la maintenance des équipements et des installations nécessaires pour pratiquer les activités physiques souhaitées, et deuxièmement, par la Confédération qui fixe un nombre minimal de périodes d'éducation physique dans le cursus obligatoire. Il s'agit d'au moins trois

périodes d'éducation physique hebdomadaires (Assemblée fédérale de la Confédération suisse, 2011).

Ces mesures indiquent à quel point la Suisse valorise le sport et le considère comme un moyen efficace de promotion de valeurs telles que l'égalité des chances, l'entraide et la collaboration. Autant de facteurs qui doivent participer à une intégration réussie.

Pour conclure, nous avons donc relevé au travers des différentes déclarations, lois et actions entreprises depuis l'an 2000, la place importante qui est attribuée au sport afin d'en faire un vecteur d'intégration sociale. Si cela apparaît dans les textes comme des prérogatives au niveau national, qu'en est-il à l'échelle cantonale dans notre étude?

### **2.2.1 La promotion du sport et de l'activité physique dans le canton du Valais et de Fribourg**

En 2010, la Conférence des Répondants Cantonaux du Sport (CRCS) a établi des mesures afin d'aider à la mise en œuvre de la déclaration de 2005 de la CDIP sur l'éducation au mouvement et la promotion de l'activité physique à l'école. De ce fait, un certain nombre de charges incombent aux cantons, à savoir: (CRCS, 2012, pp. 11-13)

- L'adoption d'un programme sportif cantonal;
- L'enseignement du sport selon les bases légales en vigueur (nombre de périodes scolaires suffisantes);
- La formulation d'objectifs de formation;
- L'organisation de manifestations sportives cantonales et le soutien financier aux écoles pour l'organisation de manifestations sportives;
- La collaboration avec des partenaires extrascolaires liés au sport et à l'activité physique;
- Le contrôle de la formation continue des enseignants d'éducation physique;
- La coordination et le transfert d'informations concernant les activités physiques possibles.

En outre, chaque canton est libre d'élaborer son propre règlement concernant le sport et son utilisation sociale.

## **Le canton du Valais et la promotion du sport**

Le canton du Valais, par le biais de son Grand Conseil, a adopté une loi cantonale sur le sport qui reprend les différents points proposés par la CRCS. Un des buts de cette loi est d'«encourager les activités sportives et physiques, en termes de performance sportive, de bien-être, d'éducation, de santé, de sécurité et d'intégration» (Le Grand Conseil du canton du Valais, 2012).

Elle cherche à faire du sport une vitrine pour la promotion de la santé, de la cohésion sociale et de l'intégration. Le canton apporte un soutien financier, en redistribuant les fonds du sport qui ont pour but l'aide au développement des activités physiques et sportives. De plus, le Grand Conseil du canton du Valais (2012) prévoit plusieurs volets de promotion du sport: 1) Jeunesse et Sport; 2) Sport des adultes - sport handicap; 3) Sport pour tous (promotion de projets sportifs, construction de places destinées à la pratique sportive); 4) Sport amateur; 5) Sport d'élite et espoirs.

La ville de Sion s'est dotée en 1987 d'un Service des sports qui a été renommé «Service des sports, de la jeunesse et des loisirs». La politique sportive de cette ville repose sur trois axes (Ville de Sion, 2008, p. 5):

- 1) «L'enjeu éducatif: le sport fait partie intégrante de la formation des individus;
- 2) L'enjeu de santé et d'hygiène: les activités sportives contribuent à l'équilibre physique et psychologique de chacun;
- 3) L'enjeu social: les pratiques sportives favorisent les relations et les liens sociaux entre les générations, l'insertion et l'intégration dans la vie de la cité».

La capitale valaisanne a également édicté un système de priorités définies en trois points (Ville de Sion, 2008, p. 8):

- 1) «Promouvoir l'éducation physique et sportive» afin de donner goût aux activités physiques et de développer les expériences motrices;
- 2) «Développer le sport pour tous» dans le but de favoriser la santé, de privilégier le plaisir et d'encourager la solidarité;
- 3) «Encourager le sport de compétition» pour donner la possibilité aux jeunes d'exploiter leur potentiel, susciter l'envie de pratiquer un sport et donner l'exemple.

Le Service du sport, de la jeunesse et des loisirs met à disposition gratuitement des installations sportives, un encadrement logistique public et offre des aides financières.

Le Service a pour mission d'observer et de répondre aux besoins du milieu sportif, de

s'occuper des infrastructures sportives de la ville, de gérer le personnel, de soutenir et collaborer avec les différentes associations sportives ainsi que d'organiser des activités. Il ressort de la mise en place du Service des sports, de la jeunesse et des loisirs, par la formulation de missions et d'objectifs précis, que la ville de Sion est axée sur une politique sportive déterminée, qui tend à faire du sport un outil d'intégration et de promotion de la santé.

### **Le canton de Fribourg et la promotion du sport**

Dans le canton de Fribourg, une loi sur le sport (LSport) a été promulguée en 2010 par le Grand Conseil. Elle présente des similitudes avec celle en vigueur en Valais et encourage l'activité physique pour tous dans le cadre d'un maintien de la santé publique et d'un développement de la jeunesse dans: «le respect des règles morales et éthiques du sport» (Grand Conseil du canton de Fribourg, 2010).

Elle fait la part belle à plusieurs volets du sport à savoir: 1) le sport scolaire obligatoire et facultatif; 2) le sport de loisir; 3) le sport de performance (Grand Conseil du canton de Fribourg, 2010).

L'Etat intervient notamment en encourageant la construction et la rénovation d'infrastructures sportives et en soutenant financièrement certaines manifestations sportives. Cela est financé par le fonds cantonal du sport (Service du sport (SSpo), 2013a). Fribourg compte également un Service du sport (SSpo) ayant pour mission d'accomplir les tâches prévues par la législation fédérale et cantonale en terme de sport. Il encourage la pratique sportive scolaire et extra-scolaire. Il aide également au développement de différents projets et événements sportifs cantonaux, que ce soit financièrement ou par le prêt de matériel et la mise à disposition d'infrastructures sportives (SSpo, 2013b). Il coordonne les activités en lien avec l'éducation physique dans les différentes écoles du canton et contribue ainsi à la promotion du sport et des activités physiques dont il souligne les mérites. «Par la pratique d'activités très diversifiées, chaque enfant acquiert des compétences et des connaissances qui contribuent à son bien-être physique, psychique et social» (SSpo, 2013c).

Il soutient financièrement le sport scolaire facultatif dans les communes et encourage l'organisation de camps et de tournois sportifs.

## 2.3 Le sport pour la santé: une question cruciale

Le sport véhicule également une image positive en lien avec la santé et l'hygiène de vie. Il est donc généralement assimilé au bien-être. L'OMS encourage l'activité physique autant chez les adultes que chez les jeunes en préconisant au moins 60 minutes de pratique sportive par jour entre 5 et 17 ans. Par activité physique elle entend: «le jeu, les sports, les déplacements, les tâches quotidiennes, les activités récréatives, l'éducation physique ou l'exercice planifié, dans le contexte familial, scolaire ou communautaire» (OMS, 2013b).

Les recommandations de l'OMS ciblent avant tout les bienfaits physiques d'une activité sportive chez les jeunes dont les points principaux sont les suivants (OMS, 2013b):

1. «développer un appareil locomoteur sain (os, muscles et articulations);
2. développer un appareil cardiovasculaire sain (cœur et poumon);
3. développer une conscience neuromusculaire (coordination et contrôle des mouvements);
4. garder un poids approprié».

Elle fait également référence aux bienfaits mentaux et sociaux de l'activité physique qui aiderait les jeunes à combattre des problèmes liés à la dépression et à l'anxiété. De plus, d'après l'OMS, la pratique physique aurait des répercussions positives sur l'intégration des jeunes.

Tous ces bienfaits vont de pair avec une activité physique ou sportive. Inversement, les problèmes liés à l'inactivité sont associés aux dangers du surpoids, dans un contexte médiatique qui diffuse largement la notion d'«épidémie» d'obésité.<sup>3</sup>

## 2.4 La sédentarité et le surpoids

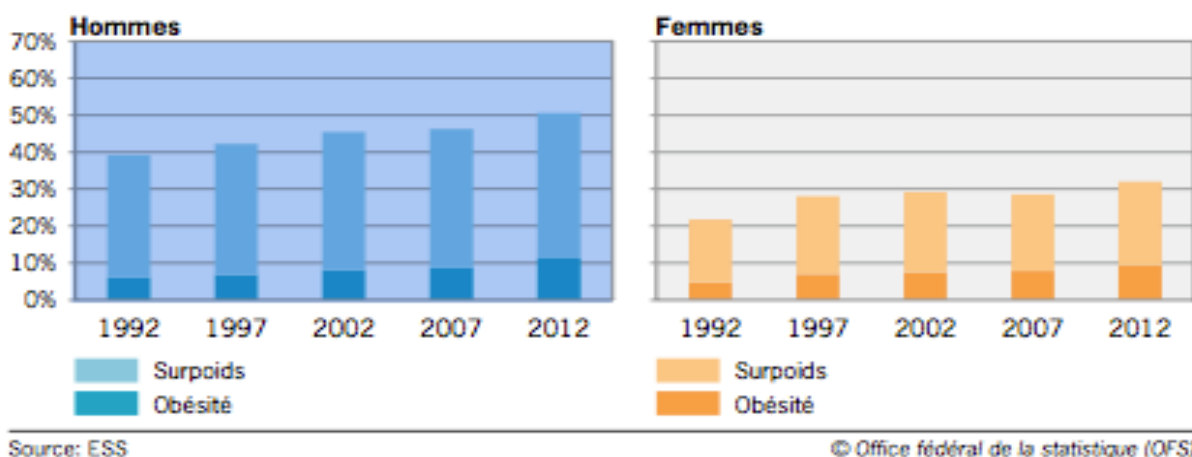
La sédentarité est énoncée comme l'une des plus importantes causes de problèmes de santé dans le monde et serait, selon l'OMS (2013a), le quatrième facteur mondial de risque de décès. Ce «fléau» est en partie responsable, associé à une mauvaise nutrition, des problèmes liés au surpoids et à l'obésité. L'enquête suisse sur la santé de 2012, publiée par l'Office fédéral des statistiques (OFS), montre une nette augmentation des problèmes de poids pouvant aller jusqu'à l'obésité dans la population suisse.

---

<sup>3</sup> Titre de différents médias:

«Les Suisses sont trop gros, surtout les hommes», Le matin, 10.10.2013.

«L'obésité déclarée fléau mondial par l'ONU», Libération, 08.03.2012.



**Fig 1:** Surpoids et obésité en Suisse de 1992 à 2012 (OFS, 2013).

L'augmentation régulière du surpoids et de l'obésité en Suisse durant les 20 dernières années apparaît sur ces diagrammes. L'enquête relève que cette augmentation touche en particulier les individus entre 15 et 24 ans. Les jeunes sont donc particulièrement touchés par ce problème. Pour expliquer cette tendance, l'OMS pointe du doigt une diminution des activités physiques ainsi qu'un changement de régime alimentaire (OMS, 2013d). Elle encourage une approche globale pour lutter contre le surpoids en incitant différents acteurs de la société à être vigilants et à mettre en œuvre des actions d'aide et de prévention. Parmi ces différents acteurs sont mentionnés entre autres:

- Les parents, qui peuvent transmettre des habitudes alimentaires et sportives saines à leurs enfants;
- L'école, qui doit accentuer l'éducation à la santé et proposer des activités physiques scolaires et extra-scolaires pour donner goût au sport dès le plus jeune âge;
- Les Etats membres, chargés de mettre en place et de veiller à l'exécution d'une stratégie pour l'amélioration de l'alimentation et l'encouragement à l'activité physique.

En 2008, le Conseil fédéral a demandé à l'OFSP de collaborer avec l'OFSPPO afin d'établir le «Programme National Alimentation et Activité Physique (PNAAP) 2008-2012». Arrivé à terme en 2012, ce programme a été reconduit pour quatre ans jusqu'en 2016. Les objectifs principaux recherchés sont les suivants:



**Fig 2:** Les buts du PNAAP (OFSP, s.d. b).

L'organisation «Promotion santé suisse» aide à la mise en œuvre de ce programme national. Elle a élaboré une stratégie à long terme visant différents buts qui s'actualisent dans le programme «Poids corporel sain» à savoir (2006, pp. 8-10):

- 1) le renforcement de la promotion de la santé et de la prévention;
- 2) l'atteinte d'un poids corporel sain;
- 3) le raisonnement concernant la santé psychique et le stress.

Pour réaliser ces objectifs d'ici à 2018, la fondation «Promotion santé suisse» s'appuie sur différents acteurs comme la Confédération, les cantons et les communes. Elle assure la coordination nationale des trois objectifs précités. Le canton du Valais et le canton de Fribourg participent activement au concept de «Poids corporel sain».

En Valais, le «Centre alimentation et mouvement» a mis en place un programme visant à promouvoir le sport extrascolaire ainsi qu'une alimentation saine et équilibrée. Il tend également à mettre en réseau les différentes forces en présence pour augmenter l'impact d'une telle campagne sur la jeunesse, afin de lutter contre le surpoids et l'obésité. (Centre Alimentation et Mouvement, s.d. a). Le public visé regroupe les enfants de 0 à 16 ans. Cette association promeut des événements et des projets concernant l'alimentation et l'activité physique aussi bien à l'école que dans la famille ou lors des loisirs. En voici quelques exemples: «Bouger, manger à l'école», «Bike2school-à l'école à vélo», «Senso 5», «Fourchette verte» (Centre Alimentation et Mouvement, s.d. b).

Le centre a également édité des fascicules à l'intention des familles comme «Alimentation et mouvement pour les enfants en âge scolaire» ou encore «Le pique-nique fait son show!». En ce qui concerne les loisirs, le Centre fait également la promotion de «La Suisse bouge», qui est un programme de l'OFSPPO, et encourage à participer au «Sport facultatif» (Centre Alimentation et Mouvement, s.d. c).

Dans le canton de Fribourg, un «Plan d'action de promotion de la santé et de prévention 2011-2015» a été établi (Rywalski & Vallat 2011).

L'un des points de ce programme concerne l'alimentation saine et l'activité physique, en

référence au PNAAP. Un autre angle d'action concerne la santé mentale.

Nous remarquons que les migrants constituent l'un des groupes-cibles du programme cantonal 2011-2015, le but étant de déterminer comment favoriser l'accès au programme de santé des populations migrantes. Sont notamment retenus comme domaines d'analyse: (Service de la santé publique (SSP), 2013)

- 1) L'alimentation et l'activité physique, qui sont en lien avec le programme «Poids corporel sain»;
- 2) La promotion de la santé mentale.

Tout comme le Valais, Fribourg propose un certain nombre d'opérations pour promouvoir la santé et l'activité physique, regroupées dans un portefeuille d'actions durables qui est à la disposition des communes. On y retrouve 67 propositions comme «Bike2school», «Fourchette verte», «Midnight sport» et «Sport scolaire facultatif» qui mettent notamment l'accent sur la mobilité, la santé, le sport ou encore l'enfance et la jeunesse (Développement durable (DAEC-DD), 2013).

Le canton encourage avant tout les communes à proposer une offre d'activités sportives extrascolaires. Le projet «FriTime», soutient à hauteur de 10 000 francs sur quatre ans, les communes désireuses de mettre en place un programme sportif pour leur jeunesse.

Des mesures qui soulignent la croissance de l'intérêt pour le volet de la santé au travers des loisirs sportifs sont apparues ces dernières années. A côté des acteurs traditionnels du sport (club, école, sport scolaire facultatif), des politiques de santé publique visent la promotion de la santé par les activités physiques et sportives.



### **3 La méthodologie**

Ce travail, basé sur les principes de la recherche qualitative, s'inscrit dans une: «démarche discursive et signifiante de reformulation, d'explication ou de théorisation d'un témoignage, d'une expérience ou d'un phénomène» (Paillé, 1996, p. 211). Les données qualitatives ainsi recueillies permettent d'obtenir, selon Miles et Huberman (1994): «des descriptions et des explications riches et solidement fondées de processus ancrés dans un contexte local» (p. 12). Nous allons donc observer le rôle que peut jouer le sport dans l'intégration et sur la santé des jeunes. Nous pourrions ainsi relever, puis analyser les attentes de ces derniers vis-à-vis des activités physiques. Il sera ensuite possible de mettre en relief les différentes composantes qui peuvent influencer les relations s'établissant entre les individus lors de la pratique d'une activité physique de loisir ou sportive.

#### **3.1 L'entretien semi-directif**

Nous avons construit plusieurs grilles de questions afin de réaliser des entretiens semi-directifs (voir grilles d'entretien, Annexe F). Ces derniers correspondent à: «une situation d'interaction provoquée par le chercheur avec l'objectif d'en retirer un ensemble d'informations. D'un côté, l'interviewé livre sa vision du phénomène étudié alors que de l'autre côté le chercheur s'efforce de faciliter la parole de l'interviewé» (Gay, 2006, p. 87).

Un élément méthodologique important a consisté à rechercher des intervenants de cultures professionnelles diverses, afin d'obtenir des données plurielles sur notre objet et, par croisement de ces perspectives, à tendre à une certaine objectivité. Pour faciliter l'établissement des contacts avec des personnes à interviewer, nous avons sollicité des connaissances personnelles ou familiales, puis, par le biais de différentes rencontres, nous avons été dirigé vers de nouvelles sources d'informations méconnues au départ. Les différents entretiens semi-directifs (N=9) qui ont été réalisés, ont permis d'obtenir une vision ample du sujet à traiter, mais également d'y ajouter de la complexité.

Pour réaliser ces interviews, nous nous sommes toujours basé sur des grilles d'entretien adaptées au contexte et à l'interlocuteur rencontré. Etablir une relation de confiance avec certains interlocuteurs a été dans un premier temps plutôt difficile. Mais une fois la discussion lancée et dès qu'ils comprenaient mieux l'objectif de notre recherche, tous ont participé de manière très ouverte et franche. A l'instar d'un enseignant d'éducation physique ainsi que d'un entraîneur de football qui nous ont accueilli chez eux, installant un climat de confiance dès les premiers échanges.

Notre interconnaissance du milieu et l'approche des interlocuteurs par le biais d'un intermédiaire<sup>4</sup> a facilité la prise de contact, de même que le déroulement des enregistrements.

### **3.2 Les focus groupes**

Les focus groupes ont été réalisés auprès d'élèves de 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> primaires des cantons de Fribourg et du Valais. Au total, quatre classes primaires ont été sollicitées. Une classe de troisième année et une classe de quatrième année ont été interrogées dans chaque canton, 37 enfants ont été questionnés en Valais et 16 à Fribourg pour un total de 53.

Cette méthode a permis d'entrer en contact avec les protagonistes de notre recherche, à savoir les jeunes, et de recueillir de nombreuses données. En effet, l'intérêt d'un tel procédé est de pouvoir: «Saisir les prises de position en interaction les unes avec les autres et non de manière isolée. Il permet à la fois l'analyse des significations partagées et du désaccord, grâce à la prise en compte des interactions sociales qui se manifestent dans la discussion» (Duchesne & Haegel, 2004, p. 35).

Un échange riche a effectivement été observé, qui privilégiait les interactions directes entre les membres d'un focus groupe. Il a donc été possible, grâce à cet outil méthodologique, d'obtenir des anecdotes intéressantes et significatives de la réalité du terrain. La dynamique de groupe a également permis de mettre en confiance les jeunes les plus timides qui ont osé s'exprimer et de réduire l'écart de statut et d'âge entre nous et les jeunes en faisant partie intégrante de ce groupe.

Des démarches administratives auprès des autorités cantonales fribourgeoises et valaisannes ont été effectuées, afin d'obtenir les autorisations nécessaires à une intervention par focus groupes en milieu scolaire, qui réponde aux exigences scientifiques (enregistrement des données et anonymat des participants).

### **3.3 L'observation ethnographique**

En sus des différents types d'entretiens effectués, nous avons procédé à des observations ethnographiques dans les deux quartiers concernés par notre recherche. Cette technique est considérée comme suit par Wahnich (2006): «L'observation ethnographique permet de comprendre comment les personnes utilisent un équipement, comment elles se

---

<sup>4</sup> Mon père étant enseignant en éducation physique et actif dans l'organisation de manifestations sportives, la prise de contact avec certains interlocuteurs a été ainsi facilitée.

repèrent, comment elles agissent face à une offre documentaire et de services. Autrement dit, l'étude ethnographique est une étude de comportement face à un objet» (p. 11).

Les quelques moments d'observation qui ont été effectués dans les deux quartiers ont permis d'obtenir des informations complémentaires et donc, une meilleure compréhension du terrain. Le croisement, en observant de manière externe le déroulement du temps de loisir, a permis de ressentir une atmosphère et de capter une ambiance.

### **3.4 L'observation participante**

En outre, nous avons participé à une activité proposée par le centre d'animation de Villars-Vert en tant qu'animateur sportif. Durant quatre séances, nous avons dirigé une activité ludique en salle de sport avec des enfants du quartier des Dailles. Le fonctionnement du centre d'animation et le public cible a pu être ainsi cerné de façon plus concrète.

Nous avons également participé dans le quartier de Villars-Vert au «Rallye alimentation et mouvement» organisé dans le cadre du programme «Je mange, je bouge» intégré dans le PAC (Programme d'action cantonal) et durant lequel nous avons accompagné des enfants avec lesquels nous avons parcouru les différents postes d'activités proposées.

### **3.5 L'analyse de données**

Une fois tous les entretiens effectués et l'enregistrement de ces derniers retranscrit, l'analyse a pu débuter. Ce travail a été réalisé en passant par les étapes suivantes (Paillé, 1994 pp. 154-180):

1. *«La codification initiale:* Il s'agit de dégager, relever, nommer, résumer, thématiser, presque ligne par ligne, le propos développé à l'intérieur du corpus sur lequel porte l'analyse;
2. *La catégorisation:* Cette étape consiste à coder à nouveau le corpus, cette fois avec un outil beaucoup plus riche: la catégorie. Il est important de mettre à profit la codification initiale, de relire les codes, de les regrouper - sur une feuille à part-, de les comparer, de les questionner, de les classer, de chercher l'ordre plus élevé, etc.;

3. *La mise en relation*: Cela consiste à se livrer systématiquement à la mise en relation des catégories, à trouver des liens qui ont habituellement déjà commencé à s'imposer d'eux-mêmes lors du travail de consolidation;
4. *L'intégration*: Cette étape doit donner lieu à la délimitation de l'objet précis que deviendra l'analyse;
5. *La modélisation*: Le but est, ici, de caractériser sous une forme type les phénomènes observés, souvent dans un but de prédiction;
6. *La théorisation*: Il s'agit là de l'écriture du travail final prenant en compte les phénomènes analysés ainsi que les données fournies par la littérature scientifique.»

## **4 Les terrains de recherche**

Nos recherches et nos observations se sont focalisées sur deux lieux distincts, à savoir le quartier de Villars-Vert à Fribourg et le quartier de Champsec à Sion. Nous avons ciblé des quartiers urbains de villes moyennes de Suisse Romande.

Les jeunes ont été visités au sein de leur établissement scolaire respectif. Puis nous nous sommes intéressés aux espaces qu'ils utilisent pour se rencontrer et pratiquer une activité en dehors des périodes d'école.

Nous avons également interrogé des acteurs et professionnels locaux en relation avec ces jeunes et qui ont, pour la plupart, un lien étroit avec l'activité physique.

Ce sont donc des personnes de milieux professionnels différents qui ont été consultées afin d'obtenir une vue d'ensemble des enjeux de la problématique.

### **4.1 Le quartier de Champsec**

Dans le quartier de Champsec, l'«Agorespace» est un des lieux d'intérêt majeur pour ce travail. Il est situé dans la cour de l'école primaire et la municipalité de Sion s'y réfère en ces termes: «Grâce à sa conception originale, ses vertus de convivialité et de sécurité, «Agorespace» s'attache à ce que le sport soit vécu par les jeunes comme un véritable moteur social. En outre, il représente un outil de communication efficace entre les jeunes et les habitants du quartier» (Service des sports, de la jeunesse et des loisirs, 2013).

Relevons les finalités de «moteur social» et d'«outil de communication» qui sont conférées à cette infrastructure sportive.

D'autres endroits du quartier ont attisé notre curiosité, comme le skatepark de la ville, les «cages à foot», la place de jeux pour enfants située dans le cours Roger-Bonvin ou encore différents terrains de football des alentours, ainsi que les espaces de rencontre découverts dans les rues du quartier lors de nos observations.

#### **4.1.1 La situation géographique**

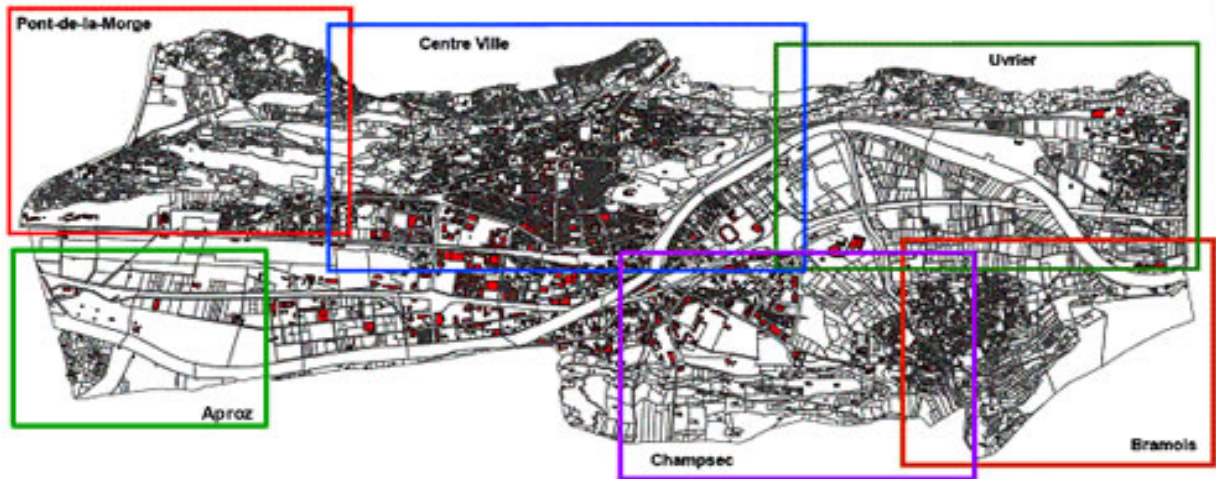
Observons en détail ce quartier de la capitale valaisanne. D'un point de vue géographique, le quartier se situe dans la zone Est de la ville, sur la rive gauche du Rhône.

A l'est, il est délimité par la route cantonale d'Hérens en direction de Vex ainsi que par la structure de l'hôpital cantonal du Valais. Il est séparé du village voisin de Bramois par de nombreux vergers et terrains agricoles.

Au sud se trouve le complexe de la caserne militaire s'étendant jusqu'au pied de la montagne qui forme un barrière naturelle.

Au nord, le cours Roger-Bonvin surplombe l'autoroute du Rhône et marque la séparation avec le quartier voisin de Vissigen. Il faut cependant noter que la démarcation entre ces deux quartiers est minime et que bien souvent l'on considère que Vissigen et Champsec ne forme qu'un seul quartier.

A l'ouest, le pont du Rhône, passant au-dessus du fleuve du même nom, mène vers le centre-ville et délimite le quartier.



**Fig 3:** La ville de Sion et ses quartiers (Sion.ch, s.d.).

Passons à présent à la description des habitants du quartier de Champsec.

#### 4.1.2 La population

Selon le cahier des statistiques tenu par la ville de Sion, le quartier de Champsec comptait, au 31 décembre 2012, 2135 résidents, soit le 7% des 30'699 âmes vivant dans la commune de Sion. Rapporté uniquement aux citoyens de la ville en elle-même, cela représente le 9,38% des 22'739 habitants de Sion. (Ville de Sion 2013, p. 12).

Lors d'un entretien avec un enseignant, la population est présentée en ces termes:

«C'est beaucoup des familles... La plupart c'est des familles ouvrières, donc des enfants d'ouvriers ou des personnes qui travaillent à l'hôpital ou en ville dans les bureaux ou les entreprises. C'est pas une population de docteurs et de gens haut formés.» (Philippe, 55 ans, enseignant primaire)

Une autre personne rencontrée nous confiait que:

«[...] en terme d'origine des gens, je pense qu'il y a autant d'origines différentes que de jeunes différents quasiment.» (Simon, 38 ans, responsable d'association)

Il y aurait donc, à Champsec, deux aspects qui caractériseraient la population, à savoir:

1) une grande mixité d'origine; 2) un statut socioéconomique populaire.

Or, le recueil de données récoltées auprès des jeunes interrogés (cf. échantillonnage 4.4) relativise ces propos et démontre une réalité plus nuancée c'est-à-dire, une part d'individus de positions socioprofessionnelles intermédiaires et une diversité d'origine plus faible que mentionnée par les personnes interviewées.

Néanmoins, les représentations que nous ont livrées ces interlocuteurs donnent des indications sur un «sentiment partagé», autrement dit, la réputation qui accompagne le quartier serait celle définie par un lieu d'habitats modestes.

#### **4.1.3 Les caractéristiques et la vie dans le quartier**

Si le quartier est composé de quelques petites maisons, dans l'essentiel ce sont des blocs d'habitation à plusieurs étages conçus pour une population au bénéfice d'un revenu moyen. La fonction principale du quartier reste le logement de ses habitants. Cependant, l'implantation de différents centres commerciaux aux abords du quartier y amène de l'animation. De plus, deux ou trois bars ainsi qu'une salle de fitness favorisent une sociabilité et une atmosphère plus conviviale qui invite parfois des gens extérieurs au quartier à y venir.

Malgré cela, les zones de rencontre ou les espaces publics dans lesquels se promener ou se reposer ne sont pas nombreux (à l'exception du cours Roger-Bonvin). Les fonctions de rencontre et de rapprochement n'y sont pas spécifiquement favorisées comme cela peut être le cas ailleurs dans la capitale (Espace des Remparts, Place du Midi, etc.).

La récente construction d'un centre commercial destiné principalement aux habitants de Champsec a été réalisée pour dynamiser cette partie de la ville, comme le confirme son architecte Christian Constantin (Vaquin, 16 avril 2013): «Tourbillon Center s'inscrit vraiment dans la proximité. C'est un magasin destiné aux gens du quartier. C'est vraiment un quartier qui bouge et qui s'agrandit. Les anciennes infrastructures ne répondant plus au besoin, j'ai pensé qu'il fallait doter cette zone d'un nouveau centre commercial».

Parmi les autres infrastructures à la frontière du quartier, nous relevons la présence du manège de Sion dans lequel il est possible de pratiquer l'équitation sportive, du golf de Sion et d'un centre moderne de tennis. Or, toutes ces infrastructures sportives sont destinées à une population aisée et ne sont guère accessibles aux habitants de Champsec, qui malgré la proximité en profitent peu.

Relevons, pour terminer ce chapitre, que les espaces publics, ainsi que les jardins et les parcs reliés aux habitations sont très bien entretenus. Un aspect soigné et accueillant se

dégage du quartier. Il n'est pas rare de trouver de petites places de jeux comprenant pour la plupart, des balançoires, des toboggans ainsi que des tourniquets. Ces espaces récréatifs sont manifestement des lieux de rencontre pour les habitants et les jeunes en particulier.

Observons à présent le quartier fribourgeois également objet de notre recherche.

## 4.2 Le quartier de Villars-Vert

Au centre du quartier, un terrain de football synthétique, entouré par une petite place de jeux composée de balançoires, d'un toboggan et de chevaux de bois a attiré notre attention. Lors de nos passages sur le terrain, nous avons pu constater que cette place était fréquemment utilisée par la jeunesse du quartier, y compris durant la pause de midi. Il existe d'autres espaces sportifs: un ancien terrain de basket-ball en béton et désuet, un nouveau terrain de basket-ball avec un bon revêtement en tartan et une place de jeux située dans l'enceinte de la cour d'école. De plus, le quartier de Villars-Vert dispose d'un centre de quartier qui est un lieu de rencontre pour les jeunes et pour leur famille. Nous avons découvert, durant notre recherche, d'autres espaces (places de jeux reliées aux immeubles, espaces avec bancs publics etc.) pouvant être considérés comme des lieux de rencontre.

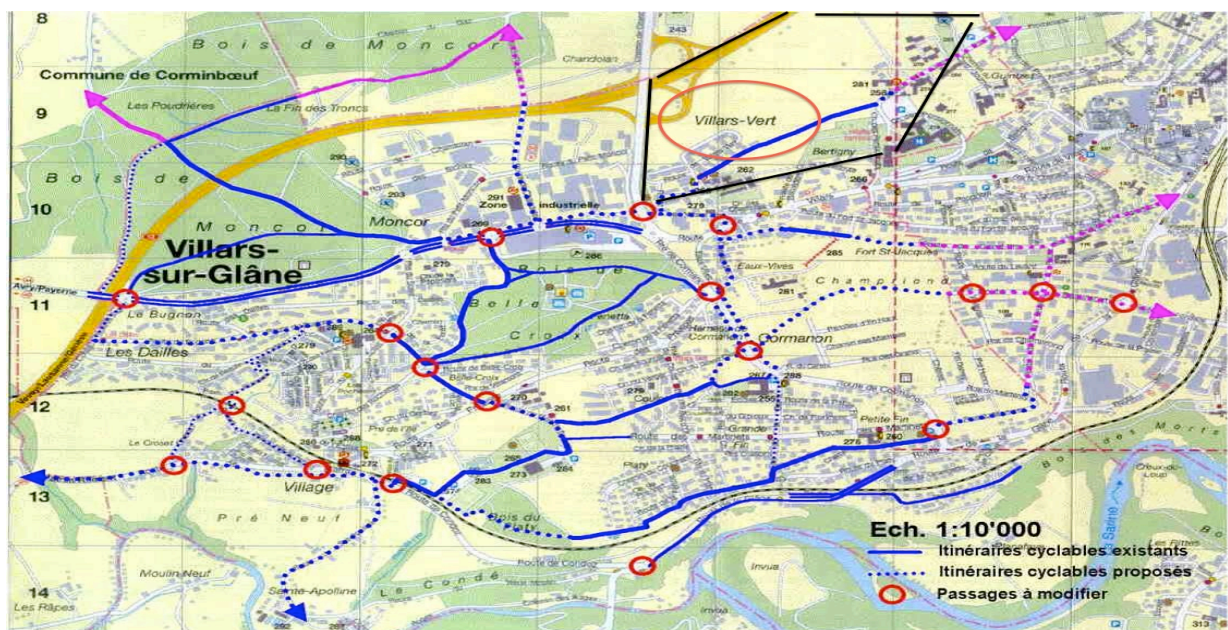


Fig 4: Plan de Villars-sur-Glâne (Les Verts Villars-sur-Glâne, s.d.).



#### **4.2.1 La situation géographique**

Villars-Vert est un quartier de la commune de Villars-sur-Glâne, dans l'agglomération de la capitale fribourgeoise. Sur le plan géographique, cette commune correspond à l'entrée sud de la ville de Fribourg.

Au nord, les derniers immeubles du quartier laissent la place à quelques terrains agricoles qui s'étendent jusqu'au complexe autoroutier qui joue le rôle de frontière.

Au sud, ce sont les routes de Villars-Vert et de Villars, menant jusqu'à la gare de Fribourg, qui délimitent le quartier. Le trafic sur ces routes est dense et forme réellement une barrière.

A l'est, la route de Moncor délimite le quartier. De l'autre côté s'élève le grand complexe commercial de «Fribourg-Sud».

A l'ouest, une étendue de terrains agricoles ainsi que des jardins familiaux nous amènent jusqu'au bâtiment de l'hôpital cantonal fribourgeois. Cet hôpital, tout comme à Sion, délimite le quartier. L'accès et la sortie de ce dernier se font par des routes à sens unique qui donne l'impression d'un «goulet».

#### **4.2.2 La population**

Il est difficile de connaître le nombre d'habitants résidant dans le quartier de Villars-Vert. Cependant, nous pouvons dire que la commune de Villars-sur-Glâne comptait, en 2012, 11' 975 habitants répartis en 8115 personnes de nationalité suisse et 3860 de nationalité étrangère (Etat de Fribourg: service de la statistique, s.d.).

Les références à la population de Villars-Vert recueillies au cours de nos entretiens sont les suivantes:

«Alors, Villars-Vert est un quartier où il y a essentiellement des gens de cultures étrangères à culture suisse, principalement des gens du pourtour méditerranéen et puis aussi plus éloigné. Ils viennent des pays du Moyen Orient, jusqu'à l'Afghanistan et l'Inde.» (Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Un autre interviewé nous confiait que:

«Villars-Vert, c'est un quartier populaire, multiculturel avec énormément de nationalités différentes.» (Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

Villars-Vert semble se caractériser par une mixité de nationalités parmi ses habitants et est reconnu comme quartier populaire.

### **4.2.3 Les caractéristiques et la vie dans le quartier**

Le quartier se compose uniquement de blocs d'habitation, lui assignant une finalité essentielle de logement pour ses habitants. Il fait figure d'enclave, délimitée par les différentes routes qui la bordent. Il est dépourvu de bars, bistrotts et autres lieux de convivialité qui permettraient de favoriser les rencontres et de remplir des fonctions de sociabilité. Il bénéficie tout de même d'une petite épicerie de proximité située au cœur du quartier. Les places de rencontre et les espaces publics ne sont pas légion, de plus la végétation y est rare.

A l'intérieur du quartier ce sont surtout des constructions en béton qui prennent le dessus. Relevons que les espaces verts qui environnent les immeubles sont toutefois bien entretenus et jouent parfois le rôle de lieu de rassemblement. Selon nos observations, le quartier vit, il est animé, les gens y discutent facilement et s'y baladent fréquemment. Le cœur du quartier, très urbanisé, contraste fortement avec les terrains vierges d'habitation qui se situent à l'ouest.

Finalement, nous pouvons dire que l'on vit et habite dans ce quartier, mais qu'on n'y vient pas. Aucun aspect, aucun complexe commercial ou autre n'attire de personnes externes à ce quartier. Ce sont en revanche ses habitants qui en sortent pour aller travailler et qui y reviennent le soir pour se loger.

## **4.3 L'accès au terrain**

Dans ce chapitre sont présentées les démarches administratives qui ont été effectuées pour accéder aux terrains de recherche. Pour les deux quartiers, nous avons procédé à des demandes d'autorisation auprès des autorités compétentes. Cependant, le déroulement de ces démarches n'a pas été identique de part et d'autre. Dans les deux cas, nous nous sommes annoncé aux responsables des établissements scolaires primaires, ainsi qu'aux inspecteurs scolaires, afin d'effectuer notre demande.

Alors qu'à Champsec, un échange de courriels a suffi pour obtenir une autorisation orale afin de mettre en place les focus groupes et procéder à l'enregistrement de ces derniers<sup>5</sup>, l'approche à Villars-Vert fut plus longue et formelle d'un point de vue administratif.

A la suite du contact qui a été établi entre Mme Aceti et l'établissement scolaire de Villars-Vert, une demande écrite d'«autorisation pour mener une enquête» a été envoyée à la

---

<sup>5</sup> Cela peut s'expliquer par l'enthousiasme et l'engagement envers le sport de la part du directeur d'école rencontré à Champsec.

direction de l'Instruction publique, de la culture et du sport (CDIP). Les démarches ont duré environ trois mois avant que nous obtenions l'autorisation (cf. annexe A) pour procéder à l'enquête. Par la suite, l'élaboration d'un programme horaire pour les focus groupes qui convienne à tous (enquêteurs et enquêtés) a été mis en place.

L'accès au terrain a donc débuté auprès des élèves de 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> primaires dans un cadre scolaire. Par la suite, nous avons élargi notre champ de recherche en allant à la rencontre des jeunes par le biais d'observations lors de leurs pratiques sportives informelles. Puis, nous avons complété le processus d'enquête par des entretiens avec des acteurs associatifs et professionnels.

Voyons plus en détail leurs caractéristiques.

#### 4.4 L'échantillonnage

Afin d'obtenir sur le terrain une vue d'ensemble de la situation, des personnes de cultures et d'horizons professionnels différents ont été rencontrées.

**Tab 1:** Liste des entretiens effectués

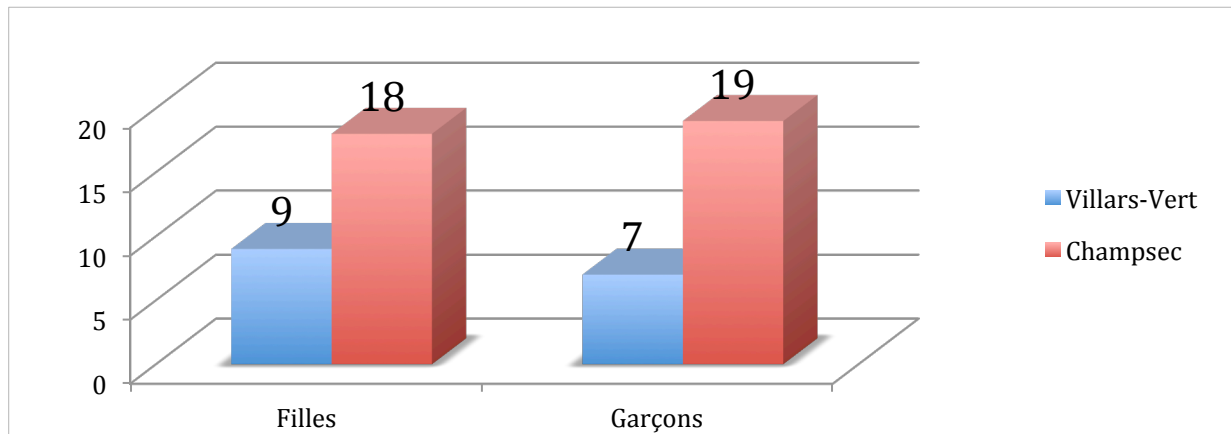
<b>Entretien à Champsec</b>	<b>Entretien à Villars-Vert</b>
Un maître d'éducation physique (ancien employé du Service des sports)	Un maître d'éducation physique (responsable du sport scolaire facultatif)
Un responsable d'animation de quartier à Sion	Une responsable d'animation de quartier à Villars-Vert
Un entraîneur de football.	Une animatrice de danse hip-hop
Un médiateur scolaire	
Un directeur de centre scolaire	
Un psychologue du sport	

Nous avons également procédé à des focus groupes avec des élèves de 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> primaires des écoles de Villars-Vert et Champsec (N=53) séparés en 11 groupes distincts.

7 focus groupes à l'école primaire de Champsec avec 37 enfants	4 focus groupes à l'école primaire de Villars-Vert avec 16 enfants
--	--

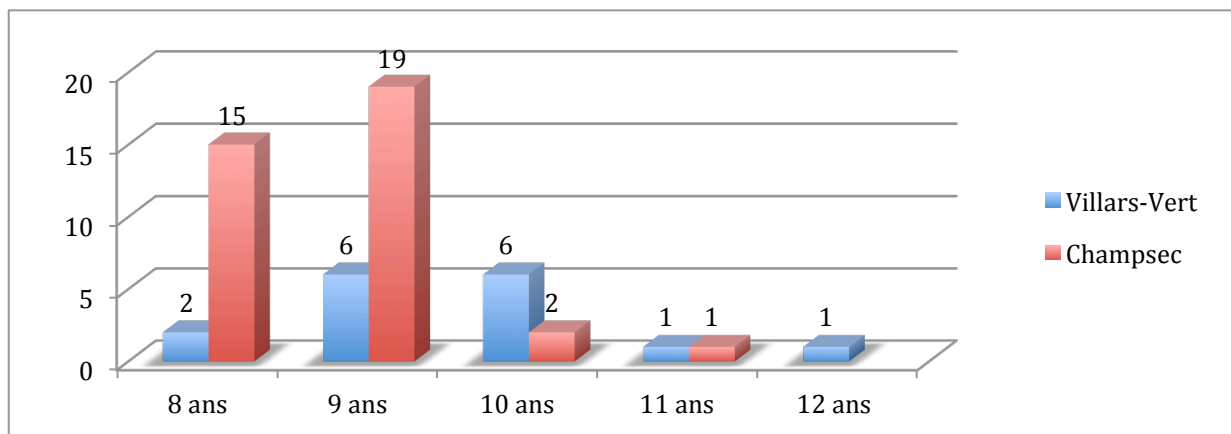
Le croisement de ces données de terrain a permis d'accéder à des informations ancrées dans le quartier sur le rôle du sport dans la vie de ces jeunes. L'objectif est de comprendre, grâce aux divers outils, de quelle façon, par quel moyen et à quel niveau le sport peut jouer un rôle dans notre société.

Précisons maintenant les caractéristiques de la population.



**Fig 5:** Répartition entre filles et garçons dans les focus groupes

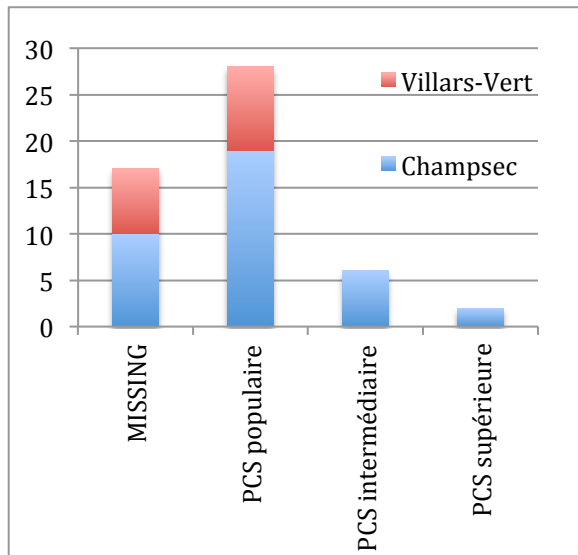
Dans les deux quartiers, la répartition entre filles et garçons dans les groupes de jeunes interrogés est quasiment similaire. Cela nous permet d'avoir des données concernant le comportement des deux sexes vis-à-vis du sport et des activités physiques.



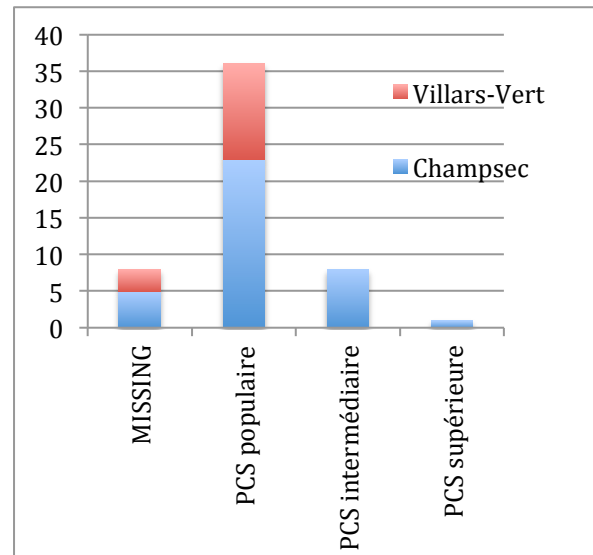
**Fig 6:** Répartition des enfants interrogés selon leur âge

La majorité des enfants sont âgés entre 8 et 10 ans. Nous allons décrire maintenant les positions socioprofessionnelles (PSP) auxquelles appartiennent les familles des deux quartiers de recherche. Pour ce faire, nous avons demandé aux enfants rencontrés le métier exercé par leurs parents au moyen d'un questionnaire (cf. annexe E). Les métiers ont été regroupés en trois PSP (populaire, intermédiaire et supérieure).

### PSP Femmes



### PSP Hommes

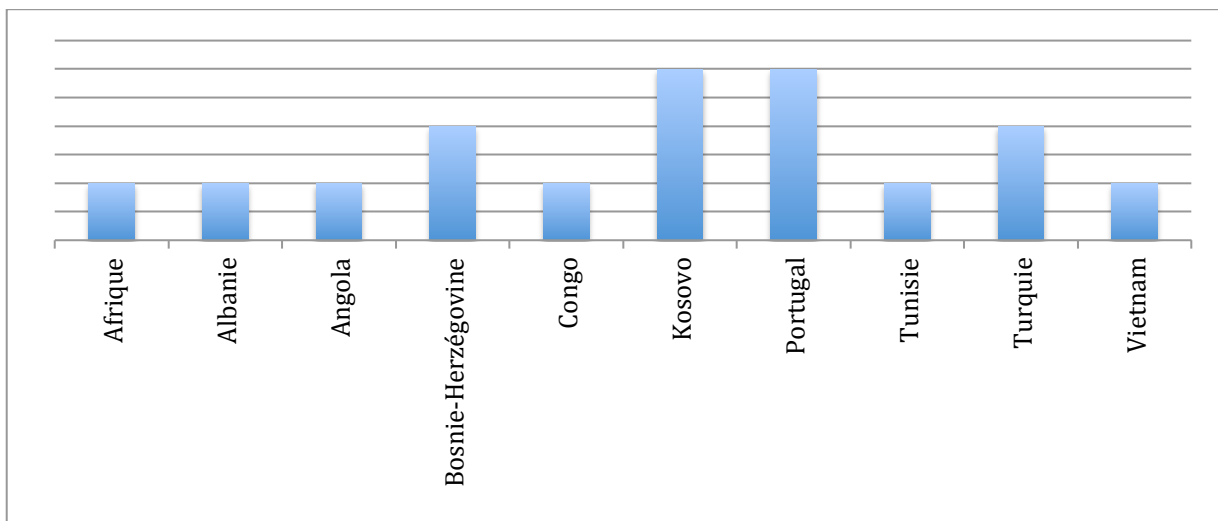


**Fig 7:** Répartition des positions socioprofessionnelles des parents des jeunes interrogés

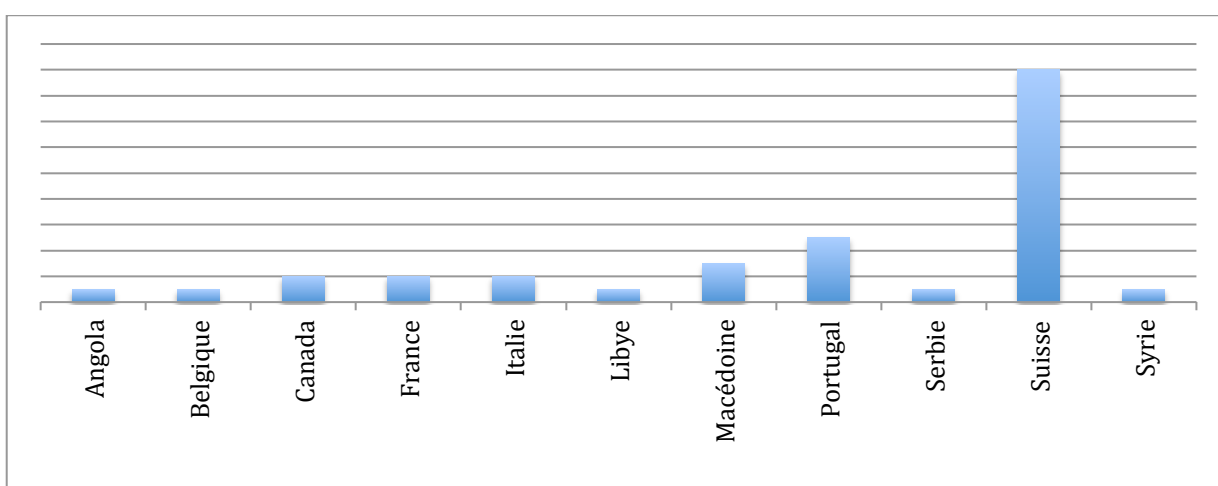
En ce qui concerne Villars-Vert, nous remarquons que les parents des enfants interrogés exercent tous, sans exception, une profession de catégorie socioprofessionnelle populaire. L'échantillonnage de Villars-Vert présente ainsi une homogénéité totale en ce qui concerne les métiers non ou peu qualifiés, avec un pourcentage d'activité à domicile plus important pour les mères que les pères. C'est donc un échantillon modèle d'un quartier populaire au travers de ses positions socioprofessionnelles.

A Champsec en revanche, la répartition est plus partagée entre professions intermédiaires et populaires. De même, un pourcentage moins élevé de mères - mais plus important que le nombre de pères - s'adonnent à un travail à domicile. De ce fait, nous pouvons nuancer la dénomination de «quartier populaire» dans ce terrain de recherche.

Observons encore les origines des familles de ces quartiers d'investigation. Concernant les lieux de naissance des pères, la mixité est très différente d'un quartier à l'autre.



**Fig 8:** Origine des pères des jeunes interrogés à Villars-Vert



**Fig 9:** Origine des pères des jeunes interrogés à Champsec

A Villars-Vert, la population est très cosmopolite, sans aucun père d'origine suisse. Mais nous relevons dix autres nationalités assez représentatives des pays d'origine les plus fréquemment rencontrés parmi la population étrangère en Suisse.

A Champsec, la population est aussi diversifiée, mais la nationalité suisse est nettement plus représentée. Entre ressortissants suisses et étrangers, la mixité est plus importante dans ce quartier.

En conclusion, le taux de mixité interculturelle (avec la population suisse) est plus marqué à Champsec qu'à Villars-Vert. Des situations de rencontre et d'interaction entre Suisses et étrangers seraient-elles plus nombreuses et favorables dans un quartier sensiblement plus multiculturel?

Après avoir mis en place le cadre théorique de notre recherche, observons à présent qu'elle en sera la problématique.

## **5 Problématique et hypothèses de recherche**

Des vertus d'intégration et de responsabilisation ainsi que de nombreux effets bénéfiques sur la santé sont fréquemment attribués au sport et à l'activité physique. Nous avons pris le parti d'orienter notre recherche sur les jeunes de «quartiers populaires», afin d'observer l'influence que l'activité physique et le sport peuvent avoir sur les relations sociales et les formes de sociabilité qui apparaissent parmi les jeunes de ces quartiers. De plus, nous voulons appréhender l'importance que cette jeunesse attribue à la «santé physique» lors de diverses pratiques sportives et l'éventuel intérêt qu'elle porte à la notion de «santé mentale» qui peut être véhiculée par le sport et l'activité physique.

### **Hypothèse 1:**

La pratique d'une activité physique ou sportive par les jeunes dans les quartiers populaires dépend de la qualité de l'aménagement environnemental et des infrastructures sportives et de loisirs mises à disposition.

**Conséquences:** Ces infrastructures sont des lieux de rassemblement et influencent ainsi la possibilité d'une «bonne pratique» qu'elle soit physique, récréative ou sportive et sont, par conséquent, des supports à l'intégration des jeunes au sein d'un groupe de pairs.

### **Hypothèse 2:**

Les jeunes de quartier ont des attentes particulières concernant la pratique d'activités physiques et sportives. Ils s'adonnent aux loisirs sportifs afin d'en retirer 1) du plaisir; 2) de la reconnaissance et de la valorisation; 3) de la sociabilité entre pairs; 4) des bénéfices liés à la santé.

### **Conséquences:**

Lorsque les attentes sont remplies, cela amène des effets bénéfiques concernant le sentiment d'appartenance à un groupe et/ou à son quartier. Cela favorise la pratique durable dans un groupe permettant ainsi l'intégration du jeune parmi ses pairs et par là également la construction de liens sociaux et d'attachements identitaires par le biais d'une pratique de loisirs actifs.

### **Hypothèse 3:**

La pratique d'activités physiques et sportives parmi les jeunes de quartiers populaires est orientée par différents facteurs: 1) la famille, dont le mode de vie influence le rapport aux activités physiques et le choix de certains types de pratique; 2) l'école qui poursuit son rôle d'éducation aux activités physiques et sportives, et tente d'intéresser tous les jeunes aux loisirs actifs; 3) le club de sport, dans une version plus spécialisée, qui vise avant tout

l'aspect de la compétition dans la discipline sportive en question; 3) les associations de quartier qui utilisent le sport comme «outil de médiation» pour créer du lien et remédier à des problèmes sociaux; 4) les médias et les programmes de promotion de santé publique qui propagent un idéal de «vie active».

**Conséquence :**

Les jeunes sont influencés par différentes approches et divers mondes de valeur (sport, santé, habitus familial, culture entre pairs, etc.) concernant les activités physiques. Ces approches sont parfois contradictoires et peuvent provoquer des contre-effets, tels que la mise à l'écart de certains individus, le désengagement face à l'activité ou son rejet pur et simple.

De plus, des influences d'acteurs sur le terrain ou des caractéristiques spécifiques propres aux quartiers (engagement et motivation des personnes y agissant, nouvelles offres pour les jeunes, implémentation de programmes de loisirs, etc.) peuvent modifier les hypothèses précédentes.



## **6 Les composantes de la mobilisation dans des pratiques physiques et sportives**

Suite à la présentation du cadre méthodologique et théorique de notre recherche, attelons-nous à la partie analytique de ce travail. Nous présentons les aspects en lien avec les activités physiques qui peuvent avoir une influence sur l'intégration des jeunes dans les quartiers observés. Nous allons effectuer une analyse des différents éléments récoltés et observés lors de nos passages dans les deux quartiers analysés.

### **6.1 Les infrastructures sportives**

Commençons par observer les lieux existant et permettant aux jeunes de pratiquer une activité physique dans nos quartiers de recherche. Cela nous permet d'évaluer les possibilités matérielles offertes pour exercer un sport ou un loisir sportif. Lorsque nous parlons d'intégration par le sport, nous pensons essentiellement aux activités et aux événements proposés par les clubs ou autres associations. Le rôle des équipements sportifs mis à disposition est parfois négligé comme l'exprime Bayeux (2010): «[...] j'ai le sentiment que dans les collectivités territoriales, quand on parle de l'éducation par le sport, on se limite aux actions» (p. 24). Afin de comprendre l'utilisation qui est faite des surfaces destinées à la pratique d'une activité physique, nous les avons d'abord listées.

#### **6.1.1 Les infrastructures sportives à Villars-Vert et à Champsec**

Dans le quartier de Villars-Vert, plusieurs places de sport permettent aux habitants du quartier, et notamment aux jeunes, de se retrouver pour y pratiquer une activité physique.



**Fig 10:** Terrain en tartan de Villars-Vert



**Fig 11:** Terrain synthétique de Villars-Vert

Dans le tableau qui suit, est dressé un inventaire des différentes infrastructures à disposition.

**Tab 2:** Liste des infrastructures sportives du quartier de Villars-Vert

<b>Infrastructures extérieures</b>	<b>Infrastructures intérieures</b>
<b>Terrain de football synthétique</b> , entouré d'un grillage, permettant la pratique du football ou d'autres sports collectifs	<b>Une salle de gymnastique double</b>
<b>Terrain de basket-ball</b> en goudron, également entouré de grillage et situé à la périphérie du quartier et à proximité d'un double rond-point d'importance au niveau du trafic	<b>Les locaux du centre d'animation</b> qui peuvent être utilisés pour pratiquer toutes sortes d'activités physiques, telles que la danse hip-hop
<b>Terrain en tartan</b> , situé dans la cour d'école, permettant la pratique du football, mais également muni de paniers de basket-ball	<b>Le Dojo</b> du karaté club Cobra qui se situe à l'extrême limite du quartier
<b>Différents parcs de jeux</b> , composés de balançoires, toboggans, chevaux de bois, «tape-cul», tourniquets. Ces parcs sont généralement placés à proximité des différentes places de sport	
<b>Centre d'animation</b> , qui bénéficie d'un espace vert où l'on peut organiser toutes sortes d'activités physiques, jeux etc.	
<b>Les espaces rattachés aux immeubles</b> , dotés de pelouse utilisée par les jeunes pour s'amuser et parfois quelques parcs pour enfants et des bancs	

Nous pouvons compléter cette liste par le chemin pédestre pouvant faire office de lieu de pratiques sportives (jogging, vélo). Le complexe sportif du Guintzet se situe proche du quartier et peut être utilisé par certains jeunes.

«[...] je pense qu'il y en a beaucoup qui vont au Guintzet, ça c'est tout prêt, c'est presque le quartier.» (Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

Du point de vue des infrastructures, le quartier n'est pas mieux ni moins bien doté qu'un autre quartier.

Relevons maintenant les différences d'infrastructures par rapport au quartier de Champsec.



**Fig 12:** Terrain de football de Champsec



**Fig 13:** «Agorespace» de Champsec

**Tab 3:** Liste des infrastructures sportives du quartier de Champsec

<b><u>Infrastructures extérieures</u></b>	<b><u>Infrastructures intérieures</u></b>
<b>Agorespace:</b> place de jeux en tartan, permettant la pratique du football ainsi que du basket-ball, possibilité de pratiquer le volleyball ou d'autres sports de renvoi	<b>Salle de gymnastique de la Bruyère</b>
<b>Skatepark</b> de la ville de Sion	<b>Petite piscine scolaire de la Bruyère</b>
<b>«Cage à foot»:</b> terrain en terre battue utilisé pour la pratique du football	<b>Salle de fitness moderne «Fitbudget»</b>
<b>Patinoire</b> de la ville de Sion	
<b>Jardin des neiges:</b> petit parc permettant la pratique du ski, du snowboard et de la luge	
<b>Différentes places de jeux</b> avec balançoires, tourniquets, chevaux en bois, toboggans	
<b>Terrains</b> de football	
<b>Espaces verts</b> au pied des immeubles	

Les infrastructures sont similaires à celles observées à Villars-Vert, mais nous pouvons relever que les places extérieures sont plus diversifiées et permettent la pratique d'un plus grand nombre de disciplines. De plus, à la limite du quartier, des complexes sportifs tels que patinoire et skatepark sont à disposition. Cela devrait donc permettre aux jeunes de s'initier à différentes activités sportives. Tout comme le complexe du Guintzet pour le quartier de Villars-Vert, le quartier de Champsec dispose d'infrastructures sportives à proximité qui pourraient être utilisées par les jeunes. Il s'agit d'un centre équestre, d'un centre de tennis et du golf de Sion.

Voilà ce qu'un enseignant en éducation physique et sportive nous a dit concernant le quartier de Champsec:

«[...] il y a l'«Agorespace» qui vient d'être fait. Ils ont tout le complexe de Tourbillon qui vient d'être fait avec skatepark, «cages à foot», patinoire. Donc ils ont des infrastructures extérieures qui sont bien.»

(Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Cependant, nous remarquons que le skatepark, la «cage à foot», la patinoire et le jardin des neiges sont situés à l'extrême limite entre le quartier de Vissigen et de Champsec. Il est d'ailleurs parfois difficile de savoir à quel quartier appartiennent certaines infrastructures. Ces emplacements à l'interstice entre des quartiers peuvent soutenir la rencontre entre les populations, comme l'explique Gibout (2010), les infrastructures placées à la limite entre deux quartiers peuvent être qualifiées comme des «[...] équipements sportifs de proximité, des chaînons reliant les quartiers entre eux, invitant les résidents à se rencontrer et à échanger dans un souci qualitatif de vivre ensemble» (p. 57). Ainsi, la rencontre, la découverte et de ce fait, l'intégration et la création de réseaux plus étendus seraient favorisés.

Certains des complexes sportifs observés ont cette capacité à rassembler des jeunes de différents quartiers comme la patinoire, la «cage à foot» ou le jardin des neiges. Cependant, d'autres infrastructures sportives telles que le centre équestre, le centre de tennis et le golf n'ont pas cette capacité et permettent moins la mixité des milieux sociaux. En effet, ces équipements sont destinés à des sports dits de «riche» et cela engendre une sorte d'exclusion des jeunes de milieux sociaux défavorisés.

### **6.1.2 L'occupation et la fréquentation des équipements extérieurs**

Nous avons constaté que les infrastructures extérieures des deux quartiers étaient particulièrement utilisées par de jeunes garçons âgés de 8 à 12 ans. Ce sont eux qui mettent en place un match de football ou de basket-ball, qui s'approprient les lieux pour

faire du skateboard ou du roller, ne laissant que peu de place au groupe des jeunes filles qui, bien souvent, se retrouvent spectatrices de l'activité ou reléguées sur la place de jeux voisine au terrain de sport. Ceci est aussi l'avis de l'animatrice de danse hip-hop qui a grandi dans le quartier de Villars-Vert.

«[...] c'est dans un quartier où les garçons font un peu la loi [...].»

(Marta, 29 ans, animatrice de danse hip-hop)

Gasparini et Vieille Marchiset (2008) avaient effectivement relevé dans leurs travaux que sur ces infrastructures, «[...] on y trouve surtout des jeunes garçons [...]» (p. 82). Une hiérarchisation entre les sexes se met en place dans les quartiers lorsqu'il s'agit d'utiliser les places sportives mises à disposition. Nous le retrouvons dans les entretiens avec les enfants. Une jeune fille nous confiait que:

«Des fois oui, non pas jouer au foot, mais je vais là-bas (le terrain de foot) dehors.»

(Alicia, 9 ans)

Même s'ils n'utilisent pas tous les infrastructures pour exercer une activité physique, les jeunes s'y rendent spontanément, car ce sont des places de rassemblement où ils trouvent des amis ou des pairs avec qui passer un moment. Les filles qui côtoient ces emplacements semblent moins pratiquer les sports formels tels que le football ou le basket-ball, mais elles sont toutefois en activité physique en s'adonnant à d'autres loisirs actifs comme, jouer au loup, faire du roller, du vélo etc. Ces situations favorisent les relations entre pairs.

«Ouais, quand on est dehors, des fois elle prend ses rollers.» (Ajila, 8 ans)

«Ouais, je joue à cache-cache et aux 5 vies (variante du loup).» (Marie, 9 ans)

Cette microsociété qui se met en place n'est pas seulement définie par l'appartenance à un sexe, mais également par l'âge. En effet, ce sont souvent les plus grands qui décident que faire, comment le faire et quand le faire. Les plus jeunes sont alors mis à l'écart.

«Il y a toujours les grands qui jouent.» (Sahid, 8 ans)

«Après, les grands ils nous ont jarreté du terrain. Ils nous tirent dessus.»

(Alban, 8 ans)

Une forme de privilège d'ancienneté des garçons quant à l'utilisation de ces infrastructures serait à l'œuvre, octroyant aux grands la priorité sur les plus jeunes. Malgré ces effets de hiérarchisation qui s'opèrent sur les terrains de jeux informels, ces places créent des situations de rassemblement propices aux interactions entre les habitants du quartier. Non seulement, elles invitent à la pratique sportive, mais en plus, elles peuvent favoriser les rencontres et l'approche de l'autre.

L'avantage de ces équipements est qu'ils sont ouverts à tout le monde et mis à disposition gratuitement mis à part la patinoire et le jardin des neiges à Sion. Il n'y a donc pas de

grandes contraintes pour l'utilisation de ces infrastructures, ce qui facilite l'accès de tous à ces différentes places et contribue à la promotion des loisirs actifs.

A Villars-Vert, il semble que les jeunes passent plus de temps sur les terrains de sport qu'à Champsec. Ce qui démontre que ces places font partie intégrante de leur vie quotidienne.

«[...] ils sont toujours dehors de ce que j'ai pu voir. Parce que j'ai grandi à Villars-Vert donc...Bon moins l'hiver parce qu'il fait plus froid, mais même comme ça ils sont toujours dehors, toujours, toujours dehors. Les garçons, ils jouent au foot, donc ça les occupe [...]» (Marta, 29 ans, animatrice de danse hip-hop)

«A Villars-Vert, les enfants qui viennent pas aux activités souvent ils sont dehors, à l'extérieur. Ils vont au terrain de foot.»

(Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

«Après l'école, à 4h, il y a beaucoup de gens qui vont dehors.» (Alban, 8 ans)

Durant la pause de midi, nous avons remarqué une plus grande utilisation des espaces sportifs par les jeunes de Villars-Vert que par ceux de Champsec. Les jeunes du quartier fribourgeois semblent donc passer moins de temps chez eux à midi et se retrouvent, durant la pause, relativement actifs. La situation d'emploi des deux parents couplée à une autonomie précoce des jeunes dans le quartier peut être un facteur d'explication.

Les jeunes utilisent ces infrastructures de manière autonome, sans l'accompagnement de leurs parents. Ainsi, ces places peuvent être associées à des espaces de liberté hors du contrôle des adultes. Les jeunes peuvent développer leur personnalité en faisant des expériences, en construisant leur réseau d'amis, en se confrontant à leurs pairs ou en collaborant avec eux.

Cependant, à Villars-Vert, les infrastructures extérieures se rapportent principalement à deux sports, à savoir le football et le basket-ball. De ce fait, les jeunes ne pratiquant pas ces sports de rue peuvent se sentir moins concernés par ce qui se déroule sur ces espaces. A Champsec, les infrastructures extérieures offrent une plus grande diversité de pratiques (skateboard, trottinette, roller, patinage, ski, football, basket-ball), ce qui permet de toucher un public plus vaste. Ces équipements sont donc susceptibles d'attirer et d'intéresser plus de jeunes. La pratique d'une activité physique par le plus grand nombre est donc favorisée et les rencontres, qui peuvent être synonymes de création de liens sociaux, sont ainsi encouragées. Relevons également que les infrastructures sportives extérieures de Villars-Vert ne sont pas ou peu utilisées par des clubs ou des associations pour mettre sur pied une activité.

A Champsec, la situation est bien différente. Tous les équipements mentionnés (patinoire, «cage à foot», terrain de football, terrain de basket-ball, skatepark et jardin des neiges) sont en accès libre (entrée payante à la patinoire) et de plus ils sont investis par les

associations ou le sport scolaire facultatif. L'association de jeunes de la ville a mis sur pied des tournois de football les mercredis après-midi en utilisant l'«Agorespace» dans la cour d'école.

«Par contre, nous ce qu'on fait essentiellement dans le quartier de Champsec, c'est une présence sur l'«Agorespace» avec la possibilité pour les jeunes de s'engager et de participer à des tournois de foot.»

(Simon, 38 ans, responsable d'association de quartier)

Les jeunes de quartiers utilisent cette possibilité car, comme le dit le responsable de l'association:

«On touche, en nombre de jeunes déjà ça représente entre 45 et 60 jeunes de 8 à 14 ans.» (Simon, 38 ans, responsable d'association de quartier)

La patinoire de la ville est utilisée par un club de hockey sur glace ainsi qu'un club de patinage, cela offre une option supplémentaire pour les jeunes. Des heures de glace sont aussi réservées aux écoles, et le sport scolaire facultatif les utilise, mais uniquement avec les plus petits. La patinoire est ouverte au public entre 9h et 12h et entre 14h et 17h (cela dépend des périodes de vacances scolaires et de l'utilisation qui est faite par les clubs de sport). Les «cages à foot» sont également occupées par le sport scolaire facultatif les mardis. L'école suisse de ski est présente sur la petite pente du jardin des neiges et la piste de luge peut être utilisée par les écoles. L'implication des acteurs de terrain (entraîneurs, animateurs de sport scolaire, responsables de clubs sportifs) a manifestement une incidence sur l'utilisation de ces équipements et sur la présence des enfants et des jeunes sur ces places, ce qui favorise leur adhésion à la pratique d'activité physique.

Bien que, comme nous l'avons relevé, les infrastructures extérieures remportent un franc succès auprès des jeunes, il ne s'agit pas uniquement de construire une place de sport pour que cela fonctionne et qu'elle soit utilisée. Preuve en est le terrain de basket-ball de Villars-Vert qui est laissé à l'abandon.

«[...] il y a un terrain de basket goudronné mais qui est très très peu utilisé.»

(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Comment cela peut-il s'expliquer? «Parfois, les pouvoirs publics vont créer ces équipements de toutes pièces: certains n'auront pas le succès escompté, car mal adaptés aux conditions de pratique (deux panneaux, assortis d'un cercle en métal, sur un terrain stabilisé bosselé n'autorisent pas une pratique du basketball!) et souvent mal situés» (Gasparini & Vieille Marchiset, 2008, p. 84). Prendre en compte l'aspect pratique et social lors de l'implantation de telles infrastructures est nécessaire. En effet, «seuls les terrains qui offrent une visibilité ont un réel succès: l'essentiel est que ces matchs puissent avoir

des spectateurs potentiels (un badaud jetant un regard amusé, une mère de famille à la fenêtre de son immeuble...)» (Gasparini & Vieille Marchiset, 2008 p. 84). Cela permet non seulement aux jeunes de se sentir valorisés, par une mise en scène de leur habileté, mais également aux parents d'être rassurés en sachant que leurs enfants seront toujours sous surveillance.

«Bon, il faut aussi dire qu'il y a des bandes qui zonent là (dans la cour d'école de Villars-Vert). Il y a pas une grande auto-surveillance, co-surveillance qui pourrait se faire. Les petits, peut-être qu'ils risquent plus de se faire racketter. Les jeunes, certains jeunes aussi, c'est clair que c'est peut-être pour ça (qu'ils utilisent moins cet espace).» (Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Cette situation d'inutilisation d'un terrain n'est pas présente à Champsec, certainement parce qu'ils sont tous bien entretenus et que cet aspect de «bande de jeunes qui squattent les lieux» n'est pas une donnée connue.

A Villars-Vert, les jeunes utilisent le terrain qui paraît le plus adapté à leurs besoins, il s'agit du terrain synthétique de football. Les autres terrains sont laissés de côté. Cela n'est pas très étonnant, car les infrastructures sont utilisées selon des cycles. Les aînés emmènent les cadets sur leurs lieux de pratique. Il s'en dégage une routine qui crée un fort sentiment d'appartenance au lieu utilisé. Les utilisateurs ont tendance à revenir toujours aux mêmes endroits, comme si «[...] l'espace était imprégné par ses utilisations antérieures: les acteurs ont tendance à revenir sur les mêmes lieux de pratique» (Gasparini & Vieille Marchiset, 2008 p. 82).

### **6.1.3 Les places de sport, une aide à la création de liens sociaux?**

La physionomie structurelle de certains quartiers (enclavement géographique, manque d'équipements) peut créer une mise à l'écart de la population qui y habite (Gérard, 2011, p. 70). Il faut donc «lutter contre la ségrégation urbaine» et tenter d'éviter les «inégalités qui conduisent certains territoires à être exclus de l'amélioration des niveaux de bien-être et à être considérés comme des espaces de relégation...» (Bourdeau-Lepage, 2011, p. 7). La mixité sociale devrait être favorisée dans les quartiers populaires afin d'éviter cette «ghettoïsation» qui fait que les familles défavorisées se retrouvent toutes au même endroit et que par conséquent cela accentue la sensation de coupure avec le reste de la population. Pour ce faire, il faut réinventer et diversifier l'urbanisation des quartiers. Il faudrait favoriser les espaces publics, les lieux d'activités, qui permettent d'établir le mixage opérationnel voulu (Gérard, 2011). C'est dans cette optique-là que les terrains de



sport et les infrastructures destinées à l'activité physique prennent une grande importance dans les quartiers populaires.

Ces équipements sont des infrastructures de proximité et jouent un rôle primordial. En effet, les jeunes rencontrés ne sont pas encore totalement autonomes dans leurs déplacements. De ce fait, si leurs parents n'ont pas la possibilité matérielle (moyen de transport) ou temporelle de les accompagner sur un lieu d'activité physique qui se trouverait hors du quartier, ils peuvent se retrouver démunis face à cette situation.

«Par contre, le côté moyen de transport, c'est très dur en terme de transport public pour les gens qui ont pas de voiture ou de deuxième voiture, d'aller consommer des activités ailleurs. On rejoint la question de la mobilité. On a eu quelques expériences où on allait chercher les jeunes dans le quartier pour les amener à des activités qui ont hyper bien fonctionné. Ce qui voulait dire que les parents, des fois, n'avaient pas les moyens de pouvoir eux-mêmes les amener.»

(Simon, 38 ans, responsable d'association de quartier)

Les équipements de proximité poursuivent le même but que les «J sport»<sup>6</sup> à savoir (Gastaut, 2004), «répondre à l'attente des jeunes des quartiers moins équipés en implantant au cœur des cités des équipements sportifs légers [...]» (p. 61).

Le fait que les équipements sont à proximité favorise la pratique sportive des jeunes et leur participation à la vie du quartier par le biais des activités physiques.

«Alors voilà, je veux dire, je pense que ça dépend beaucoup dans quelle tranche d'âge tu es. Si tu veux travailler avec des 8-12 et ben, avec les 8-12 la mobilité elle sera très réduite.» (Simon, 38 ans, responsable d'association de quartier)

Créer des zones de sport de proximité qui permettent aux jeunes de venir à pied, à vélo, à trottinette, sans devoir compter sur les parents pour les y amener est un point fondamental. D'après le comité scientifique Kino-Québec (2011): «La disponibilité et l'accessibilité des installations sportives et récréatives semblent donc être les deux principaux facteurs favorisant leur utilisation» (p. 59).

L'importance du facteur de la proximité s'est aussi retrouvée dans les focus groupes. Une jeune fille nous confiait:

«Moi, j'aimerais faire du cheval. Mais je peux pas parce que ma mère elle sait pas conduire et c'est trop loin.» (Clara, 9 ans)

De plus, ces lieux d'accessibilité ouverte ont des rôles divers. Ce sont des lieux de rencontre où les jeunes viennent certes pour pratiquer une activité physique, mais également, et peut-être en premier lieu, pour rencontrer du monde, faire des connaissances et être en contact avec leurs pairs.

---

<sup>6</sup> Équipements sportifs de proximité, implantés en France dans les années 90.

«Et si je m’amuse dehors, ben je reste. Ca dépend des gens qu’il y a, des personnes.» (Olga, 9ans)

Dès lors, pour qu’un équipement de proximité puisse jouer un rôle social, il ne faut pas seulement penser à son aspect purement sportif, mais il faut également prêter attention à ce qui se trouve aux alentours et qui peut favoriser les rencontres (place de jeux, bancs publics, etc.).

Prenons le cas de Villars-Vert. Le terrain le plus utilisé est situé à côté d’un chemin qui se prête favorablement au jogging ou à la pratique du vélo, car il ne peut pas être emprunté par les voitures. De plus, le petit parc de jeux qui se situe en annexe permet aux jeunes qui ne pratiquent pas un sport, tel que le football ou le basket-ball avec les infrastructures correspondantes, de s’amuser, de passer un bon moment et de faire des rencontres. Cela encourage donc également les jeunes non-sportifs à pratiquer une activité physique récréative.

Il en va de même à Sion: l’«Agorespace» se situe dans la cour d’école et est accessible par un passage sous voie ou par une ruelle interdite aux voitures. Cette place est entourée d’une grande pelouse où d’autres activités peuvent avoir lieu aux abords du match de football. La patinoire, le jardin des neiges et les «cages à foot» se situent dans un espace où la circulation est très faible, de même que les différents terrains de foot qui sont toujours à l’écart des routes. Comme le dit Vieille Marchiset (2010): «Au niveau des équipements sportifs, il convient d’explorer ce qui se passe à l’extérieur de l’espace sportif à proprement dit [...]»; «Il y a tout un environnement autour de l’équipement qu’il s’agit de penser avec les usagers en termes d’accessibilité par des pistes cyclables notamment» (p. 107). Il faut donc penser à l’atmosphère qui peut se créer autour de ces places, une atmosphère conviviale et sûre qui permet aux gens de se rencontrer et d’apprendre à se connaître avant ou après la pratique de leurs activités.

Comme le suggère Bayeux (2010): «Mais ce qui fera que ça fonctionne, ce qui fera bouger les lignes, ce qui créera de la mixité sociale, ce qui permettra de développer des activités, de répondre à la demande sociale, ce sont les équipements et les aménagements adaptés à la demande sociale» (p. 24).

Ces équipements, s’ils sont bien pensés, favorisent la mixité sociale. C’est en effet ce que nous avons pu constater dans les deux quartiers observés. Le fait d’être mêlé à des personnes qu’ils n’ont pas l’habitude de côtoyer permet aux enfants d’ouvrir leurs horizons à des expériences nouvelles. Chacun apportant avec lui son identité et sa culture sur le terrain de jeux.

«[...] le fait de pouvoir jouer ensemble et d’avoir un lieu commun, un lieu de rencontre, oui je pense que ça peut favoriser les rencontres [...]»; «[...] ça peut être

un joli lieu de rencontre. Parce que là, on fait des rencontres fortuites, on sort de ce communautarisme, on sort de notre petit groupe communautaire habituel, de notre réseau habituel. Et c'est une ouverture à l'autre et aux autres. Oui, moi je crois que c'est important justement de multiplier cette possibilité-là de rencontre.»  
(Christian, 56 ans, médiateur scolaire)

Aussi bien à Villars-Vert qu'à Champsec, les infrastructures proposées, jouent ce rôle d'espace de rencontre, notamment grâce à leur accessibilité, à leurs aspects pratiques (proximité, bancs publics, places de jeux annexes), ainsi qu'à l'aménagement des alentours permettant de passer du temps ensemble et par conséquent de mieux s'intégrer à la communauté.

«Là, en l'occurrence à Champsec, oui. Parce que je sais que le soir des jeunes du quartier s'y retrouvent (à l'«Agorespace»). Donc, je pense qu'elle remplit bien son office d'espace de rencontre.» (Christian, 56 ans, médiateur scolaire)

«Moi, je vois mes amis en dehors de l'école et je joue à l'«Agorespace» [...].»  
(Antonio, 9ans)

«Moi, soit je joue dans l'«Agorespace», soit dans mon immeuble [...].»  
(Antoine, 11 ans)

Le terrain de football synthétique de Villars-Vert tient aussi ce rôle de rassembleur:

«Le terrain de foot là, oui, moi je vais toujours là-bas au-dessus.» (Alban, 8 ans)

«[...] s'il fait chaud, je vais dehors [...] je vais jouer au foot en haut, en haut où il y a les parkings aussi. Vu que j'ai deux frères, on joue toujours ensemble avec nos copains.» (Icham, 9ans).

Grâce à ces infrastructures, les jeunes pratiquent une activité en commun, apprennent à se connaître et à découvrir l'autre. Ils doivent en effet coopérer afin que tout fonctionne tout en étant autonomes, de façon à ce que les jeux et les activités se déroulent normalement sans qu'il n'y ait de problèmes entre les jeunes et que cela perdure sans accroche.

«[...] ils vont là-bas avec leurs amis. Ils font leurs propres règles, leurs propres jeux et ils doivent un peu apprendre à se gérer quoi. C'est pas: «Moi, je veux le ballon, j'ai le ballon, il y a faute, il y a faute». Ils doivent apprendre à se supporter, à vivre ensemble sans qu'il y en ait un ou l'autre qui fait le chef ou bien l'entraîneur ou bien l'enseignant et c'est une très bonne chose.»

(Sylvain, 22 ans, entraîneur de foot)

Le fait de devoir s'organiser seul, sans l'aide d'adultes, est un bon moyen pour les jeunes de s'affirmer et de trouver leur place dans un groupe de pairs.

Les jeunes utilisent également des lieux dépourvus d'équipements sportifs pour pratiquer une activité. C'est le cas des pieds d'immeubles où des matchs de football ou des parties de cache-cache s'organisent et donnent lieu à des regroupements favorables à la création de liens sociaux.

A Champsec, certains jeunes détournent le mobilier urbain pour pratiquer leurs activités. Il s'agit en général de jeunes pratiquant le roller, le skateboard ou la trottinette en utilisant les éléments de la rue comme équipements pour réaliser des figures. Ces lieux peuvent servir à la pratique sportive au sens strict du terme, mais le plus souvent ce sont des formes de jeux créatives et spontanées qui s'y déroulent.

«Je joue avec mes copines. Un petit peu chez une copine et un petit peu dehors. On joue à cache-cache.» (Natacha, 8 ans)

«Ben, après quand je reviens, si j'ai le temps je vais dehors et voilà. Avec des amis dans le quartier. Je sais pas moi, parfois on joue à cache-cache, au foot, au loup.» (Fergim, 9 ans)

En conclusion, les infrastructures extérieures jouent un rôle primordial sur l'activité physique et sportive des jeunes de quartier tout en favorisant les rencontres. Observons à présent le rôle des équipements sportifs d'intérieur.

#### **6.1.4 Les infrastructures intérieures, autre mode de fonctionnement**

L'utilisation des infrastructures intérieures est différente de celle des équipements sportifs extérieurs. En effet, les jeunes n'y ont pas accès librement. Ils s'y rendent lorsqu'une activité leur est proposée, lorsqu'un événement est organisé et durant les cours de sport scolaire. Dès lors, l'importance qu'ont les personnes de terrain (animateurs, entraîneurs, enseignants etc.) qui utilisent ces infrastructures pour des activités pour les jeunes, est mise en évidence.

Ceux qui prennent part à ces animations dans des salles de sport doivent, tout comme en extérieur, apprendre à vivre ensemble, à collaborer et à se respecter. A la différence, qu'ils doivent cette fois obéir à des règles qu'ils n'ont pas choisies et accepter les consignes données par un entraîneur, un animateur ou un enseignant de sport. Ils sont confrontés à des normes qu'ils retrouveront à d'autres périodes de leur vie. Ces infrastructures représentent donc le lieu de pratique d'activités plus formelles et plus encadrées et permettent aux jeunes de faire l'apprentissage de la vie en société.

L'occupation de ces infrastructures est faite, en premier lieu, dans le cadre scolaire et en second lieu par des sociétés sportives. Le panel (plus jeunes – plus âgés) des usagers occupant ces espaces est donc plus varié que sur les infrastructures extérieures. Il y a

surtout plus d'adultes qui utilisent les salles de sport par rapport aux équipements sportifs extérieurs. En effet, les clubs de sport s'entraînant dans ces salles sont parfois des clubs d'actifs (tchoukball, unihockey) avec des membres plus âgés. Cela favorise des échanges entre jeunes et adultes et peut créer des liens intergénérationnels. La pratique d'un sport en commun peut en effet être un premier sujet d'interaction entre les générations et permet par la suite de découvrir différentes facettes de l'autre.

Concernant l'attractivité des infrastructures intérieures, des différences notables sont à relever: la salle de gym de la Bruyère (Champsec) pose problème de par sa vétusté. Il est difficile d'y organiser des manifestations sportives et d'attirer des clubs ou des associations à même d'utiliser cette infrastructure pour promouvoir leurs activités. Seules deux sociétés sportives utilisent cette salle en dehors des heures scolaires, à savoir un club de karaté et un club de tchoukball.

«[...] ici dans ce quartier, ce que l'on a commencé à revendiquer déjà depuis 5-6 ans, c'est une salle de gym. Parce qu'ici on est pas attractif pour les sociétés locales. Parce qu'on n'a pas de salle de gym assez intéressante. Celle qu'on a, elle est toute petite et elle est vétuste, elle est âgée, elle n'attire personne, aucune société.»  
(Philippe, 55 ans, enseignant primaire)

«Donc, c'est vrai que leur salle de gym de la Bruyère, elle est pas top. Et c'est probablement un des quartiers les plus défavorisés au niveau de la salle de gym [...]» (Thomas, 44 ans enseignant d'éducation physique primaire)

De plus, les cours de sport de l'école sont difficiles à organiser (salle = 153 m<sup>2</sup>).

«Mais effectivement, la salle de gym, tu peux pas faire un cours de gym à 20 ou difficilement. Donc, c'est vrai que leur salle de gym de la Bruyère elle est pas top.»  
(Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Pour les mêmes raisons, le sport scolaire facultatif n'occupe pas cette infrastructure, mis à part pour une seule activité avec les plus petits. Il en est de même concernant la piscine de Champsec, qui n'est en aucun cas adaptée à une pratique sportive de natation formelle. La profondeur (entre 0.7m et 1,15m) de la piscine ne permet ni d'effectuer des plongeurs ni d'apprendre véritablement à nager (longueur = 12m). Elle est utilisée essentiellement pour de la rééducation ou de l'initiation à la nage. Les équipements qui ne sont pas aux normes sportives (norme de base pour une pratique formelle) pénalisent la pratique d'activités. Le manque d'infrastructures intérieures de qualité péjore la promotion de l'activité physique et du sport ainsi que les rencontres et les sociabilités qui peuvent se construire au sein des clubs, par une pratique dans la durée.

Les jeunes sont donc contraints de se déplacer pour pratiquer leurs loisirs sportifs. Or, le problème de la mobilité est important pour des enfants qui ne sont pas encore autonomes

dans leurs déplacements, ce qui peut être la cause d'une plus grande inactivité souvent relevée au sujet des habitants de quartiers défavorisés.

De ce point de vue, la salle double de Villars-Vert est bien plus propice à l'organisation d'événements sportifs pouvant favoriser l'accès des jeunes à une palette d'activités plus étoffée et permettant la rencontre entre les habitants du quartier.

En conclusion, nous relevons que le quartier de Champsec bénéficie d'infrastructures extérieures très intéressantes, mais qu'il est désavantagé en ce qui concerne sa salle de sport. A l'inverse, Villars-Vert profite de beaux équipements intérieurs, ses équipements extérieurs sont dans l'ensemble de bonne qualité, mais manquent de diversité. Un équilibre entre les infrastructures des deux quartiers permettrait, selon nous, d'obtenir un bon compromis. Autant à Champsec qu'à Villars-Vert, la possibilité matérielle de pratiquer une activité physique est offerte aux jeunes et les infrastructures à disposition favorisent une pratique sportive adéquate en remplissant un rôle de «rassembleur» social propice à une intégration des jeunes avec leurs pairs et au sein du quartier.

Si les jeunes profitent des offres qui leur sont faites, sont-ils réellement actifs?

## **6.2 Les jeunes de quartier, actifs ou sédentaires?**

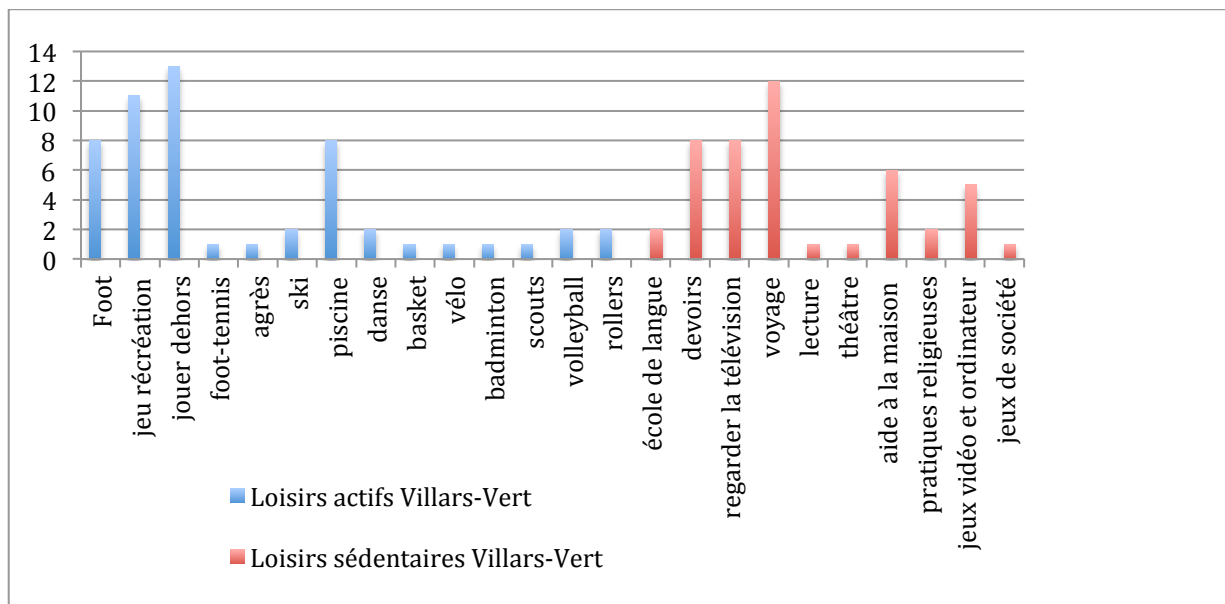
Dans ce chapitre, nous présentons les activités des jeunes que nous avons pu observer sur nos terrains. Dans les deux quartiers analysés, trois périodes de quarante-cinq minutes hebdomadaires dédiées à l'exercice physique dans le cadre scolaire sont prévues. C'est effectivement le cas dans les écoles des quartiers analysés.

«Mais, d'une manière générale, ils le font. Ils ont environ 120 à 140 minutes d'éducation physique par semaine.»

(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

En outre, durant le temps scolaire les jeunes participent ponctuellement à des demi-journées de patinage, de natation ou encore à des camps de ski. L'école joue un rôle important dans la mise en activité physique des élèves. Mais que font ces derniers en dehors du cours de sport scolaire?

Nous allons observer cela à l'aide de deux tableaux qui retracent les différentes activités énoncées par les jeunes durant les focus groupes.

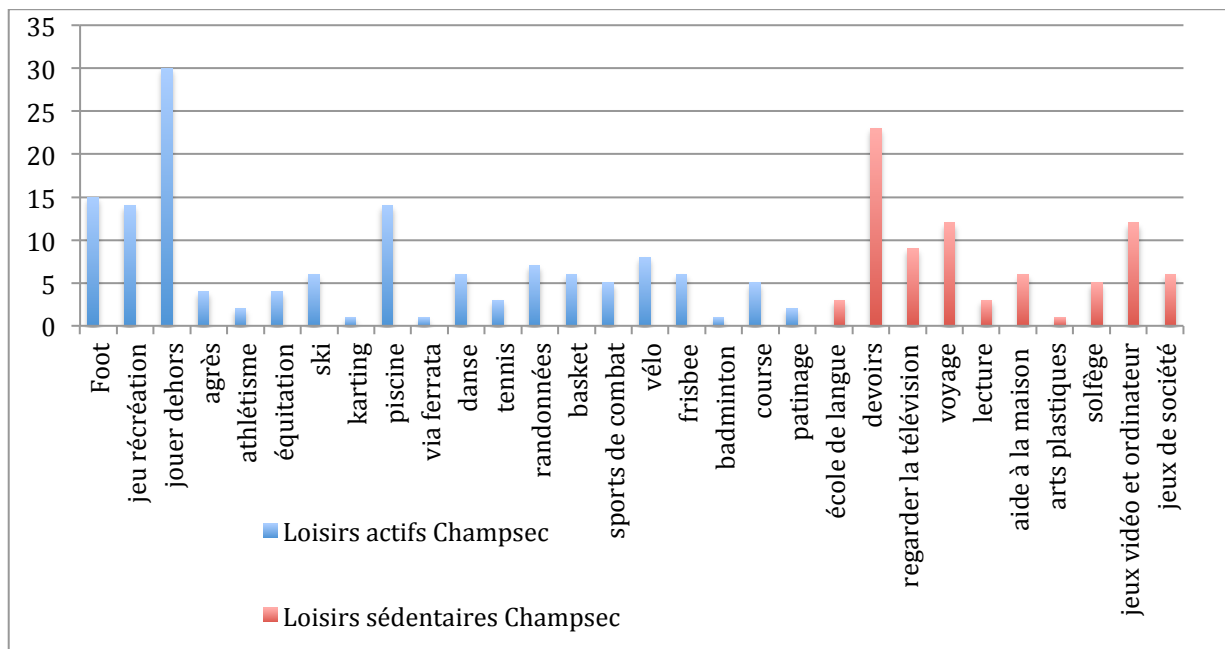


**Fig 14:** Liste des activités mentionnées par les jeunes dans le quartier de Villars-Vert

Le tableau ci-dessus montre un panel des activités qui ont été évoquées par les jeunes lors des focus groupes dans le quartier de Villars-Vert. Les loisirs actifs (N=14) contrastent avec les loisirs sédentaires (N=10) et sont plus nombreux que ces derniers. En ce qui concerne les pratiques sportives, le football occupe une place très importante dans la vie des jeunes (notamment des garçons), cela peut s'expliquer par le fait que ce quartier dispose de plusieurs infrastructures permettant la pratique du football. Nous remarquons que les jeux en extérieur sont très présents, il s'agit avant tout de pratiques informelles (loup, cache-cache etc.). Les jeunes du quartier de Villars-Vert sont souvent à l'extérieur, sur les places de jeux ou aux pieds des immeubles. Cela pourrait s'expliquer par la situation de travail des parents, et conséquemment leurs absences, couplée à une autonomie précoce des enfants dans ce quartier.<sup>7</sup> Nous pensons que les jeunes de Villars-Vert exercent une activité physique répétitive axée sur des pratiques informelles. La santé ne semble pas être une préoccupation pour les jeunes mais le fait qu'ils jouent en extérieur montre qu'ils ont des pratiques actives «salutaires» au grand air. Pour les loisirs sédentaires, il s'agit surtout d'activités liées aux multimédias (télévision, jeux vidéo) ainsi qu'aux voyages, c'est-à-dire que les enfants de Villars-Vert sont majoritairement de nationalité étrangère et rendent donc visite à leur famille à l'étranger.

Voyons à présent les éventuelles différences de pratique d'activités de loisirs constatées par rapport au quartier de Champsec.

<sup>7</sup> Aceti M., Masserey Y., Vieille Marchiset G., «Health and physical (in-)activities among children in working-class neighborhoods», communication dans le cadre du 6e Congrès annuel de la 4S (Société Suisse des Sciences du Sport), intitulé: «sciences du sport en mouvement - Mouvement dans les sciences du sport», organisé par l'Unité des sciences du mouvement et du sport, dép. médecine, Université de Fribourg, 13-14 février 2014. PPT: [http://apsapa.eu/IMG/pdf/4s\\_aceti\\_anglais.pdf](http://apsapa.eu/IMG/pdf/4s_aceti_anglais.pdf)



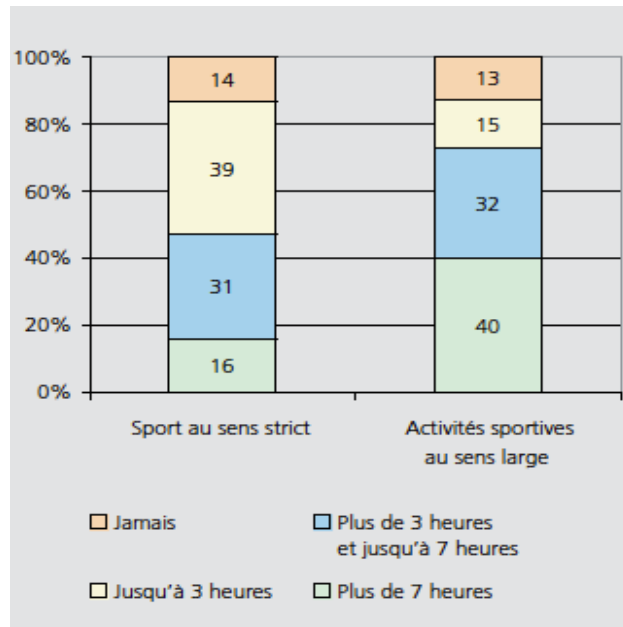
**Fig 15:** Liste des activités mentionnées par les jeunes dans le quartier de Champsec

Nous remarquons que les jeunes du quartier de Champsec ont des loisirs actifs plus diversifiés que ceux de Villars-Vert (Champsec: N=20 / Villars-Vert: N=14). Tout comme dans le quartier fribourgeois, le football et la natation occupent les deux premières places des sports pratiqués. L'importance qu'occupe la natation dans les deux quartiers peut s'expliquer par le fait que cette discipline fait partie du programme scolaire des deux cantons<sup>8</sup> et qu'aller à la piscine fait partie des activités familiales dans les deux quartiers. Certaines disciplines comme le tennis ou l'équitation n'apparaissent que dans le quartier de Champsec, cela peut être expliqué notamment par des infrastructures diversifiées à disposition des jeunes (centre de tennis, manège de Sion), mais également par la plus grande mixité de l'échantillon de population de Champsec (PCS diversifiées et origine de la population). Les jeunes du quartier valaisan jouent également beaucoup à l'extérieur, une des explications peut être la salubrité et la sûreté du quartier qui permet ce type de pratique.<sup>9</sup> La randonnée pédestre ou les traversées sur une via ferrata sont également spécifiques au quartier de Champsec de part sa situation géographique et la proximité des montagnes. En ce qui concerne les loisirs sédentaires, nous ne notons pas de grande différence entre les deux quartiers.

<sup>8</sup> Aceti M., Masserey Y., Vieille Marchiset G., «Health and physical (in-)activities among children in working-class neighborhoods», communication dans le cadre du 6e Congrès annuel de la 4S (Société Suisse des Sciences du Sport), intitulé: «sciences du sport en mouvement - Mouvement dans les sciences du sport», organisé par l'Unité des sciences du mouvement et du sport, dép. médecine, Université de Fribourg, 13-14 février 2014. PPT: [http://apsapa.eu/IMG/pdf/4s\\_aceti\\_anglais.pdf](http://apsapa.eu/IMG/pdf/4s_aceti_anglais.pdf)

<sup>9</sup> Contrairement au terrain de recherche Napolitain (recherche APSAPA).





**Fig 16:** Activité sportive des enfants de 10 à 14 ans en dehors des leçons d'éducation physique obligatoires, en nombre d'heures par semaine (en %). (Fisher, Lamprecht & Stamm, 2008, p. 6)

Nous pouvons conclure ce chapitre en affirmant que les jeunes rencontrés dans les deux quartiers de recherche sont relativement actifs. Par rapport aux statistiques du tableau ci-dessus<sup>10</sup>, ils sont dans la moyenne suisse. Nous n'avons pas rencontré de jeunes qui n'aient aucune activité sportive ou physique au sens large du terme. La totalité d'entre eux ont des pratiques de loisirs actifs salutaires. Quelques-uns pratiquent le sport à plus haute dose, mais dans l'ensemble tous sont régulièrement en activité. Une des différences notable entre les deux quartiers est qu'à Champsec, les jeunes s'engagent plus dans une pratique en club alors qu'à Villars-Vert le sport de rue informel est privilégié. Malgré cela, il nous semble que les jeunes des deux quartiers ont un taux de pratiques actives plus ou moins similaire. Nous n'avons donc pas retrouvé, lors de nos entretiens, l'image d'une population de quartier populaire inactive et en mauvaise santé, image souvent véhiculée par les médias.

### 6.2.1 Les effets du milieu socioculturel

Observons comment le milieu socioculturel peut influencer la pratique sportive des jeunes. Un élément concerne le statut professionnel modeste de notre échantillonnage

<sup>10</sup><http://www.baspo.admin.ch/internet/baspo/fr/home/dokumentation.parsys.000181.downloadList.82515.DownloadFile.tmp/sportsuisse2008rapportsurlesenfantsetlesadolescents.pdf>

Basé sur un échantillon représentatif de 1530 enfants en suisse de 10 à 14 ans.

impliquant un revenu économique faible à moyen. La plupart des parents des enfants interrogés exercent des métiers peu ou non qualifiés. Ainsi, nous avons associé notre échantillon au milieu populaire qui se différencie culturellement des classes moyennes ou supérieures qui possèdent la culture dominante. Les «classes populaires» selon Schwarz (2011, p. 6) «se caractérisent par un ensemble de spécificités, portant sur les pratiques et les comportements culturels, qui tendent à les séparer des classes dominantes et des normes dominantes». Cela peut influencer la pratique d'activités physiques en poussant les classes populaires vers des loisirs différents de ceux des classes dominantes. C'est ainsi que «le cyclisme ou le football restent actuellement des sports beaucoup plus pratiqués par les classes populaires alors que le tennis ou le ski le sont davantage par les classes aisées» (Irlinger, 1993). La pratique du football, qui est essentiellement masculine, est effectivement répandue parmi les jeunes interviewés (23 fois), mais le ski est aussi relativement mentionné (8 fois). Le ski se retrouve majoritairement (6 fois sur 8) chez les jeunes du quartier de Champsec, cela peut s'expliquer par la plus grande mixité de l'échantillon valaisan et également par la présence du jardin des neiges à proximité ainsi que des pistes de ski de différentes stations.

Les milieux populaires se caractérisent par la culture du quartier. Cela est accentué par la pression du groupe: on est membre d'un quartier presque au même titre que l'on est membre d'une famille et il est difficile d'en sortir.

«Ce ne sont pas seulement les chances d'accès au monde extérieur (à ses territoires, ses biens, ses formes de vie) qui sont limitées, les tentatives d'y pénétrer ou d'y participer le sont aussi, et peuvent même faire l'objet d'un refus. On quitte difficilement son quartier, on accuse de fierté ceux qui veulent s'élever socialement, on valorise l'entre-soi sous ses différents modes (famille, copains de travail, groupe local...), on refuse de se mêler ou de s'assimiler aux «autres»...» (Schwartz, 2011, p. 36).

En effet, il s'agit d'un lieu où les individus se sentent forts et confiants.

«[...] quand ils sont dans leur quartier, ils font les fiers [...], ils se la jouent comme si c'étaient des gros durs.» (Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

Ce sentiment de puissance a des répercussions sur les loisirs pratiqués par les jeunes. Dans leur quartier, ils participent beaucoup aux activités, ce qui leur permet de rencontrer d'autres individus et de créer des liens sociaux. Cependant, dès qu'ils sortent de ce cocon, de cet univers familial, ils n'ont plus la même assurance et se replient sur eux-mêmes.

Du fait de ce cloisonnement, les jeunes des quartiers populaires peinent à sortir de leur

environnement pour pratiquer une activité physique ou sportive et cela réduit considérablement les possibilités de loisirs actifs. Lorsqu'une animation est proposée dans un quartier attenant (les Dailles), les jeunes refusent de sortir de leur quartier.

«(La danse hip-hop) a toujours été à Villars-Vert parce que voilà la plupart...(ne voulait pas se déplacer). Alors on a dit: «Vous venez ici (Aux Dailles)». Parce que pour les locaux ça allait pas que ce soit en bas (à Villars-Vert), « Vous venez ici». Ah d'abord, il y avait personne qui voulait venir, «Ah non, nous on sort pas (de notre quartier de Villars-Vert)»» (Sophie, 51 ans responsable d'association de quartier)

Bien que dans ce cas précis, les jeunes ont fini par accepter de se déplacer, ces formes de réactions entraînent un mécanisme d'auto-exclusion, comme si les jeunes de quartiers se considéraient différents des autres et que leur façon de vivre n'était pas compatible avec celle d'un autre quartier considéré comme plus aisé. Le quartier des Dailles semble effectivement être représentatif d'un autre milieu social (notes de terrain selon échange avec une travailleuse sociale). L'exemple mentionné illustre effectivement un «repli sur l'entre-soi, le groupe immédiat, le territoire local, l'auto-ségrégation et l'insularité...» (Schwartz, 2011, p. 39).

L'entre-soi attaché au milieu socioculturel populaire a une influence sur la manière de pratiquer une activité physique chez les jeunes des quartiers défavorisés. Ils ont tendance à rester dans des lieux connus pour pratiquer des activités connues et par conséquent ils restreignent le choix des activités auxquelles ils pourraient participer.

### **6.2.2 Les effets de l'environnement structurel**

Dans ce chapitre nous allons détailler les activités énoncées par les jeunes et analyser comment l'environnement des terrains de recherche peut avoir une incidence sur les loisirs des jeunes qui y vivent. Dans les deux quartiers, les infrastructures liées au football sont présentes, Le football reste une activité privilégiée essentiellement parmi les garçons puisqu'ils sont 16 à énoncer une pratique en club, 5 y jouent de façon informelle et seulement 2 filles mentionnent le football. Cela dépasse même ce qu'avait relevé Louveau (1993, p. 68): «[...] presque un garçon sur deux fait du football [...]», puisque 21 garçons sur 26 énoncent le football comme pratique sportive.

Les jeux en extérieur sont extrêmement présents. Par cela nous entendons les activités comme: le loup, cache-cache, gardes et voleurs ainsi que l'utilisation du jardin public (balançoires, tourniquets, etc.). Ces jeux sont rendus possibles par la configuration des quartiers visités. En effet, nos quartiers de recherche disposent d'espaces récréatifs et publics libres où les jeunes peuvent s'amuser, en plus des pieds d'immeubles.

«Donc, il y a quand même des choses intéressantes. Parce que l'avantage de ce quartier, c'est qu'il y a beaucoup de place encore, pour l'instant.»

(Philippe, 55 ans, enseignant primaire)

«Il y a des espaces d'herbe où les enfants jouent de manière informelle.»

(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Beaucoup d'enfants disent jouer dehors, sans forcément utiliser une infrastructure sportive précise.

«Je prends un petit truc à manger et après je sors dehors jouer.» (Claudia, 8 ans)

«Moi, je sors dehors et je fais beaucoup de sport quand je suis avec mes amis.»

(Téo, 8 ans)

Les enfants de ces quartiers semblent jouir d'une marge de liberté, leurs parents les laissent sortir et jouer de manière autonome. Dès lors, le quartier renvoie un sentiment de sûreté aux parents (pas trop de trafic routier, des équipements aux normes, etc.). Le fait d'autoriser les jeunes à aller dehors a des incidences bénéfiques sur leur santé physique, comme le relève cet enseignant à l'école primaire.

«Même si les parents ne font rien, mais simplement ils ouvrent la porte et laissent sortir les enfants tout seuls... Enfin, les enfants qui entre guillemets «vivent dans la rue» sportivement ils sont souvent très très forts. Parce qu'ils se débrouillent et ils découvrent eux-mêmes beaucoup de terrains de jeux et ils développent beaucoup de capacités de coordination.» (Philippe, 55 ans, enseignant primaire)

Cette liberté octroyée aux enfants peut aussi trouver une explication en lien avec des situations de «vie dur» des parents qui, au retour du travail, n'ont pas forcément l'envie et le courage de pratiquer une activité avec leurs enfants.

«Ce sont des gens qui sont très engagés au niveau du travail. Et quand ils rentrent du boulot, euh je pense qu'ils ont qu'une envie, c'est de s'asseoir sur le canapé et faire autre chose ou à la limite rencontrer du monde. Mais, c'est pas forcément en travaillant avec des activités sportives.»

(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Si «envoyer jouer dehors» peut apparaître comme une solution de facilité et une forme de désistement de la part des parents, nous relevons, d'une part, que cela permet à ces derniers de se ressourcer ou d'accomplir des tâches à domicile et que, d'autre part, les jeux en extérieur ont des effets bénéfiques pour les jeunes. Grâce à cette liberté de mouvements ils peuvent gagner en autonomie, augmenter leurs habiletés physiques et créatives, et donner lieu à de nouvelles sociabilités.

Certaines disciplines apparues dans les focus groupes sont spécifiques à un quartier. Le tennis, le frisbee, la via ferrata et le patinage ont été relevés uniquement à Champsec.

L'environnement proche est un facteur explicatif. En effet, les montagnes, le centre de tennis, les pistes de ski et la patinoire sont à proximité.

«Moi, le tennis c'est juste à côté.» (Lise, 8 ans)

«Le ski et le VTT, c'est avec mon papa le weekend parce qu'il habite à Evolène.»  
(Ali, 9 ans)

De plus, des dispositifs spécifiques ont été mis en place dans l'un des quartiers, ce qui favorise un type d'activité: du matériel (frisbee, pédalos, échasses, ballons etc.) est prêté par l'école de Champsec durant la récréation.

«Alors, on avait loué des objets à la ludothèque et ça a tellement bien marché qu'on s'est dit: «Ces objets, il faudrait les avoir tout le temps». [...] Ils sont occupés et ils ont des activités proposées et ils s'autogèrent aussi. Mais il y a du matériel à disposition.» (Philippe, 55 ans, enseignant primaire)

Les infrastructures, l'environnement et le matériel à disposition jouent donc un rôle primordial dans la pratique d'activités physiques de la part des jeunes. Les spécificités structurelles propres à un quartier peuvent influencer le type de loisirs auxquels s'adonnent les jeunes ainsi que leur accès à certaines activités.

### **6.2.3 Loisirs sédentaires, toujours mauvais pour la santé?**

Les loisirs en lien avec les multimédias occupent une part importante dans la vie des jeunes. Regarder la télé, jouer à des jeux vidéo et, dans une moindre mesure, consulter son ordinateur, sont des activités courantes pour eux. Ces aspects inquiètent les adultes.

«On essaie de mettre en place des projets de prévention. Par exemple, cette année, euh... on a priorisé le mésusage des écrans et on a fait une soirée d'informations lors de la réunion des parents [...] On avait un papier du service suisse de pédiatrie euh... l'association suisse de pédiatrie, plus un mot du médecin responsable du service médical scolaire [...] Et avec «Action innocence», on voulait montrer qu'il y a des dangers, mais il y a certains aspects intéressants. Cela peut être des outils qui, bien utilisés, deviennent intéressants pour les jeunes.»

(Christian, 56 ans, médiateur scolaire)

Mais selon un enseignant d'éducation physique, les loisirs sur écran font «concurrence» et même font barrière au bon développement physique des jeunes, en les rendant oisifs:

«Parce qu'il faut dire honnêtement que la plus grande concurrence du mouvement c'est l'ordinateur, le smartphone et pis le comment on appelle ça... les jeux vidéo. Ça, c'est la plus grande perversion qu'il peut y avoir par rapport à ça. Mais si on

avait pas ça, il y aurait beaucoup plus de jeunes pratiquant (un sport) ça c'est sûr.»  
(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

D'autres loisirs non-actifs sont liés à la culture des familles, comme la fréquentation d'une école de langue.

«Ben moi, après l'école le soir, je vais à l'école italienne ou l'école portugaise.»  
(Aurélie, 8 ans)

«Ma mère, elle m'a inscrite à l'école portugaise et moi j'aime pas trop faire, mais je suis un peu obligée pour savoir écrire.» (Tiffany, 9 ans)

«J'ai les cours de vietnamien.» (Samantha, 9 ans)

Le fait de rendre visite ou de recevoir leur famille pendant le weekend fait aussi partie des loisirs non-actifs des jeunes et remplit d'autres fonctions, telles que l'appartenance familiale ou communautaire ou encore des formes de sociabilités.

«En France, parce que moi j'ai aucune famille en Suisse, elle est toute en France. Alors, pendant les vacances, on part les voir.» (Ludivine, 9 ans)

«Alors moi, pendant les vacances, je vais dans mon pays.» (Betim, 8 ans)

«Ah ben ok, ben j'y vais dans mon pays, le Kosovo et je reste toute la semaine de vacance qu'on a et c'est tout.» (Fergim, 9 ans)

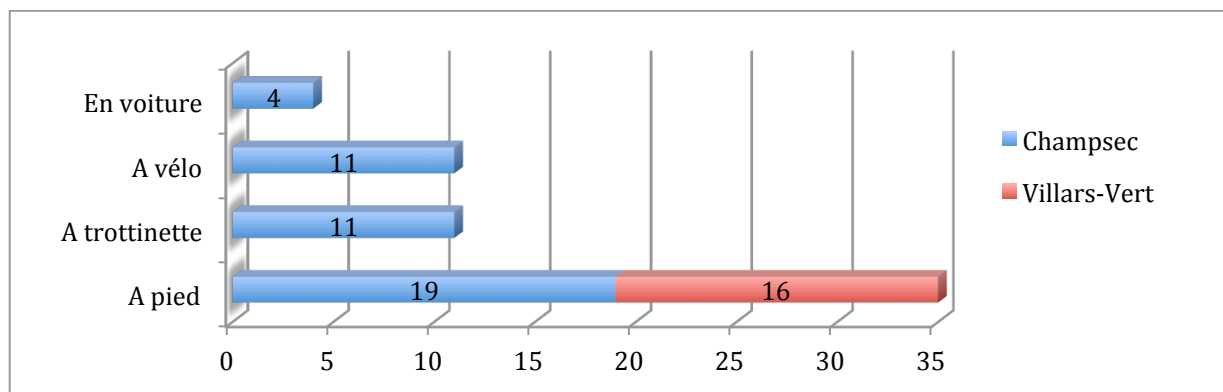
Si ces activités ne sont pas favorables à la santé physique des jeunes, elles représentent cependant des moments privilégiés de partage et de consolidation familiale qui participent à l'équilibre identitaire et qui aident à lutter contre l'isolement. C'est dans la famille que l'enfant apprend à se socialiser, qu'il prend connaissance de valeurs qui l'aideront à s'intégrer dans la société. Ce processus, appelé «socialisation primaire» par Berger et Luckmann (cité par Van Haecht, 2006) permet à l'enfant de devenir membre de la société en s'identifiant aux autres. Il sera donc influencé par la culture ou la position sociale de sa famille et en reproduira les codes. Grâce à cela, il lui sera possible de se construire lui-même par rapport aux autres et de s'adapter à de nouvelles sphères sociales comme l'équipe sportive pour laquelle on parlera de «socialisation secondaire» (Van Haecht, 2006, pp. 111-113). Le temps passé en famille permet donc la transmission d'une certaine culture. Cette dernière est une source de repères qui aident les jeunes à mieux s'acclimater à de nouvelles normes et qui favorisent l'intégration.

L'analyse des pratiques quotidiennes énoncées par les jeunes a donné une large place aux loisirs non-actifs, autrement dit sédentaires. Dans une optique de santé physique, ce type d'activités (jeux vidéo, regarder la télé ou sociabilités communautaires) ne sont pas bénéfiques. Mais du point de vue de la «santé globale», le temps octroyé au maintien ou au renforcement des liens familiaux est à prendre en compte favorablement pour l'obtention

d'un équilibre psychosocial et affectif d'un jeune ainsi que vis-à-vis de son appartenance communautaire.

#### 6.2.4 La mobilité quotidienne

En plus de tous les loisirs actifs mentionnés par les jeunes rencontrés dans nos quartiers (football, basket-ball, piscine, etc.), ces derniers sont en activité physique «sans même y penser». En effet, les déplacements quotidiens contribuent à les rendre actifs.



**Fig 17:** Mode de transport pour le trajet école-maison



**Fig 18:** Parc à vélos de l'école primaire de Champsec

La totalité des élèves interrogés à Villars-Vert se déplacent à pied. A Champsec, le mode de déplacement est divisé en trois catégories principales: 1) à pied; 2) à trottinette; 3) à vélo. Seul un petit nombre d'enfants (N=4) viennent à l'école en voiture. Ces modes de déplacements sont «naturels» et les jeunes n'y associent pas consciemment le fait qu'ils exercent une activité physique bénéfique pour leur santé physique au quotidien. Le comité scientifique Kino-Québec (2011, p. 72) relève que: «Les jeunes qui ont recours à un mode de transport actif (marche, bicyclette) pour aller et revenir de l'école sont globalement plus actifs que celles et ceux qui font ces trajets en voiture [...] le recours à un mode de déplacement actif pour aller et revenir de l'école représente donc une part

significative de la dépense énergétique quotidienne».

Cette dépense physique est possible grâce à un déplacement sécurisé, garanti par un aménagement adéquat dans les quartiers.<sup>11</sup>

«Après, moi ce que je trouve qui est intéressant, c'est de favoriser les déplacements à pied. Qu'il y ait plein de petits chemins, qu'il y ait pas des... Ouais, que les gens aient envie de se déplacer à pied. La commune de Villars-sur Glâne elle essaie de faire au mieux pour ça.» (Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

En effet, dans nos deux quartiers de recherche, différents moyens sont mis en place pour favoriser la sécurité des élèves lors de leurs déplacements maison-école. Que ce soit des zones 30km/h, des zones piétonnes ou des passages sous voie. Ainsi, les jeunes peuvent se déplacer de manière autonome dans des conditions de sécurité suffisantes.



**Fig 19:** Passage sous voie menant à l'école et à l'«Agorespace» de Champsec

D'autres activités sont à relever, en lien avec des traditions culturelles des familles (aide des enfants dans les tâches à domicile en milieu populaire). Par exemple, faire les commissions ou aider au ménage font partie des dépenses énergétiques.

«[...] on va faire des commissions avec ma maman.» (Claudia, 8 ans)

«Oui, on va aussi faire les courses les samedis souvent. Et pis euh, ben j'aide des fois à ranger si c'est dur, si c'est long en fait. Des trucs faciles mais qui prennent du temps, comme la lessive (vaisselle). C'est facile, mais ça prend du temps, donc ma mère elle nettoie et moi j'essuie.» (Olga, 9 ans)

«Mon père vient me chercher, on va faire les commissions.» (Icham, 9 ans)

Ces activités de soutien aux tâches domestiques sont plus répandues à Villars-Vert qu'à Champsec. L'appartenance à une PCS (profession et catégorie socioprofessionnelle)

---

<sup>11</sup> Cette sécurité du déplacement qui nous semble «naturelle», n'est pas évidente partout comme le démontre par comparaison la mobilité (domicile-école) des enfants en Italie. Là-bas, les parents priorisent l'accompagnement en voiture au quotidien. (données du terrain APSAPA à Naples, cf. communication 4S).



populaire des parents des enfants interviewés dans le quartier fribourgeois et leur origine étrangère peuvent expliquer cette différence. En effet, Villars-Vert est un échantillon modèle et représentatif d'un quartier populaire par ses PCS populaires (professions: ouvriers et employés) et par l'indicateur des parents nés à l'étranger, alors que Champsec est plus mixte au niveau des PCS et des origines. Aussi, il arrive souvent dans les classes populaires que «Les temps libérés sont donc attribués à la famille et au repos» (Gasparini & Vielle Marchiset, 2010, p. 100).

«Parce que, au quartier de Villars-Vert il y a beaucoup de cultures différentes. Donc je sais que dans certaines cultures ils demandent aux enfants d'aider à la maison, ce qui est normal.» (Marta, 29 ans, animatrice de danse hip-hop)

En comparaison avec d'autres terrains de la recherche APSAPA, les jeunes des quartiers suisses sont privilégiés. Non seulement car ils ont à disposition les moyens pour pratiquer l'activité de leur choix, mais en plus car l'environnement, la sécurité et la salubrité des lieux le leur permet. Ce qui en Suisse nous est apparu anodin ne l'est pas dans le quartier de recherche napolitain où les infrastructures sont quasiment inexistantes et où l'air est extrêmement pollué. L'environnement toxique lié à l'ecomafia<sup>12</sup> (déchets radioactifs, chimiques et industriels enterrés illégalement par la camorra) ne favorise pas la pratique physique et sportive des jeunes du quartier de Ponticelli. Nous constatons que les jeunes des quartiers suisses sont dans l'ensemble fort actif; ils aiment les activités physiques, qu'elles soient en clubs, en famille, à l'école ou en situations informelles et en redemandent. Mais quelles sont leurs attentes vis-à-vis de ces dernières?

### **6.3 Les attentes des jeunes par rapport à l'activité physique**

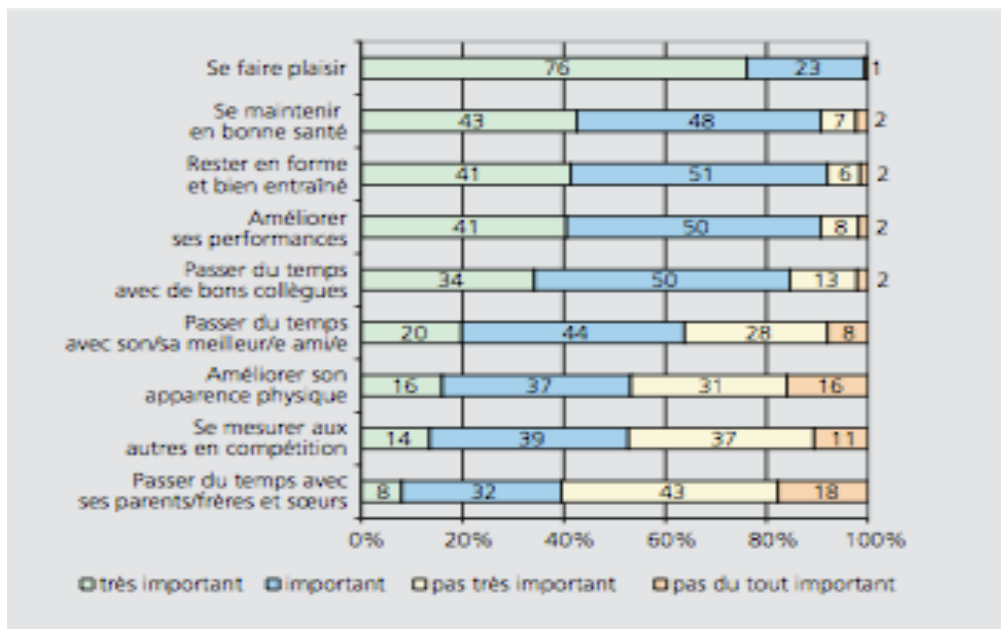
Dans la brochure «Sport Suisse 2008, Rapport sur les enfants et les adolescents», l'OFSP (Fischer; Lamprecht & Stamm, 2008) a établi un tableau<sup>13</sup> concernant «l'importance des différentes motivations chez les enfants<sup>14</sup> pour le sport». Le plaisir est un élément déterminant, viennent ensuite les notions de santé, l'amélioration de ses performances, le temps passé avec des personnes que l'on apprécie (collègues, amis, famille), l'amélioration de son apparence physique et la confrontation aux autres en compétitions.

---

<sup>12</sup> <http://www.goodplanet.info/actualite/2013/11/21/italie-le-triangle-de-la-mort-un-territoire-empoisonne/>

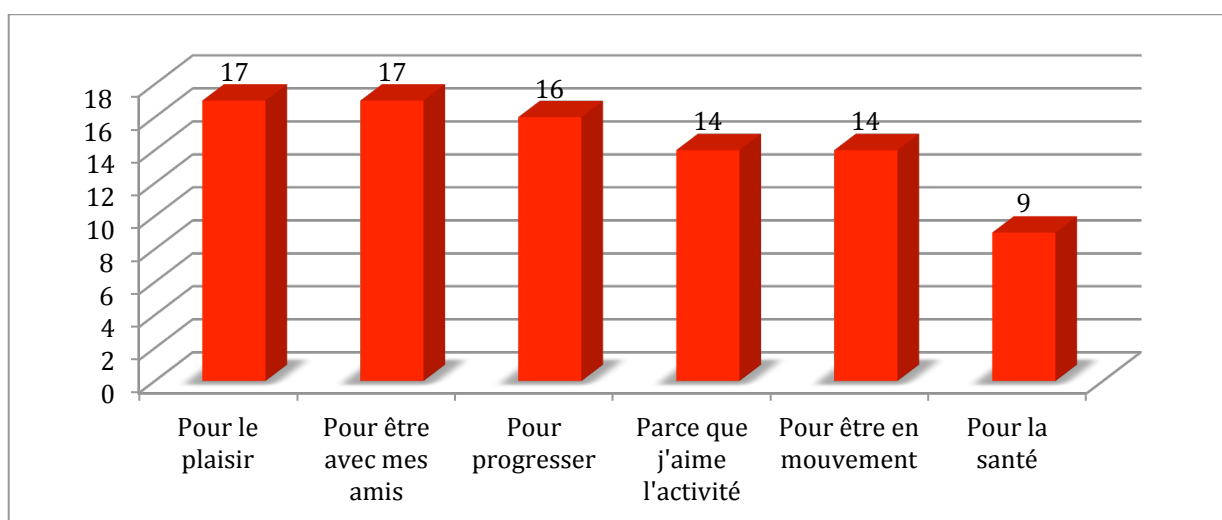
<sup>13</sup> <http://www.baspo.admin.ch/internet/baspo/fr/home/dokumentation.parsys.000181.downloadList.82515.DownloadFile.tmp/sportsuisse2008rapportsurlesenfantsetlesadolescents.pdf>

<sup>14</sup> Basé sur un échantillon représentatif de 1530 enfants en suisse de 10 à 14 ans.



**Fig 20:** Motivations des jeunes Suisses à pratiquer une activité physique (Fisher, Lamprecht & Stamm, 2008, p. 14)

Voyons à présent les attentes des jeunes interrogés vis-à-vis des activités physiques.



**Fig 21:** Attentes envers les activités physiques parmi les jeunes de PCS populaires

Nous avons pris en compte uniquement les réponses des jeunes dont la famille occupe une position socioprofessionnelle populaire (cf. explication sur l'échantillonnage et sa description par la PCS). Ce sont donc 41 jeunes parmi notre échantillon total de 53. Les indicateurs «pour le plaisir» et «pour être avec mes amis», ainsi que le besoin de «mouvement» sont également fréquemment mentionnés. En revanche, l'indicateur d'un bénéfice de «santé» par l'activité physique est en retrait.

Observons maintenant ce qui se trouve derrière ces différents indicateurs.

### 6.3.1 Le plaisir dans l'activité physique

Nous remarquons que le plaisir est essentiel pour les jeunes lors de la pratique d'activités physiques. Divers aspects s'inscrivent dans la notion de plaisir, tels que l'envie de bouger, le fait de s'amuser et d'aimer l'activité pratiquée.

«Moi, c'est pour le plaisir.» (Sylvie, 8 ans)

«Moi, c'est pour m'amuser.» (Armed, 8 ans)

«Ben, je mange ma récré, et après je m'amuse, je joue.» (Icham, 9 ans)

«C'est parce que j'aime bien nager, j'aime bien le sport.» (Ardita, 9 ans)

«Jouer et s'amuser» apparaissent très souvent dans nos données. Les enseignants de sport interrogés à Villars-Vert et à Champsec confirment l'importance des jeux.

«Jouer, ils veulent jouer. Dès que tu es dans des activités un peu moins jeu (telles que les agrès ou la danse), ben ils aiment moins [...]»; «Mais après, dès que tu fais du jeu, même des jeux de balle basiques, ils adorent ça.»

(Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

L'activité football rallie une majorité de garçons:

«Bon, eux ils aimeraient, quand on va à Villars-Vert: «Alors Bruno, on fait du foot, on fait du foot?», «Non on fait pas du foot», «Oh!!», «Mais on fait quelque chose qui va vous faire plaisir.»» (Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Si l'enseignant soutient des pratiques variées (et ne se soumet pas à l'hégémonie du football), il assoit ses propositions d'activités physiques en les reliant à la notion de plaisir. Parmi les propos des jeunes de Champsec, le «plaisir de bouger» en jouant, dansant, courant etc., donc au travers d'une activité physique, est apparu fréquemment:

«Parce qu'on a une balle et il faut courir et en même temps on pousse la balle.» (Valon, 9 ans)

«Ben, parce que j'aime bien danser.» (Sofia, 9 ans)

«C'est parce qu'on bouge plus et on fait des exercices. Parce que si on bouge pas, c'est pas amusant de rester assis en classe et tout.» (Lara, 9 ans)

«Moi, j'aime plus la gym (que les cours en classe) parce que tu peux bouger et t'éclater.» (Sofia, 9 ans)

«Ben, c'est le sport aussi. C'est bien de courir et pis ben de faire des roues, j'aime bien faire.» (Claudia, 8 ans)

Le «besoin de mouvement» est reconnu, soutenu et légitimé par les adultes également:

«C'est clair, ils sont assis plus de trente heures par semaine à leur table. Donc, les deux heures qu'ils ont, ou trois en première année, sont des heures qui répondent pour beaucoup à un besoin de mouvement aussi dans la journée hein. Donc, ça

c'est un élément important. C'est un cours (la leçon d'éducation physique et sportive) particulier dans ce sens-là.» (Marc, 58 ans, psychologue du sport)

A Villars-Vert, l'envie de mouvement est moins flagrante dans les données des jeunes, mais elle est considérée par un enseignant en éducation physique et sportive comme une attente plus importante parmi ce public de quartiers défavorisés.

«Le mouvement, c'est quelque chose qu'ils attendent beaucoup, particulièrement chez ces enfants de Villars-Vert.» (Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique)

Une explication serait que ces jeunes associent le mouvement à un moment passé avec leurs amis et donc à des moments de «joie» et d'amusement. Ils seraient donc demandeurs d'activités physiques notamment pour cette raison-là.

Cette recherche du plaisir est expliquée par Elias et Dunning (1986), par le fait que les loisirs demeurent l'un des seuls domaines où l'individu peut exprimer ses sentiments sans être jugé. Les enfants trouveraient alors dans leurs loisirs sportifs un espace leur permettant de sortir de la routine quotidienne et d'extérioriser plus librement leurs sentiments. Le sport agit selon les auteurs mentionnés comme une «soupape de décompression» opposée à l'ennui rencontré par certains dans le cadre scolaire ou familial.

«Moi, c'est pour me distraire parce que quand j'ai rien à faire, je vais dehors.» (Antoine, 11 ans)

«Ouais, mais moi je viens tout le temps à Villars-Vert chez ma grand-mère. Parce que là-bas, il y a rien à faire. Jouer au foot, on joue au foot, le jeu du bâton (...) Moi aussi, quand je vais là-bas (en Bosnie), quand je m'ennuie, dehors, je sors tout le temps dehors ou vers l'école.» (Betim, 8 ans)

Au-delà du jeu, le plaisir comme sensation est également énoncé:

«Moi, c'est la vitesse et l'adrénaline.» (Ali, 9 ans)

Le plaisir est un facteur de pérennisation de l'activité physique chez le jeune, comme l'atteste cet entraîneur de football:

«[...] ils ont du plaisir et ils aiment ça. S'ils font ça durant leur temps libre, c'est qu'ils aiment ça. Je pense pas qu'ils viennent sans aimer jouer au foot. Si tu aimes pas quelque chose, tu fais pas ça de ton temps libre.»

(Sylvain, 22 ans, entraîneur de football)

Le plaisir vécu et partagé autour d'une pratique avec des pairs, crée du lien entre les membres et participe à la durée de vie d'un groupe.

Dans les deux quartiers, l'aspect compétitif a peu été mentionné. L'enjeu de la compétition se développe généralement plus tardivement au sein des clubs. Par exemple, en football, les matchs deviennent plus engagés avec une poursuite de résultats dès l'entrée dans la

catégorie de jeu des «juniors élites» ou «juniors actifs», vers 15-16 ans<sup>15</sup>. La notion de plaisir revient tant parmi les jeunes que parmi les adultes qui les côtoient. Elle peut s'expliquer par le fait qu'«il s'agit d'une motivation non spécifique qui recouvre toutes les autres» (Fischer; Lamprecht & Stamm 2008, p. 14) du moins pour cette tranche d'âge<sup>16</sup>. Autrement dit, ce qui plaît à un enfant dans la pratique d'une activité sera différent de ce qui plaît à un autre camarade. Dès lors, la variété de l'offre sportive est importante, afin de répondre à «des» plaisirs de bouger au travers de pratiques différenciées telles que les jeux d'affrontement, l'expression corporelle, le mouvement bien-être, les jeux informels et récréatifs ou les pratiques culturelles et sportives institutionnalisées (clubs sportifs), etc.

### 6.3.2 La valorisation et l'estime de soi

Plaisir et envie de progresser se lisent dans un désir des jeunes de montrer qu'ils sont capables de faire de mieux en mieux. Nous avons rencontré de tels énoncés parmi certains jeunes qui semblent y puiser leurs motivations:

«[...] j'ai envie de montrer aux autres ce que je sais faire.» (Jessica, 9 ans)

«Moi, parce que j'ai envie de progresser.» (Bashkim, 9 ans)

«M'améliorer au sport que je fais.» (Antoine 11 ans)

S'entraîner en vue d'un objectif, ainsi que se comparer avec les autres apparaît dans d'autres propos:

«Et pis moi, j'aimerais trop aller au karting avec des amis pour voir c'est qui le meilleur.» (Téo, 8 ans)

«Ben, on fait des équipes dans les classes, on peut choisir et on joue pour s'entraîner pour le tournois scolaire.» (Olga, 9 ans)

Se défier, voir qui est le meilleur ou affronter des adversaires figurent aussi parmi les attentes des jeunes vis-à-vis des activités physiques:

«On fait surtout du...du... on fait du... des trucs de foot. On fait des ligues, on choisit des clubs et on fait des tournois de foot avec tout le monde.» (Betim, 8 ans)

Un facteur de motivation réside dans le fait d'essayer d'atteindre la ligue supérieure, de se défier, de faire «monter le niveau» pour être considéré comme une équipe importante. Le désir d'amélioration s'associe au besoin de reconnaissance et de valorisation (cf. pyramide des besoins de Maslow). La mise en activité physique peut être une occasion de

---

<sup>15</sup> Expérience personnelle vécue dans le club du FC Sion.

<sup>16</sup> Chez les sportifs professionnels des motivations supérieures au plaisir peuvent apparaître, telles que le gain financier, la pression des sponsors et des pairs ou encore l'envie d'être reconnu comme champion.

nourrir l'estime de soi, en se donnant à voir et en suscitant l'admiration dans le regard des pairs.

«Cela veut dire, par exemple, ceux qui sont très forts à la gym sont très recherchés par les autres et ils ont cette relation qui devient un peu privilégiée. Parce que tout d'un coup ils sont adulés. Ils sont recherchés quand on tire les équipes ou quand on fait une activité et qu'ils réussissent mieux que les autres.»

(Philippe, 55 ans, enseignant primaire)

Plusieurs jeunes ont évoqué ce motif de satisfaction; ils aiment les activités physiques et le cours d'éducation physique parce qu'ils y sont reconnus: ils font partie des «forts». Ils aspirent à cette reconnaissance qui est selon Honneth: «Le véhicule de l'intégration sociale» (cité par Ikäheimo, 2009, p. 103). La reconnaissance des pairs augmente l'envie et le plaisir du jeune. Le sentiment d'être admiré et le plaisir de mettre en avant ses qualités sont apparus lors des focus groupes autant chez les filles que chez les garçons.

«Parce que je suis le plus fort.» (Antoine, 11 ans)

«Moi, j'aime la gym parce que avec une autre fille, Petra ben on est les plus fortes de la classe.» (Anaïs, 9 ans)

Ce sentiment de valorisation soutient la pratique des jeunes. En faisant partie d'une communauté et en ayant un rôle important à y jouer, les jeunes se sentent intégrés à un groupe de pairs et participent à la vie du quartier. Ce principe de reconnaissance est aussi valorisé par cet animateur socioculturel de Sion.

«Mais je pense qu'ils viennent chercher autre chose quand nous on est là. Et j'imagine, ben qu'ils viennent chercher la possibilité de... de s'engager dans le projet. Parce que ce n'est pas nous qu'on pose le projet du tournoi de foot clé en mains, mais on laisse toujours une place au jeune qui a envie de se responsabiliser. Donc, ils viennent chercher un petit peu cette reconnaissance d'une certaine manière.» (Simon, 38 ans, responsable d'association de quartier)

L'organisation autour d'une pratique sportive ou autour d'événements pourrait ainsi représenter une possibilité pour un jeune de se sentir utile en participant à un projet. Utile non seulement aux yeux de ses camarades, mais également aux yeux du monde adulte, et de ce fait, utile en tant que membre d'un collectif. Ce sentiment d'importance est fondamental pour développer la confiance en soi. Comme le dit Ikäheimo (2009) en parlant de l'importance de la reconnaissance selon Honneth, «Il est très difficile sinon impossible, pour un individu qui n'a pas fait l'expérience consistant à être l'objet d'attitudes de reconnaissance, de développer et de maintenir les attitudes positives envers soi qui y correspondent, respectivement celles de confiance en soi, de respect de soi et d'estime de soi» (p. 103).

La confiance en soi et l'estime de soi sont des éléments primordiaux qui facilitent le contact avec les autres et l'intégration au sein d'un groupe. Nous émettons l'hypothèse que la place de sport peut être le seul endroit où la participation de l'individu n'est pas remise en cause. En effet, il peut être sujet à des difficultés scolaires et à des difficultés familiales sans véritablement pouvoir exercer une influence sur ces dernières. La place de sport et la pratique sportive sont alors un lieu où il est maître de ce qu'il fait et où il peut acquérir l'expérience de la reconnaissance qui va l'aider à se construire lui-même. C'est-à-dire qu'il ne serait jugé que par ses capacités, peu importent ses origines et ses problèmes extérieurs (condition familiale, financière, de travail etc.). Selon le principe d' «idéal méritocratique» (Ehrenberg, 1991) la pratique du sport permettrait d'effacer les inégalités de naissance et de condition sociale.

«Ouais, c'est différent parce que je pense que il y a un autre, euh... pas un classement, mais une autre hiérarchie en salle que à l'école. Parce que à l'école quelqu'un qui a de la peine, il aura de la peine tout le temps. Et le sport, c'est parfois une des seules activités avec les travaux manuels où: «Ah, tu travailles pas que la tête, enfin un petit peu» mais où «Ah, il est aussi bien que les autres et ça peut le revaloriser.» (Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Cette image positive est en parfaite adéquation avec les propos tenus par Gastaut (2004) dans lesquels le sport est considéré comme:

«[...] un milieu favorisant une forme d'équité que la société n'est plus en mesure d'organiser. A chacun sa chance, à chacun la possibilité en fonction de ses qualités ou capacités physiques de s'affirmer et éventuellement de gravir les échelons de la hiérarchie sociale: le sport comme une voie parallèle de la réussite, une nouvelle chance notamment pour ceux dont les origines sociales sont modestes» (p. 59).

L'estime de soi peut donc être soutenue grâce à la pratique sportive. Lorsque c'est le cas, le jeune peut plus facilement s'affirmer, faire partie d'un groupe et participer à la vie du quartier. Cet idéal n'est pourtant pas toujours présent dans la réalité comme le relève Robert (2012), s'appuyant sur la théorie d'Ehrenberg: «Mais cette égalité idéale se heurte à la réalité des inégalités et de la résilience des hiérarchies sociales» (p. 2).

Dans le chapitre 6.5 nous discutons cette tension entre «égalité idéale» et réalité des inégalités sociales.

### 6.3.3 L'amitié et le besoin de lien

Le fait de pouvoir jouer avec des amis et la notion de groupe jouent un rôle important à l'âge de 8-10 ans. Selon nos observations, les contacts se créent plus facilement aussi bien à Villars-Vert qu'à Champsec.

«Et moi, j'aime bien en plus parce que on est entre amis et on peut danser en même temps.» (Bénédicte, 9 ans)

«J'aime bien appeler mes amis parce qu'on s'amuse bien. On fait des tirs au but et après on appelle d'autres amis pour faire un grand match.» (Andrew, 9 ans)

«Moi parfois, je vais au parc et je retrouve mes amis. Et s'ils sont pas là, je vais sonner et je dis de descendre. Et quand on est assez, ben on prend les gants et on fait un petit match et on se regroupe, on se donne des rendez-vous et on joue. Parce que j'aime bien le foot et tous mes copains. J'ai toujours envie de les revoir... Pis après j'aime bien aller au foot parce que je pourrai revoir mes copains.»

(Marco, 9 ans)

La notion de communauté décrite par Tönnies (cité par Montoussé & Renouard) peut être mobilisée dans le cadre des activités sportives. En effet, lors de pratiques formelles, en club, les jeunes «partagent automatiquement des croyances et des valeurs et reçoivent du groupe une identité collective»; «De ce fait, tous les membres du groupe ayant le même statut (ex: les chasseurs) se ressemblent et sont soumis aux mêmes obligations» (Montoussé & Renouard, 2006, p. 66).

Les relations au sein d'une équipe sportive tendent à mettre sur un pied d'égalité les individus avec comme cadre, le groupe. L'individu n'est plus isolé, mais il peut se projeter comme membre de la communauté. Cela peut amener des jeunes plus introvertis à gagner en confiance, de plus la cohésion du groupe crée un sentiment d'appartenance identitaire à travers des règles partagées, des obligations, des buts communs et un système de valeur reconnu. Or, comme le dit Devillard (2000, p. 40) «L'appartenance sociale est une aspiration essentielle de l'humain. Elle lui procure un effet de reconnaissance et constitue un élément de son identité. L'appartenance est le signe d'un lien humain et d'une place parmi les autres. L'intégration à une équipe répond à ce désir».

«Après les victoires, c'est la grosse bamboula dans les vestiaires. Ils sont tous contents, ils font la fête ensemble. Et quand ils perdent, ben ils sont tristes ensemble. Il y en a pas un qui s'en fiche d'avoir perdu.»

(Sylvain, 22 ans, entraîneur de football)

L'appartenance au groupe est également en lien avec le besoin de se faire des amis et d'être reconnu comme tel. Les pairs rencontrés durant les activités physiques deviennent



aussi des amis que les jeunes côtoient lors d'autres occasions. Les jeunes se créent ainsi un ou plusieurs réseaux qui alimentent leur vie sociale au sein du quartier.

«Ben moi, quand on fait des agrès, on se voit. Mais quand on sort dehors, ben on se voit aussi et pis on joue sur une place de jeux.» (Claudia, 8 ans)

Les amitiés qui se créent sur les places de sport ou lors d'activités physiques sont renforcées hors du contexte sportif. L'activité physique est, pour certains enfants, le point de départ d'un lien social avec ses pairs. Dans d'autres cas, les loisirs actifs sont un moyen de renforcer des amitiés déjà existantes. En effet, les jeunes viennent sur les places de jeux en petits groupes, ils se rencontrent et s'inventent des activités avec des camarades qu'ils connaissent par l'école ou par voisinage entre les immeubles.

«Ben moi, pour... avant d'aller chez Sahid, je joue chez moi. Après, je vais chez Sahid ou on se voit dehors, on joue un petit peu dehors et après, on va après chez lui.» (Alban, 8 ans)

Le fait d'être en groupe et le sentiment d'appartenance à une communauté permettent à certains jeunes de vaincre leur timidité et favorisent leur participation à une activité physique. De plus, ils se sentent plus forts lorsqu'ils sont avec d'autres camarades, ce qui facilite l'interaction avec les autres enfants présents. Leur intégration au sein d'un groupe démarre souvent par un duo.

«[...] souvent c'est deux enfants. Parce qu'ils sont venus là ensemble justement. Parce qu'ils veulent faire la danse, mais ils sont venus ensemble parce qu'ils osaient pas trop tout seuls.» (Marta, 29 ans, animatrice de danse hip-hop)

«On en a pris deux nouveaux dans l'équipe euh depuis le mois d'août. Il y a eu un temps d'intégration où ils étaient les deux beaucoup ensemble parce qu'ils se connaissaient déjà. Pis maintenant ils sont dans la masse.»

(Sylvain, 22 ans, entraîneur de foot)

Sur les places de jeux récréatives, les équipes se forment spontanément:

«[...] ils arrivent souvent seuls, en binôme ou en trinôme comme ils sont souvent en général à cet âge-là. Et après, ben ils peuvent former une équipe donc ils sont obligés d'aller solliciter d'autres personnes.»

(Simon, 38 ans, responsable d'association de quartier)

Néanmoins, le besoin de relation à l'adulte est énoncé par les responsables d'association de quartier:

«A Villars-Vert, les enfants ils sont beaucoup plus en lien avec nous quelque part. Ils sont beaucoup plus dans le lien (par rapport aux jeunes du quartier des Dailles)»; «A Villars-Vert, ils viennent aussi pour le lien avec nous.»

(Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

«Ils ont également des besoins euh des besoins de relation à l'adulte, des besoins de cadre [...]» (Simon, 38 ans, responsable d'association de quartier)

A cet âge, le jeune a besoin de repères et de limites. Le contact avec les adultes peut lui apporter un cadre structurant dans lequel il va pouvoir s'épanouir. Les personnes responsables d'animation jouent également un rôle d'aide et d'écoute à qui l'on peut se confier:

«Euh oui, ça m'est déjà arrivé à plusieurs reprises, que je vois qu'une elle est pas très bien ou l'autre aussi et que ça va pas très bien et qu'elles disent rien. Je leur demande «Est-ce que ça va?» et pis là au bout d'un moment vers la fin du cours elles viennent vers moi et elles parlent de ce qu'elles ont eu etc.»

(Marta, 29 ans, animatrice de danse hip-hop)

Une relation de confiance a été mise en place entre l'animatrice et les enfants qui interagissent lors des différentes activités. Le lien établi avec le jeune au travers d'une pratique sportive permet donc de dépasser l'aspect purement sportif et d'aborder des soucis de la vie quotidienne. En cela, l'activité physique et sportive est un «outil de médiation» pour permettre l'échange et la création d'un contact constructif. Parfois, le lien est mis en parallèle avec une sorte de «deuxième famille»:

«A Villars-Vert, ils sont plus... Je suis quand même quelque chose comme une maman ou enfin... Mais ils osent quand même venir dire les choses, ils osent quand même... ils... ils... ils sont en lien.»

(Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

Nous avons donc relevé l'importance des amitiés ainsi que de l'appartenance à un ou plusieurs groupes. Le rôle des animateurs socioculturels est précisément de faciliter l'intégration d'un nouveau venu à un groupe de pairs et de manière plus générale à la vie du quartier. Mais qu'en est-il de l'image du sport lorsqu'il est associé à l'amélioration de la santé?

#### 6.3.4 La santé comme source de motivation

L'analyse de nos données nous amène à considérer que la quête de santé à travers des activités physiques ou sportives n'est pas une attente véritablement énoncée par les jeunes de notre échantillon, qui pour rappel ont entre 8 et 10 ans. En effet, lorsque nous demandons s'ils se sentent en «bonne santé», la réponse est affirmative et quasiment unanime. Les jeunes nous sont apparus plus préoccupés par leur apparence:

«Il faut bouger. Parce que si tu restes assis à manger des chips et regarder la télé ben... tu vas grossir.» (Claude, 8 ans)

«Oui, moi aussi (je fais du sport) pour être musclé.» (Armed, 8 ans)

«Moi, j'adore faire du sport comme ça je deviens musclé et je peux courir vite.» (Téo, 8 ans)

«Beaucoup bouger pour pas devenir gros.» (Lise, 9 ans)

Le goût des jeunes garçons pour les «muscles» résonne avec les données des travaux classiques de la sociologie du corps et du sport concernant le rapport au corps entretenu dans les classes populaires. Les emplois des pères des classes populaires étaient lors de l'étude de Boltanski (1971, p. 222) souvent manuels et liés à la force physique. Le corps était donc perçu comme un outil de travail qui devait être fort. Selon Gasparini et Vieille Marchiset (2008, p. 39) actuellement «La force physique en milieu populaire est d'autant plus sacralisée qu'elle constitue souvent (pour les garçons) l'ultime ressource qui puisse être mise en avant pour se définir socialement».

En ce sens, on peut observer des jeunes blessés qui ne résistent pas à l'envie de jouer avec les autres au mépris de la blessure (cf. observation de terrain: à Champsec un jeune jouait au football avec un bras dans le plâtre) ou alors on peut rencontrer des jeunes qui pratiquent un sport en vêtements d'été alors que les températures sont hivernales. Ces «corps forts» démontrent une forme de résistance à la douleur, comme si cette dernière ne les atteignait pas. Pour le dire avec Esterle-Hedibel (1999, p. 2) «La tolérance à la douleur est bien supérieure en milieu populaire, ainsi que la banalisation des atteintes et la non prise en compte des manifestations douloureuses [...] C'est un corps en force plutôt qu'un corps en forme qui sera recherché».

Par opposition à cet idéal de force valorisée, le fait de prendre du poids et de grossir véhicule une connotation négative les jeunes veulent se prémunir contre un regard stigmatisant, raison pour laquelle ils pratiquent une activité physique. Les personnes en surpoids sont la cible de moqueries.

«Tu as déjà vu l'homme le plus gros du monde, il pèse 300 kilos. En plus, il mange encore. Il peut même plus sortir de chez lui tellement il est gros, c'est vrai.»  
(Claude, 8 ans)

«C'est dégueulasse. Son ventre, c'est toute la table.» (Betim, 8 ans)

Les rires lorsque les jeunes parlent des «gros» sont significatifs de notre société où le fait d'être en surpoids est mal vu. Le rire permet aux jeunes de prendre de la distance par rapport à leurs propos sur les obèses et de se protéger en quelque sorte de cette «maladie» ou de la gêne liée à cette thématique.

«Ben, c'est important parce que si tu es trop gros, (rires), ben t'arrives plus à courir et tu vas à 2 à l'heure.» (Nolan, 9 ans)

«C'est tous des gros (rires), regarde comme il est gros.» (Sahid, 8 ans)

Le sport comme moyen pour diminuer les problèmes physiques et mentaux sur le long terme ne trouve pas d'écho auprès des jeunes (Mougin-Guillaume, 2010, p. 73). En effet, l'augmentation des performances cardiaques, une meilleure capacité pulmonaire, une plus grande solidité osseuse, une incidence positive sur les dépressions ou encore une possibilité d'évacuer le stress, ne font pas partie des préoccupations des individus à cet âge. Les adultes interrogés ont confirmé que les préoccupations relatives à la santé sont peu présentes chez les jeunes.

«Euh non, parce que pour eux la notion de santé, le terme santé euh... Soit ils sont bien soit ils sont pas bien. Donc euh... ils vont pas se dire: «Qu'est-ce que je dois faire pour être en bonne santé?».»

(Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

«Tout ce qui touche à la santé, à cet âge-là c'est pas un élément de motivation. Parce qu'eux, en général, sont en santé. Alors, on leur dit: «Il faut faire du sport pour être bien», et ils disent: «Mais moi je suis bien, ça va me changer quoi?».»

(Marc, 58 ans, psychologue du sport)

Quelques jeunes ont cependant fait le lien entre une santé déficiente et la mauvaise humeur, mais sans pour autant attribuer aux activités physiques des effets bénéfiques sur la santé mentale.

«Ils sont méchants, ils peuvent être agressifs (les personnes en mauvaise santé).»  
(Paola, 9 ans)

«(Quelqu'un qui n'est pas en forme) Il est pas de bonne humeur.» (Aurélie, 8 ans)

Les bénéfices d'une activité physique sur la santé apparaissent par contre comme prioritaires dans nombre de discours d'adultes.

«J'ai eu une enquête dernièrement. Ils m'ont demandé l'aspect le plus important pour être en santé. Et moi je trouve que c'est l'activité physique»; «Je pense qu'il y

aurait beaucoup moins de gens dépressifs euh... chez les consommateurs de sport que chez les autres parce que c'est un défouloir.»

(Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

«Maintenant, on sait aussi que par exemple, une activité physique régulière a une influence sur certaines pathologies mentales comme la dépression. Des études ont montré, par exemple, qu'une activité physique régulière était aussi efficace que la prise d'antidépresseurs.» (Marc, 58 ans, psychologue du sport)

Bien que la santé ne soit pas une préoccupation pour les jeunes, il n'en demeure pas moins que ceux que nous avons observés dans les deux quartiers ont des activités physiques salutaires (déplacements actifs, fréquence des activités en extérieur, etc.). Par ailleurs, ils font l'association entre la santé et l'activité physique lorsque nous leur demandons ce qu'il faut faire pour être en bonne santé:

«Beaucoup bouger, faire beaucoup de sport toute la semaine et le weekend.»

(Lise, 8 ans)

«Il faut être fort à la gym (pour être en bonne santé).» (Arkud, 8 ans)

Cette association entre activité et santé peut être le fruit du discours des adultes, mais également des messages diffusés par les programmes de promotion de la santé. En Suisse, depuis 2007, le programme «Poids corporel sain»<sup>17</sup> est implémenté dans les divers cantons. A Fribourg, il se déploie depuis janvier 2010 sous le label «Je mange bien, je bouge bien»<sup>18</sup> sous forme d'actions ponctuelles de communication organisées par le département de la santé par le biais de journées découvertes (cf. participation à une journée Rallye à Villars-Vert). Ce programme cherche à promouvoir une alimentation saine et la pratique d'une activité physique chez les enfants et les adolescents. L'activité physique y est présentée, afin de réduire l'obésité et le surpoids. Les jeunes ont assimilé cette interrelation et considèrent effectivement les loisirs actifs comme un moyen de ne pas prendre de poids et l'obésité comme une maladie.

«(Pratiquer une activité physique ça sert) à rester en forme, avoir de l'énergie et beaucoup bouger pour pas devenir gros.» (Lise, 8 ans)

«[...] pour être en bonne santé, pour faire du sport, sinon on reste gros.»

(Sofia, 9 ans)

---

<sup>17</sup>[http://gesundheitsfoerderung.ch/pages/Gesundes\\_Koerpergewicht/Grundlagen\\_Wissen/evaluationen.php?lang=f](http://gesundheitsfoerderung.ch/pages/Gesundes_Koerpergewicht/Grundlagen_Wissen/evaluationen.php?lang=f)

<sup>18</sup> [https://www.fr.ch/ssp/fr/pub/prevention/poids\\_corporel\\_sain.htm](https://www.fr.ch/ssp/fr/pub/prevention/poids_corporel_sain.htm)

«Un corps en forme, c'est un corps qui... qui... qui... voilà qui fait beaucoup de sport, qui est pas trop gros. Parce que si tu es trop gros ensuite tu te fatigues vite et pis tu peux rien faire, presque rien faire et voilà.» (Betim, 8 ans)

Nous remarquons que les jeunes parlent de «devenir gros» ou «rester gros», comme si nous étions dotés d'un capital santé à la naissance qu'il faut à tout prix tenter de conserver ou de retrouver par des mesures adéquates, notamment par le sport. Couplée au sport et à l'obésité, la notion d'alimentation a été mentionnée par deux acteurs professionnels proches des enfants élargissant la promotion non plus uniquement à des loisirs actifs, mais à un style de vie sain.

«L'aspect nutritif, on essaie vraiment de le développer. On choisit certaines manières de fonctionner, on interdit certains aliments [...].»

(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

«Alors après, c'est vrai que quand on sort du cours de natation à 11h, je vois des gars qui bouffent des chips, je leur fait une remarque, clairement. On essaie de... Disons, ils ont pas le droit d'aller acheter des bonbons et ça, c'est un peu dans ce sens-là.» (Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Lorsque l'école décide de mettre en place une action de promotion de la santé, les acteurs mettent en avant de façon fréquente les mesures prises concernant la nourriture saine et moins souvent l'effort physique.

«[...] on a mis en place des semaines de «Je mange malin». Donc, deux semaines sur l'année, on leur offre leurs récréations. Des récréations saines, du fromage, des fruits, du pain. Et puis la 3<sup>ème</sup> semaine, l'action c'est «Etre en mouvement».»

(Philippe, 55 ans, enseignant primaire)

Ainsi, si les jeunes n'ont pas démontré au travers des données des focus groupes des attentes claires au niveau de l'activité physique en terme de bénéfice pour leur santé, ils vivent dans un contexte dans lequel ce lien est souvent présent. Les actions de ces programmes tendent à utiliser les activités physiques comme des moyens de lutte contre un des «fléaux» de notre société, à savoir l'obésité.

Malgré cela, un certain nombre de jeunes dans les quartiers populaires d'étude semblent souffrir de surpoids.

«Après à Villars-Vert, il y a, dans les enfants, ils sont un peu rondouillets comme ça.» (Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

«[...] certaines années, il y a des élèves en surpoids, voire obèses.»

(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique)

Pour lutter contre l'augmentation de ce phénomène, des dispositifs sont mis en place afin de détecter et d'encadrer les jeunes concernés.

«Dans le cas d'enfants en surpoids, il y a un dépistage qui est fait par le service médical scolaire. Donc, il y a une infirmière qui s'occupe de ça dans le cadre de la ville de Sion. Donc, elle a des pointages et là les parents sont suivis et on leur propose des cours de gym ou des cours à la SUVA. Et on leur propose d'être suivis par une diététicienne qui propose un régime à ces enfants.»

(Philippe, 55 ans, enseignant primaire)

La sédentarité, provoquant le surpoids, est appréhendée comme un cercle vicieux. Les jeunes, atteints de surpoids et plus encore d'obésité, sont souvent mis à l'écart lors de pratiques physiques.

«L'exclusion, elle peut se sentir très fortement dans un cours de gym parce qu'il est maladroit ou elle est maladroite, parce qu'on la veut pas dans le groupe, parce que c'est la course et il est un peu fort, un peu rond donc il courra moins vite. On a tous vu ça.» (Christian, 56 ans, médiateur scolaire)

Dès lors, le sport qui est une solution se retrouve paradoxalement associé à un sentiment négatif d'infériorité et d'inaptitude. Ces jeunes développent alors un désamour pour les activités physiques et se réfugient dans la sédentarité (Mougin-Guillaume, 2010, p. 70). Un travail de revalorisation doit être conduit en leur proposant des activités adaptées à leurs capacités, afin d'inverser le système de goûts.

«[...] des gens avec une motricité faible, des gens peut-être en surpoids, il s'agira de mettre en place une différenciation qui les prenne à leur niveau et qui leur propose des étapes différentes pour progresser. Ca... ça me semble être un élément qui est vraiment important. Si l'on veut faire avec tous la même chose, eh bien, on aura les éternels «non-sportifs» qui se sentiront étiquetés depuis le début et pis qui ont toujours cette même affirmation: «Moi, de toute façon, j'arrive pas». Par contre, le «j'arrive pas encore», ou «j'arrive pas ce que vous me demandez, mais si vous me proposez autre chose je pense pouvoir y arriver», alors là je crois que l'on est dans une dynamique plus positive.» (Marc, 58 ans, psychologue du sport)

Pour palier à cette problématique des offres adaptées doivent être envisagées. Les filières de formation en APA (activité physique adaptée) sont conçues spécifiquement pour ces hiatus (cf. depuis 20 ans en France et en place également à l'université de Lausanne).

Pour conclure ce chapitre sur les attentes des jeunes, nous remarquons que trois notions sont essentielles, à savoir: le plaisir sous ses différents aspects, allant du besoin de se sentir valorisé, de s'améliorer et de prouver qu'on est capable de faire quelque chose; le sentiment d'appartenance au groupe d'amis, comme lieu formateur de sa propre identité et le besoin de reconnaissance qu'éprouvent les jeunes de ces quartiers. Lorsque ces attentes sont satisfaites, il semble que la pérennisation dans la pratique d'une activité

physique et sportive soit plus élevée chez les jeunes. De plus, ces derniers s'intègrent à un groupe de pairs et participent ainsi de manière plus active à la vie du quartier.

Nous avons remarqué que le facteur santé n'est pas déterminant quant à la motivation d'un jeune à pratiquer une activité physique. Cet argument appartient au monde des adultes et des messages de prévention. Nous avons toutefois relevé que la forme – au sens de ne pas être gros - est en réalité omniprésente parmi les plus jeunes mais sans qu'ils ne s'en rendent véritablement compte.

Nous avons dans l'ensemble du chapitre 6.3 relevé la diversité des attentes concernant la participation des jeunes aux loisirs sportifs. Quels sont les influences et les déterminants qui jouent un rôle sur l'engagement dans les activités physiques?

## **6.4 Les dispositions à la pratique d'activités physiques et sportives**

Dans leur vie quotidienne, les jeunes sont en contact avec des référents comme leur famille, les entraîneurs, les enseignants, les membres d'association de quartier, mais également avec l'environnement large par le biais des médias. Les jeunes appartiennent donc à plusieurs groupes de socialisation – primaire et secondaire - différents qui ont tous des répercussions sur leur rapport au sport. Ce sont ces influences que nous allons observer dans ce chapitre.

### **6.4.1 La socialisation familiale**

La famille joue, dans un premier temps, un rôle important lors du choix de l'activité physique. La majorité des enfants interviewés disent avoir débuté un sport en suivant les conseils donnés par un membre de leur famille. La participation à une activité physique serait le résultat d'une discussion entre les parents et leurs enfants (Vulbeau, 1993, p. 87).

«Eh pis moi, pour l'athlétisme, c'était mon frère quand il était plus petit, il faisait aussi de l'athlétisme.» (Claudia, 8 ans)

«Ma mère, elle m'a donné envie. Et ma grande sœur elle faisait, alors je voulais aussi faire.» (Barbara, 9 ans)

«Ma mère, elle a vu dans un catalogue un cours de danse. Alors on a été voir et ça ma plu.» (Tiffany, 9 ans)

«Moi, c'est mon oncle, il jouait au foot et pis lui il aimait bien le foot et pis il a vu que moi aussi je jouais beaucoup, alors il m'a inscrit dans un club.» (Betim, 8 ans)

Le mode de vie familiale influence l'attitude du jeune par rapport aux activités physiques. Ceux qui vivent dans un environnement sportif vont privilégier des loisirs actifs à d'autres



types de loisirs. De plus, les comportements des parents sont pris comme exemples et une corrélation est établie entre le «comportement culturel» des jeunes et celui des parents. (Gasparini & Vieille Marchiset, 2008, p. 37).

«Enorme!!! Je ne connais aucun enfant de prof de sport qui n'est pas sportif. Donc, je veux dire... Déjà là, tu vois... Et pis souvent quand tu as des parents qui font du sport, ben ils amènent leurs enfants sur des places de sport, eux ils font du sport, donc ils prennent les enfants avec, donc les enfants ils sont baignés là-dedans.»  
(Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique)

Les habitudes transmises par les parents aux jeunes ont une répercussion sur leurs pratiques. Cela corrobore la théorie de l'habitus de Bourdieu, comme l'explique Baillet (2001, p. 190).

«Ainsi, l'habitus d'un individu est lié à son groupe social d'appartenance, notamment à sa classe sociale d'appartenance, car les conditions d'inculcation de l'habitus sont semblables à l'intérieur d'une même classe. C'est la raison pour laquelle P. Bourdieu parle d'«habitus de classe». Il s'agit d'un habitus qui détermine les goûts qui commandent à leur tour les pratiques de consommation, par exemple les manières de manger, les pratiques sportives, etc.»

De plus, les travaux sociologiques démontrent qu' «[...] indépendamment de l'âge, être diplômé, étudier ou travailler et avoir un niveau de vie élevé favorisent la pratique sportive» (Gasparini et Vielle Marchiset, 2010, p. 97).

Nous remarquons que les jeunes des familles de positions socioculturelles populaires ont tendance à pratiquer des loisirs non actifs et qu'ils sont moins actifs avec leurs parents.

«Nous parfois, on joue à des jeux de société»; «Nous, quand on est avec la famille et qu'on a du temps et qu'on fini pas de manger trop tard, ben on fait parfois des parties de UNO.» (Lise, 8 ans, père et mère de PCS populaire)

«Oui, je regarde la télévision (en famille).»

(Sevdie, 9 ans, père et mère de PCS populaire)

Lorsque nous demandons s'ils pratiquent du sport avec leurs parents ils répondent:

«Non!» (Sahid, 8 ans, père et mère de PCS populaire)

«Non, moi c'est Daniel qui m'apprend à nager. C'est le prof de piscine.»

(Alban, 8 ans, père et mère de PCS populaire)

En revanche, les familles de positions socioculturelles intermédiaires pratiquent des loisirs plus actifs. Les passe-temps sportifs seraient davantage une occupation des classes sociales favorisées. (Gasparini & Vieille Marchiset, 2010, p. 95).

«Oui, ben des via ferrata et plein d'autres activités avec mon papa et ma maman.»  
(Tania, 8 ans, père de PCS populaire et mère de PCS intermédiaire)

«Nous, on va souvent à vélo, euh on va aux îles, on va se baigner et faire plein d'activités en famille.» (Chiara, 9 ans, père et mère de PCS intermédiaire)

La situation sociale des familles, notamment au niveau de l'emploi, influence la pratique d'une activité physique. Les personnes sans emploi, même s'ils bénéficient de plus de temps, ont tendance à se désengager de la pratique physique et sportive, (Gasparini & Vieille Marchiset, 2010, p. 103), ce qui peut influencer l'activité des enfants.

Néanmoins, un proche non sportif peut tout de même encourager un jeune à persévérer dans son activité physique par son comportement, que ce soit en lui procurant le matériel nécessaire, en l'amenant jusqu'au lieu de pratique, en allant voir ses matchs ou ses compétitions (Comité scientifique Kino-Québec, 2011, p. 54).

«Si le sport est soutenu par les parents, c'est-à-dire, si les parents laissent leurs enfants aller dans des sociétés, ça va aussi être au bénéfice de l'enfant. Si les parents font l'effort de les amener dans les sociétés.»

(Philippe, 55 ans, enseignant primaire)

Dans certains cas, l'influence familiale pour une pratique sportive a des incidences négatives. Quelques parents pensent bien faire en essayant de motiver leurs enfants. Or, sans s'en rendre compte, ils leur imposent parfois une pression difficilement gérable.

«Le petit Jorge son père il le voit déjà en équipe nationale du Maroc... Et on en a parlé avec le papa en disant que Jorge était peut-être conditionné par le fait que vous le poussiez depuis le bord du terrain...Pis ben le gamin là, on a presque envie de dire qu'il régresse.» (Sylvain, 22 ans, entraîneur de foot)

De ce fait, il se peut que l'enfant n'associe plus le sport à un loisir. Son objectif devient alors de satisfaire ses parents. Il n'est donc plus véritablement libre dans la pratique de son sport et perd la notion de plaisir, qui comme nous l'avons vu, est primordiale pour pérenniser l'engagement du jeune dans une activité physique.

«C'est à dire que ben les... les enfants, les pré-ados, les jeunes ados peuvent jouer, pour satisfaire leurs parents [...] peuvent jouer sous la pression de... Et c'est clair que l'influence des parents et des entraîneurs et d'autant plus grande que le que le... le... le... la personne est jeune. Ensuite, ben de toute façon, euh personne ne peut faire l'économie de se réapproprier ses motivations, se réapproprier ses comportements de manière à avoir une pratique sportive autonome.»

(Marc, 58 ans, psychologue du sport)

Lorsque les parents dictent le choix de l'activité physique à leurs enfants, des conflits familiaux peuvent s'ensuivre, allant jusqu'à susciter l'abandon de l'activité.

«Euh, en fait moi, mes parents je sais jamais quand ils m'inscrivent à quelque chose et ils m'ont inscrit tout le temps au tennis et moi je n'ai pas envie.» (Téo, 8 ans)

«Moi, c'est mes parents qui ont choisi. Moi je veux pas faire ce sport. Je voulais faire les agrès et la gymnastique.» (Lise, 8 ans)

«Il y a des parents qui poussent leurs enfants à participer. Cela pose aussi par après, le problème de la personne qui n'a plus envie de venir etc. Alors, si les parents, ils ont déjà poussé, si l'enfant veut pas venir, ils osent pas s'affaiblir, ils disent: «Maintenant écoute, on a dit qu'on faisait ça sur une année, c'est une expérience. Comme ça tu la fais.»»

(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

A l'influence du milieu familial s'ajoutent d'autres acteurs de la vie sociale. «Dans notre monde incertain, «L'homme pluriel», comme le nomme Lahire (2000), incorpore une multiplicité de schèmes d'action ou d'habitudes, liés à la diversité des codes et des modes de socialisation. Les enfants sont confrontés à des valeurs différentes entre famille, média, école, amis» (Martial & Segalen, 2013, p. 270).

Voyons à présent le rôle que peuvent jouer les cours de sport scolaire obligatoires sur la pratique sportive des jeunes.

#### **6.4.2 L'influence de l'école**

Dans les deux quartiers d'étude, les enseignants d'éducation physique interrogés évoquent différents objectifs recherchés dans les cours de sport.

«Alors, un des premiers buts, c'est de leur faire aimer le sport [...] Le but c'est de faire participer beaucoup les enfants qui ont moins l'envie de faire du sport.» (Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

«[...] le but, c'est de donner à tous un peu plus d'aisance avec leur corps. De leur apporter un peu de coordination, d'habileté avec le ballon. De leur montrer ce qui existe comme activités physiques un peu structurées.»

(Philippe, 55 ans, enseignant primaire)

L'envie de faire découvrir de nouvelles activités, d'éduquer à l'activité physique et sportive et d'intéresser tous les élèves apparaît dans ces extraits d'entretien.

«[...] je pense que c'est vraiment un des rôles phares de l'école. C'est de faire du sport pour tous les élèves et pas faire du sport pour les meilleurs élèves, ce qui se fait un peu plus dans les clubs.»

(Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

L'éducation physique et sportive pour ces deux enseignants doit donc surtout avoir un impact sur les non-actifs, puisque c'est un des seuls lieux où ces derniers pratiquent une activité physique. En plus de chercher à susciter le plaisir par l'activité physique, le sport à l'école a également pour finalité de promouvoir la santé des élèves.

«Donc, c'est clair que les cours de sport, ils amènent beaucoup (au niveau de la santé). Alors, de nouveau ils amènent pas beaucoup aux gens qui font 10h de sport par semaine. Mais, ils amènent beaucoup à ceux qui font rien.»

(Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Cet autre enseignant en éducation physique et sportive demeure plus sceptique quant à l'impact du cours d'éducation physique sur la santé des jeunes.

«Ben euh, je dirais on peut pas faire grand-chose grand-chose.»

(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

La participation au sport scolaire facultatif a pour but d'initier à des activités spécifiques qui pourront être prolongées si l'intérêt s'est installé.

«Ouais, je pense qu'il y a des activités, mais là on entre dans des activités spéciales, style on fait pas mal de cirque à l'école avec jonglage, ça peut motiver certains à continuer ces activités par après.»

(Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Les élèves disent apprécier le sport à l'école parce qu'ils ne le considèrent pas comme un cours scolaire.

«Ben, on travaille pas, c'est moins dur que les devoirs.» (Andrew, 9 ans)

«Ben..., euh... ben à la gym, on fait des jeux et à l'école on travaille.» (Ashley, 8 ans)

«C'est que c'est plus relax.» (Paola, 9 ans)

L'accueil réservé au maître de sport montre que les enfants sont heureux de participer à ce cours.

«Ah oui, nous quand on arrive, on est toujours bien accueilli.»

(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Il nous est apparu que les élèves associent, dans le cadre des enseignements d'éducation physique et sportive, la dépense physique à un loisir, un moment de détente, et de ce fait, à du bien-être. La notion de plaisir qui se dégage des propos des enseignants et des jeunes lors des cours permet vraisemblablement d'intéresser la majorité des jeunes à la pratique sportive et de les initier à l'activité physique, ce qui demeurent les buts premiers du sport à l'école.

L'impact sur la pratique d'une activité par les jeunes est-il le même au sein des clubs de sport? C'est ce à quoi nous nous intéressons dans le chapitre suivant.

### 6.4.3 Les associations sportives: le «club de sport»

Parmi les idées courantes, le club de sport est un lieu idéal de socialisation pour les jeunes. Il place ces derniers face à des règles à respecter, des engagements à tenir (Gasparini & Vieille Marchiset, 2008, p. 63).

«L'école de vie, elle est belle, pas à l'école, moi je dirais plus dans une activité de club ou au ski club Bramois. Ou si tu fais du foot et que tous les samedis matins tu te revois et tu dois te lever et respecter les règles d'un entraîneur qui a des exigences peut-être supérieures qu'à l'école.»

(Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Or, dans de nombreux clubs sportifs, ce sont les résultats qui sont visés. Pour les meilleurs, c'est gratifiant. Mais cette façon de procéder entraîne des stratégies d'exclusion. Les résultats de l'enquête menée par Vulbeau (1993, p. 86) montrent que les enfants sportifs sont plus nombreux à considérer le club de sport comme un lieu d'intégration par rapport aux jeunes non-sportifs. La loi du plus fort qui s'inscrit dans le système de la pyramide méritocratique domine dans les structures sportives formelles, donc institutionnelles. Ces valeurs sont donc bien divergentes des modes d'encouragement et d'intégration des moins bons tel que cela a été présenté par les enseignants en éducation physique et sportive. Le modèle compétitif se différencie des finalités de l'éducation physique et sportive scolaire. Ne va-t-il pas à l'encontre des influences de l'école et de ses ambitions démocratiques ainsi que de la famille qui essaient de protéger les enfants les plus faibles afin qu'ils puissent, eux aussi, profiter des bienfaits de l'activité physique? Les jeunes dans les clubs sont confrontés à des sélections et ce sont en général ceux qui auraient le plus besoin de pratiquer une activité physique qui sont mis de côté.

«Euh oui, un cas concret dans notre équipe. Il y en a un qui est un petit peu moins doué que les autres. Il perd tous les ballons. Il fait tout faux et les autres ils commencent à lui dire: «Ca va un moment, tu embêtes tout le monde» et de temps en temps, il est un peu à l'écart. L'argument qu'on a dit avec Michel, c'est qu'on le mettrait en 3<sup>ème</sup> degré plutôt qu'avec nous et il aurait un rôle plus important.»

(Sylvain, 22 ans, entraîneur de football)

«Moi, j'étais inscrite à la gym aux agrès, maintenant j'ai arrêté. Ben, le monsieur il me disait que j'arrivais bien. Alors, maintenant c'est bon, j'ai plus besoin de faire.»

(Emilie, 8 ans)

Cette jeune fille (Emilie) a de l'embonpoint, ce qui n'est pas idéal pour la pratique de la gymnastique aux agrès. Dire qu'elle n'a plus besoin d'exercer cette activité parce qu'elle y

«arrive bien» est peut-être un prétexte hypocrite pour la faire arrêter sans la blesser? Ou peut-être qu'elle se protège en présentant cet arrêt de la sorte?

Si la sélection se fait plus ou moins subtilement, la finalité demeure identique, à savoir garder les meilleurs et éliminer les plus faibles. Ce procédé est paradoxal. La fonction du sport comme vecteur d'intégration n'est pas opératoire dans les faits, mais le message reste présent en terme d'image et d'idéal. Cela crée donc des désillusions, tout en produisant des effets inverses à ceux escomptés. Certains jeunes concernés ne ressentent plus de plaisir, mais une déception.

«S'ils arrêtent... Il y en a pas forcément qui arrêtent toujours de leur plein gré on dira. C'est juste que des fois, il y en a un qui se fait recalé et il est dégoûté du foot et pis basta. Cela est arrivé quelques fois.» (Sylvain, 22 ans, entraîneur de football)

De l'avis du psychologue du sport, les clubs devraient offrir aussi bien du sport loisir que du sport dirigé vers une logique de «compétition-sélection».

«D'accord, donc je pense qu'il faut s'approcher de clubs formateurs, de clubs qui... qui sont capables d'intégrer tous les jeunes qui s'intéressent, et pis surtout des clubs ou des institutions qui... qui permettent aux jeunes de pratiquer sans s'orienter seulement vers la compétition. Les jeunes devraient avoir le droit de faire une activité sportive de loisir.» (Marc, 58 ans, psychologue du sport)

L'emploi du conditionnel signifie bien qu'il s'agit d'un vœu et non d'une réalité. Une pratique tournée uniquement vers la compétition peut donc être en contradiction avec les messages transmis dans d'autres circonstances (famille, école etc.) et peut engendrer des frustrations menant à l'abandon et la mise à l'écart de certains individus.

La fonction assignée au sport et à l'activité physique dans les associations de quartier est-elle la même que celle que revendiquent les clubs de sport? Les loisirs actifs pratiqués dans ces structures ont-ils les mêmes répercussions sur les jeunes?

#### **6.4.4 Le rôle du sport dans les associations de quartier**

Les centres d'animation pour jeunes dans les quartiers populaires utilisent le sport comme une possibilité d'intégration permettant d'atteindre des dimensions sociales (Gasparini & Vieille Marchiset, 2008, p. 69).

A Villars-Vert, des animations sportives sont également proposées. Nous avons participé à l'animation de quelques séances en salle de sport. Un détail anodin nous a semblé révélateur. Les animateurs n'avaient pas pensé à se procurer la clé nous permettant d'accéder au matériel sportif, ne jugeant pas si important l'accès au matériel, car le sport n'est pas une fin en soi pour eux.

«Ben, par exemple, le truc à la salle de gym là, c'est plus pour... c'est plus pour avoir un lien dans ce quartier-là que vraiment se dire: «Ben, euh ces jeunes, il faut qu'ils fassent du sport». C'est pas ça l'objectif premier. L'objectif premier, c'est le lien avec les jeunes.» (Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

La pratique sportive n'est pas l'objectif principal. Dès lors, son impact est moindre sur cette dernière. Elle permet cependant à des jeunes qui n'en auraient pas les moyens d'accéder à des pratiques sportives. En venant dans le quartier, comme c'est le cas à Champsec, ou en étant directement implanté sur les lieux, comme à Villars-Vert, le centre d'animation offre une proximité et des conditions d'accès qui, comme nous l'avons vu, facilitent l'engagement dans une activité ou sa découverte.

Les activités physiques ou culturelles permettent aux animateurs socioculturels d'entrer en contact avec les jeunes d'un quartier afin de créer des liens, une interconnaissance, de la confiance ou encore pour mieux comprendre les équilibres entre les jeunes du quartier, afin de pouvoir intervenir là où apparaissent des problèmes:

«Le fait de faire un tournoi de foot, ça nous permet de savoir effectivement ben, qui est le mouton noir du quartier, qui c'est qui prend les insultes, qui c'est qui... et qui sont les leaders positifs ou négatifs. Donc, je dirais que c'est vraiment une force pour nous, pour pouvoir embrayer du travail avec ces jeunes en individuel.» (Simon, 38 ans, responsable d'association de quartier)

Sur la totalité des activités proposées par ces structures, peu se rapportent au sport. En effet, ce ne sont pas des professionnels du sport, mais des travailleurs sociaux dont les goûts pour l'activité physique et sportive varient d'une personne à l'autre.

«Je dirais même pas le sport, parce que moi je suis pas... Je bouge, mais je me qualifie pas de sportive. Donc, je vais pas faire de sport avec eux.»

(Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

L'utilisation des pratiques physiques et sportives comme outil de médiation est fort différent du fonctionnement du sport dans les clubs. Comme l'explique Irlinger (1993): «Pour l'animation de quartier le sport représente strictement et seulement un moyen. Pour les clubs, les résultats sportifs représentent plutôt un but» (p. 139).

«Je pense qu'ils (les animateurs socioculturels) voient pas l'activité sportive comme nous les maîtres d'éducation physique ou les sportifs on la voit.»

(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

A la différence de l'école et des clubs, l'animation socioculturelle présente un troisième modèle d'appréhension des activités physiques et sportives qui privilégie son utilisation dans un but d'intégration sociale.

Ces interventions sociales se font sur le terrain, avec des personnes qui sont présentes de façon régulière. Or, les jeunes d'aujourd'hui sont toujours plus connectés au monde qui les entoure grâce aux ordinateurs, à la télévision ou encore aux smartphones. Quel peut être l'impact des médias sur la pratique sportive des jeunes?

#### 6.4.5 L'influence des médias

Les médias ont un impact en propulsant certains athlètes au rang d'exemples – le modèle du champion - par le biais de leurs exploits sportifs retransmis à la télévision. Dans les discours des jeunes, cette identification est apparue à quelques reprises:

«Le meilleur catcheur du monde, c'est le meilleur gars du monde, c'est clair.»  
(Alban, 8 ans)

Cela peut avoir un effet positif sur le taux de pratique sportive chez les jeunes. La renommée d'un sportif apporte un nouvel élan au sport qu'il pratique. Or, sans médiatisation, cet impact serait moindre (Thomas, 1993, p. 27).

Certains entraîneurs en perçoivent les répercussions. En effet, les jeunes veulent reproduire les gestes de leurs idoles.

«L'image que les petits, ils voient du football à la télé, ça a un impact sur les petits [...]. Par exemple, il y a un petit accrochage et le gamin, il saute par terre, il hurle et il se roule par terre. Ben nous, à son âge, on connaissait pas ça et c'est à force de regarder la télé ou je sais pas quoi [...]. Bon, après il y a des trucs positifs, ils marquent un but, ils font une célébration à la manière de leur joueur préféré c'est sympa, on voit qu'ils sont influencés.» (Sylvain, 22 ans, entraîneur de football)

«Alors, quand ils commencent les cours, souvent, ils ont ces images qu'ils voient à la télé, [...]. Et ils me demandent, ils me posent des questions: «Ah, on aimerait faire comme tel. Est-ce que c'est possible?».»

(Marta, 29 ans, animatrice de danse hip-hop)

Les médias (télévision, internet) participent à la transmission de connaissances et font partie des outils d'apprentissage. La télévision (Thomas, 1993 p. 16), puis l'ensemble des autres moyens de communication (facebook, twitter) prennent une place importante dans les occupations des jeunes.

«[...] ben maintenant, on est dans la génération des écrans. Je crois que parfois les enfants ils croient que «Sony» et «Philips» sont les nouvelles mamans de jour.»  
(Philippe, 55 ans, enseignant primaire)



Les messages à répétition transmis par les différents canaux médiatiques influencent-ils les jeunes? Notamment au niveau des programmes de santé français, «Manger, bouger» qui sont apparus à trois reprises dans le discours des enfants de nos échantillons.

«Moi, ils me répètent et je vais pas oublier: «Mange au moins 5 fruits et légumes par jour».» (Gaël, 9 ans)

«Ils me disent: «Ne mange pas trop gras, trop sucré et trop salé», comme dans Canal J.» (Alfred, 9 ans)

«Je l'ai aussi appris à la télé parce qu'ils le mettent souvent: «Pour être en forme, tu dois manger 5 fruits et légumes par jour».» (Olga, 9 ans)

Les exemples diffusés par les médias ne laissent pas de place à la diversité. C'est un style de vie sain et idéal qui est mis en avant. Il s'agit toujours de personnes musclées, belles et athlétiques. Une norme de santé est promue qui pourrait engendrer l'exclusion des individus qui ne s'y conforment pas (Vieille Marchiset, 2010, p. 105). Ces critères physiques peuvent-ils engendrer des complexes?

«Je pense que ça a un impact assez fort. Et surtout, être comme tout le monde, être dans la norme, euh c'est ça qui est, je pense que c'est... c'est assez violent.»

(Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

«Il y a beaucoup de filles, même si c'est encore tôt, qui déjà à cet âge-là elles ont un problème parce que justement elles sont un peu plus en surpoids que les autres ou bien elles sont différentes par rapport aux autres.»

(Marta, 29 ans, animatrice de danse hip-hop)

Cette problématisation du poids est apparue dans le discours des jeunes qui associent le fait d'être gros à la méforme et à un phénomène hors norme:

«(Être en forme) Cela veut dire ne pas avoir de maladie, être normal, pas être gros.» (Chiara, 9 ans)

«Ils sont... très gras et gros (les gens qui ne sont pas en forme).» (Paola, 9 ans)

En conclusion, si les médias peuvent avoir un impact positif en incitant les jeunes à pratiquer un sport (par l'effet du champion modèle), ou une activité physique (par le biais des programmes de santé), nous avons observé que les conseils dispensés autour de la prévention du surpoids et de l'obésité ont des effets pervers. Ils induisent des formes de culpabilisation et de discrimination envers les jeunes qui ne parviennent pas à suivre la norme d'un corps en forme (cf. un garçon de Villars-Vert (en surpoids) que d'autres garçons n'ont pas laissé jouer au football parce qu'il n'était selon eux pas capable de «tenir le rythme du match»).

Des risques d'orthorexie pourraient aussi être rapportés à des formes d'effets secondaires et involontaires de l'injonction à la bonne santé:

«Ah oui, oui je vais tous les jours le matin, jamais le soir. Je regarde combien de kilos je pèse.» (Alja, 9 ans)

«Oui (je me pèse), mais pas souvent parce que mes parents ils aiment pas. Parce que des fois quand je me trouve grosse, mes parents ils me disent que je suis pas grosse, que je devrais plutôt grossir et des fois ils ont pas envie que je me regarde parce qu'ils ont peur que en fait je me trouve mal dans mon corps.» (Olga, 9 ans)

En dernier lieu, nous entendons discuter par rapport aux données récoltées dans les quartiers populaires, dans quelle mesure les activités physiques et sportives sont tantôt facteurs d'intégration, tantôt d'exclusion.

## **6.5 Les activités physiques: facteur d'intégration ou risque d'exclusion?**

Bien que les activités physiques et sportives soient souvent considérées comme un outil sans faille d'intégration sociale, nous avons relevé dans nos observations qu'elles peuvent également être une source d'exclusion. Quels sont les différents freins à l'intégration par le sport et à la pratique durable d'une activité physique? Dans un premier temps, nous discutons sous l'angle du sport de compétition, puis par le biais des pratiques plus informelles.

### **6.5.1 Sport de compétition et risque d'exclusion**

Le sport de compétition peut être envisagé comme une voie de réussite parallèle, à l'instar d'un Zinedine Zidane issu d'un quartier populaire et qui est devenu une star planétaire. Cependant, la réussite d'un nombre restreint de vedettes sportives cache l'échec de tous les autres. Le sport de compétition tend à une sélection dès le plus jeune âge et, de ce fait, laisse de côté les jeunes moins performants.

«Euh ... ben déjà on est à Sion (FC Sion), donc c'est assez trié, on dira.»

(Sylvain 22 ans, entraîneur de foot)

La recherche permanente de résultats passe par la répétition d'exercices similaires pour se rapprocher d'un idéal et peut engendrer de la frustration chez le jeune et le pousser à abandonner la discipline.

«Moi aussi, j'avais marre là. Aux agrès, quand j'avais 8 ans, on devait courir 8 minutes, ceux qui avaient 10 ans, 10 minutes, ceux qui avaient 9 ans ils devaient faire 9 minutes et ceux qui avaient 8 ans ils devaient faire 8 minutes de course. On faisait toujours ça.» (Alicia, 9 ans)

«J'en avais marre de faire tout le temps la même chose, parce que à Gland déjà, quand on faisait le tennis, eh ben on répétait déjà au moins 3 ans la même chose. Alors, j'en avais marre.» (Lise, 8 ans)

Les jeunes ont donc parlé de la lassitude liée à des exercices répétitifs. Un autre risque dans les clubs de sport est lié aux objectifs des professionnels qui s'occupent de ces structures et qui sont centrés sur la compétition. De ce fait, «leur stratégie de recrutement risque de s'inspirer davantage de la détection de talents que du travail social» (Irlinger, 1993, p. 139). Le sens donné au sport dépend énormément de l'implication des personnes de terrain. Comme l'explique un psychologue du sport que nous avons interviewé:

«Donc, on a des clubs, on a des équipes, on a des teams qui sont orientés complètement compétition et pour lesquels ces éléments-là (d'intégration) ne jouent pas de rôle. Donc, quand les politiciens parlent de ces bienfaits-là (bienfaits intégrateurs), en fait, c'est un vœu pieu, mais c'est dans les clubs que l'on donne cette connotation ou pas à l'activité.» (Marc, 58 ans, psychologue du sport)

De plus, le sport de compétition en club demande un grand investissement de la part des familles. Que ce soit sur le plan financier, matériel et temporel. Certaines familles ne peuvent pas se permettre de faire pratiquer à leurs enfants le sport de leur choix.

«Moi, j'aime bien faire le karting. Mais mon père, il a pas trop d'argent et ma mère non plus et pis c'est trop cher.» (Téo, 8 ans)

«Moi, j'aimerais aussi faire de la boxe, mais ma mère, elle dit que c'est trop cher. Parce qu'on doit aussi acheter une maison et si on achetait pas cette maison, je pourrais faire de la boxe.» (Bashkim, 9 ans)

La situation sociale des familles de plusieurs jeunes les exclut de certains types de sport:

«Il y a beaucoup d'infrastructures, mais elles sont pas accessibles à la population de ce quartier. Si je prends l'équitation, c'est un sport cher, le tennis, c'est un sport cher, le golf, c'est un sport cher» (Philippe, 55 ans, enseignant primaire)

«Ben là, j'ai un enfant qui est dans une famille où il y a que la maman. C'est le dernier de la famille. Il est un peu défavorisé car la maman ne s'en occupe pas beaucoup. J'ai pu m'arranger pour l'amener aux entraînements d'athlétisme.» (Philippe, 55 ans, enseignant primaire)

Ainsi, le sport de compétition et en club a aussi son versant positif. Il peut remplir son rôle d'intégration pour certains jeunes, les aidant à créer des liens, à se positionner dans la société et à s'affirmer face à des partenaires, comme le relèvent ces professionnels du sport:

«Intégrer un club, principalement intégrer une équipe, c'est une manière d'entrer en contact, c'est une manière de se faire des amis, c'est une manière de développer ses compétences relationnelles aussi.» (Marc, 58 ans, psychologue du sport)

«[...] dans d'autres équipes du FC Sion, c'est, par exemple, un petit gamin qui arrive de l'étranger, qui ne parle pas la langue. Ben, le foot, ça peut être un point de chute entre guillemets pour lui. Parce que s'il sait taper au ballon, il peut se faire des amis et il peut être dans un cercle de personnes qu'il n'aurait pas forcément eu sans le foot et sans le sport, pas forcément le foot en particulier, mais le sport en général.» (Sylvain, 22 ans, entraîneur de football)

Une condition est toutefois posée pour une intégration réussie dans un club axé sur la compétition, à savoir le fait que le jeune démontre une excellence à travers des capacités sportives. Il serait plus difficile de s'intégrer par le sport sans avoir de compétences dans telle ou telle activité. Est-ce également le cas pour des pratiques sportives plus informelles?

### **6.5.2 L'exclusion dans les pratiques informelles**

Par pratiques informelles, nous entendons ici des activités durant lesquelles les jeunes sont moins voire pas du tout encadrés (souvent en extérieur, sur les places de sport) et qui ne sont pas directement liées à l'aspect de compétition que nous pouvons retrouver dans les clubs de sport. L'intégration facilitée par la présence de compétences et de capacités sportives chez un jeune se retrouve également dans ces pratiques qui ne sont pas dirigées vers la compétition. Ainsi dans le cadre de l'éducation physique et sportive l'enseignant explique:

«Ca dépend de l'activité et aussi de leur niveau en sport. C'est plus facile à être intégré si tu as un bon niveau. Donc, si cet élève qui est un peu exclu en dehors il a un bon niveau, ben les autres, ils vont plus l'intégrer. Ils seront contents de l'avoir dans l'équipe. Si en plus il est pas terrible et pis euh... il sera encore moins intégré.» (Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Ainsi, l'absence ou le manque de capacités sportives pourrait être une cause d'exclusion. Lors de nos observations sur les places de jeux et de sport, nous avons remarqué que certains jeunes étaient écartés du jeu parce qu'ils étaient jugés trop faibles par les autres.

Une situation «humiliante» pour les moins doués en sport est le fait d'être acceptés uniquement pour «faire le nombre», c'est-à-dire de pouvoir participer parce que les autres n'ont pas d'autres choix. Ce cas de figure a été remarqué autant à Villars-Vert qu'à Champsec. Sur les places de sport, une hiérarchie se met ainsi en place, ne laissant de chance qu'aux plus habiles et aux plus âgés comme le confirment ces sociologues: «En référence au niveau requis sur les terrains, chaque joueur est accepté ou rejeté en fonction de l'expertise perçue et de l'âge» (Gasparini & Vieille Marchiset, 2008, p. 91). De ce fait, les autres sont relégués au rang d'observateurs, voire même, obligés de se déplacer pour continuer à pratiquer leur activité (idem).

Les adultes ne sont pas là pour réguler la sélection ainsi que l'arbitrage, et les jeunes entre eux ne se ménagent pas.

«Il y a des jeunes qui se trouvaient un peu en difficulté par rapport au groupe parce qu'il n'y avait plus les parents, parce qu'ils devaient faire preuve de plus d'autonomie, parce que dans le groupe eh ben, les jeunes peuvent être assez durs les uns envers les autres, hein.» (Marc, 58 ans, psychologue du sport)

Les filles semblent particulièrement touchées par ce problème d'exclusion dans les activités physiques de nos terrains de recherche. Observons le problème lié au sexe.

### **6.5.3 La relégation des filles**

Nous avons remarqué que les filles étaient majoritairement absentes des places de sport sur nos terrains de recherche ou qu'elles étaient cantonnées à un rôle de spectatrices. Plus on se rapproche de l'adolescence, plus les filles ont tendance à s'éloigner de la pratique sportive, alors que les garçons y voient un moyen de se construire socialement (Davisse, 1999). Les sports pratiqués lors des cours d'éducation physique et sportive ou sur les places de sport sont souvent liés à des valeurs masculines telles que la performance, l'endurance ou l'effort (Mollard, 2007, p. 10). La mise en place de la mixité en cours d'éducation physique a été basée sur le fait de «proposer aux filles ce qui se faisait du côté des garçons et qui - forcément...- était le mieux considéré» (Davisse, 1999, p. 189). Les filles présentent régulièrement un investissement moindre dans les activités physiques et sportives ou tendent même à s'en écarter. Les cas d'abandons de l'activité physique relatés dans nos focus groupes sont essentiellement le fait de jeunes filles, à l'image d'Alicia et de Lise citées précédemment. La théorie de l'habitus de Bourdieu peut éclairer l'absence des jeunes filles dans les pratiques sportives. En effet, garçons et filles ne sont pas socialisés de la même manière. La transmission familiale de valeurs, de normes et de «système de goûts» est liée au milieu social et à une situation de rapport de

genre, ce qui encourage les enfants à adopter une attitude conforme à une différenciation sexuée avec des rôles en accord avec une féminité versus une masculinité stéréotypée. «C'est à l'instar de leurs pères et mères que garçons et filles appréhendent différemment l'univers du sport» (Louveau, 1993, p. 77).

En sus, les modèles transmis par les médias sont genrés, à savoir différents pour les femmes et les hommes avec un rapport de domination masculine envers les femmes. Alors que l'homme modèle est musclé, dynamique et fort, la femme modèle est plus douce, passive (faible) et esthétique. Cela confine alors les jeunes filles dans des activités dites féminines qui sont en corrélation avec l'image type de la femme dans des rôles secondaires de service, de retrait, d'admiratrice, etc.

Les centres d'animation de quartier tentent de proposer des activités plus artistiques pour attirer les jeunes filles.

«On a aussi fait pas mal de travail avec les filles. Parce que souvent les filles, un moment donné, on les voit plus, elles viennent plus et après, on s'est rendu compte qu'on les voyait plus à ce moment-là. Par contre, dans les cours de danse hip-hop, elles sont là.» (Sophie, 51 ans, responsable d'association de quartier)

Ce type d'activité a pour effet bénéfique d'attirer les filles vers la pratique physique, mais «viser la culture commune et la mixité suppose alors de ne pas «réservé» la danse aux filles, de penser plutôt «les» danses dans leur diversité avec des entrées plus favorables au masculin» (Davoise, 1999, p. 194). En effet, le fait d'observer une distinction entre activités pour garçons et activités pour filles ne fait qu'accentuer la mise à l'écart de ces dernières. Elles pourront s'épanouir dans une activité «spécifiquement» féminine, mais en dehors de cette activité, dans le quartier, le sport est dominé par les garçons et elles y trouveront difficilement leur place.

«Les autres activités sont ouvertes à tout le monde, garçons et filles. Il y a beaucoup de garçons qui vont et qui prennent énormément de place, qui font un peu leur loi. Alors du coup, les filles elles se sentent un peu mises de côté, pis elles vont plus.» (Marta, 29 ans, animatrice de danse hip-hop)

Pour conclure, nous émettons l'hypothèse qu'une domination masculine, présente dans les familles des classes populaires, se renouvellerait au niveau des pratiques sportives et serait une explication quant à la baisse de fréquentation des places de sport par les filles.

## **7 Conclusion**

Commençons par rappeler nos trois hypothèses, à savoir 1) La pratique d'une activité physique ou sportive par les jeunes dans les quartiers populaires dépend de la qualité de l'aménagement environnemental et des infrastructures sportives et de loisirs mises à disposition; 2) Les jeunes de quartier ont des attentes particulières concernant la pratique d'activités physiques et sportives. Ils s'adonnent aux loisirs sportifs afin d'en retirer du plaisir; de la reconnaissance et de la valorisation; de la sociabilité entre pairs ou encore des bénéfices liés à la santé. 3) La pratique d'activités physiques et sportives parmi les jeunes de quartiers populaires est orientée par différents facteurs: (la famille; l'école; le club de sport, les associations de quartier; les médias et les programmes de promotion de santé publique). En émettant ses hypothèses, nous avons observé les pratiques physiques et sportives réelles sur le terrain et la place qu'occupe l'activité physique dans des «quartiers populaires» de Suisse.

Il en découle de façon claire et évidente que, pour que les activités physiques et sportives soient des vecteurs positifs de lien social et de santé, des moyens doivent être donnés au travers des aménagements environnementaux dans les quartiers (espace de jeux, lieu de promenade et de détente) ainsi que des investissements infrastructurels (salle de sport aux normes). Les données récoltées et analysées lors de ce travail nous autorisent à écrire que ces mesures d'ordre matériel permettent non seulement de promouvoir et d'encourager les loisirs actifs auprès des jeunes, mais également de favoriser la rencontre des individus, la découverte de l'autre et de ce fait la création de liens sociaux bénéfiques au développement social et mental des jeunes de quartiers populaires. Les places de sport, les aménagements de quartier, le matériel prêté aux jeunes ou mis à disposition de ces derniers sont donc des éléments essentiels qui permettent de soutenir l'engagement dans des activités physiques et sportives, afin de répondre à des attentes diversifiées susceptibles de favoriser l'intégration des jeunes à un groupe de pairs.

Les influences qui s'opèrent sur les jeunes par rapport à l'activité physique peuvent être contradictoires, spécialement entre le sport de compétition pratiqué en club et l'activité physique telle qu'elle est perçue par les associations de quartier.

L'image idéale véhiculée par les médias, comme par les programmes de promotion de la santé, est parfois en opposition avec les réalités rencontrées sur le terrain. Les contradictions et les oppositions relevées entre les messages des différentes sources d'influence peuvent engendrer des effets pervers tels que la stigmatisation et l'exclusion de certains individus.

Comme démontré lors de nos analyses, les quatre types d'attentes des jeunes par rapport aux activités physiques énoncés au début de notre étude à savoir: le plaisir; la reconnaissance et la valorisation; la sociabilité entre pairs; les bénéfices liés à la santé, se sont vérifiées, à l'exception de celle liée à la santé. En effet, cette dernière correspond plus à une préoccupation propre aux adultes et aux programmes de promotion de la santé. Nous pouvons affirmer qu'à cet âge-là les jeunes ne considèrent pas la santé comme un objectif principal lié à l'activité physique. Néanmoins, ils ont des activités salutaires sans véritablement s'en rendre compte et sans le vouloir expressément (cf. pratique d'activités physiques informelles en extérieur).

Les jeunes de cet échantillon relativisent donc les données alarmistes diffusées par les médias concernant la pandémie de surpoids et concernant une population de quartier populaire peu active et en mauvaise santé. L'échantillon analysé est en effet relativement actif et a des pratiques salutaires particulièrement en rapport avec le goût pour aller «jouer dehors» et pour «prendre l'air».



## **8 Discussion**

Nous procédons à présent à une réflexion critique sur notre travail. Pour cela nous abordons différents points tels que, les points fort et les limites de notre recherche; les perspectives de recherche et les propositions de diverses recommandations.

### **8.1 Points forts et limites du travail**

Cette partie inclut les différents points qui ont eu une incidence favorable ou non concernant notre recherche.

La manière de récolter le matériel d'analyse, ainsi que le temps passé avec les protagonistes de notre étude lors des interviews ont permis d'obtenir une représentation relativement objective et réaliste de la place de l'activité physique dans la vie des jeunes interrogés. La qualité et la quantité des informations recueillies ont constitué un avantage indéniable lors de l'analyse de nos résultats et ont permis de faire ressortir des tendances concrètes qui ont été mises en valeur au moyen d'un choix d'extraits ethnographiques.

Par la spécificité du terrain étudié, nous avons traité un sujet dont le thème est novateur en Suisse (de même que dans les pays européens proches). Cette recherche a donc permis d'obtenir des connaissances nouvelles au sujet de la place que l'activité physique occupe dans les quartiers populaires de Suisse.

La connaissance de la situation sur d'autres terrains de recherche européens (grâce au programme de recherche APSAPA) a donné l'occasion de mettre en perspectives les résultats obtenus dans nos quartiers, ce qui a fait ressortir des éléments qui nous semblaient être des évidences, mais qui n'étaient pas si anodins à la vue des découvertes faites dans d'autres lieux d'investigation.

Cependant, il faut être conscient que ce type de recherche comprend certaines limites. Le fait d'avoir rencontré les élèves en milieu scolaire a pu parfois induire, voire biaiser leurs affirmations. En effet, ils recherchaient peut-être la réponse scolaire adéquate, le terme appris et connu, comme on le fait à l'école lors de la récitation d'une leçon malgré le fait que nous ayons tenté de diminuer les biais.

Le nombre d'élèves interrogés aurait pu être supérieur, et nous aurions obtenu ainsi une représentation plus étendue de la réalité. Les contraintes organisationnelles au sein d'un établissement scolaire ne nous l'ont pas permis.

Nous aurions pu élargir notre enquête en prenant contact avec les parents des jeunes interrogés, afin de mieux comprendre l'impact des influences familiales sur les habitudes de pratique des jeunes.

Comme nous n'avons pas eu contact avec les jeunes avant les focus groupes, nous n'avons pas eu d'influence sur la motivation de ces derniers à participer à notre enquête. Nous avons par contre remarqué que le niveau d'enthousiasme était surtout dépendant de la manière dont notre recherche était présentée par le corps professoral.

En dernier lieu, l'objectivité nécessaire à ce type de recherche (bien que fortement souhaitée de notre part), a été parfois difficile à respecter tant l'activité physique et le sport sont essentiels à notre bien-être personnel.

## **8.2 Perspectives de recherche**

Au vu des résultats obtenus dans notre travail, il est intéressant de se questionner sur les possibilités de recherches futures. Quels éléments supplémentaires pourraient être pris en compte pour développer l'étude de ce sujet?

Nous nous sommes rendu compte de la réalité du terrain concernant les activités physiques et sportives dans les quartiers populaires suisses. Nous pensons qu'un point intéressant de développement serait de pouvoir entrer en contact avec les parents et même les grands-parents afin de mieux cerner le mécanisme de transmission des habitudes concernant les loisirs au sein de la famille et l'impact que cela pourrait avoir sur la pratique des jeunes en société.

Nous sommes d'avis qu'élargir cette recherche à un nombre de quartiers suisses plus conséquent serait opportun afin d'obtenir une meilleure représentation d'ensemble de la situation dans notre pays.

La particularité de la Suisse est de regrouper différentes régions culturelles distinctes au sein d'un même pays. Il serait intéressant d'analyser si l'activité physique et sportive des jeunes diffère selon ces différentes régions culturelles et linguistiques. Cela permettrait, le cas échéant, d'élaborer des programmes globaux ou, au contraire, spécifiques aux terrains de recherche.

Il conviendrait de s'intéresser plus en détail aux problèmes que semblent rencontrer les jeunes filles en ce qui concerne l'investissement dans une pratique sportive durable. Pourquoi sont-elles moins présentes que les jeunes garçons sur les terrains de sport dans les quartiers? Quels sont les obstacles qui les empêchent de pratiquer autant d'activités physiques que leurs homologues masculins? Quelles sont les possibilités pour favoriser leur engagement dans des loisirs actifs? Toutes ces questions mériteraient un

approfondissement clair en ciblant les rapports de sexe et la perspective du genre lors de futures recherches concernant l'activité physique et sportive.

Nous avons observé que les jeunes ne pratiquent pas une activité physique avec l'amélioration de la santé comme objectif principal. Cependant, les pratiques salutaires sont nombreuses dans nos terrains de recherche (temps passé à pratiquer un loisir actif en extérieur, mobilité active, enthousiasme quant à l'activité physique etc.). Les jeunes rencontrés étaient en majorité en bonne forme physique et mentale. Cela va à l'encontre des informations relayées par les médias qui lient les milieux populaires et défavorisés à des styles de vie «malsains» et aux problèmes de sédentarité et de surpoids.

Cette constatation pose la question de la pertinence des messages envoyés et transmis par les programmes de promotion de la santé. Sont-ils adaptés à une population jeune de quartiers populaires?

Les différentes questions en rapport à l'activité physique et sportive dans les milieux défavorisés méritent d'être approfondies et restent pour le moment très peu investiguées en Suisse.

### **8.3 Propositions de diverses recommandations**

Sur nos deux terrains de recherche, la promotion du sport et de l'activité physique est présente. Nous avons pu voir que des actions sont mises en place pour favoriser un mode de vie sain (camps de sport, organisation de la récréation, sport scolaire facultatif, implantation des associations de quartier etc.). Cependant, nous pensons que pour augmenter l'efficacité de ces dispositifs, une meilleure collaboration entre tous les acteurs du quartier est essentielle. Cela permettrait de traiter au mieux les besoins des jeunes par une meilleure vue d'ensemble des offres existantes. Nous avons en effet remarqué que les différentes institutions (écoles, associations de quartier, sport scolaire, clubs) ne collaboraient pas forcément entre elles, ce qui peut péjorer la qualité des offres présentées ainsi que leur visibilité auprès des jeunes. Mettre en place un coordinateur qui aurait comme tâche de regrouper les activités proposées et de travailler en lien avec tous les acteurs de terrain serait une possibilité intéressante pour améliorer encore l'impact des différentes actions déjà entreprises.

«Je sais pas l'animation (à Villars-Vert), s'ils le font de cette manière-là, j'en ai aucune idée. Mais comme je le dis: on est... on travaille peu ensemble et pis c'est... ça c'est un petit peu dommage»

(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

«Oui, mais alors là je suis, je suis assez critique dans le sens où euh... comment dire. La commune fait beaucoup, mais elle centralise pas du tout les offres et ça c'est quelque chose qui est vraiment dommage.»

(Roger, 50 ans, enseignant d'éducation physique primaire)

Dans le quartier de Champsec, la construction d'une salle de sport permettrait d'améliorer notablement le développement d'offres de qualité et de proximité qui viendraient compléter les possibilités déjà présentes. Cela aurait sans doute un effet bénéfique quant à la participation des jeunes à une activité physique et sportive. A Villars-Vert une meilleure diversification des terrains de sport extérieurs permettrait d'attirer encore un plus grand nombre de jeunes sur ces places.

Mettre sur pied des actions de sensibilisation destinées aux parents concernant l'activité physique et la nutrition nous semble être un aspect primordial. En effet, comme nous avons pu le constater, le mode de vie familiale a une grande influence sur les habitudes de vie des jeunes. Sans l'aide et l'appui des parents, il est difficile de faire adopter à un jeune des attitudes saines. C'est pour cela qu'il nous semble important d'intégrer les familles au processus général de prévention.

Il faut cependant faire extrêmement attention à ne pas stigmatiser une tranche de la population dans les messages délivrés. En effet, si des individus se sentent pointés du doigt ou mis à l'écart par certaines recommandations, un désengagement peut suivre et se faire ressentir et nous obtiendrions alors l'effet inverse à celui escompté.

«[...] il y a des messages à faire passer. Mais c'est pas moralisateur, c'est très général et c'est des concepts que toutes les cultures peuvent entendre. On est pas en train de cibler en disant: il faut faire ci et ça, non, nous on est... Tous les piliers peuvent être partagés par tout le monde et ça fait une culture commune.»

(Christian, 56 ans, médiateur scolaire)

Il faut parvenir à trouver un juste milieu entre action de terrain et prévention théorique afin que tout le monde se trouve concerné par l'importance à accorder à l'activité physique dans les quartiers.

Nous sommes, en effet, d'avis qu'une prise de conscience collective, par rapport aux bienfaits que peut apporter la pratique de loisirs actifs chez les jeunes, est un des éléments qui permettra de traiter au mieux les problèmes d'exclusion et de santé.

# **Bibliographie**

## **Littérature scientifique:**

### **Sociologie et méthodologie générale**

Baillet, G. D. (2001). *Les Grands thèmes de la sociologie du sport*. Paris: L'Harmattan.

B. Miles, M. & Huberman, M. (1994). *Qualitative Data Analysis, an expanded Sourcebook* (2e éd.) traduit par M. Hlady Ristal. Paris: De Boeck.

Duchesne, S. & Haegel, F. (2004). *L'enquête et ses méthodes L'entretien collectif*. Evreux: Nathan.

Gay, T. (2006). *L'indispensable de la sociologie*. (2<sup>e</sup> éd.) Levallois-Perret: Studyrama.

Martial, A. & Segalen, M. (2013). *Sociologie de la famille* (Ed. 8). Paris: Armand Colin.

Paillé, P. (1996). in Mucchielli, A. *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*. Paris: Armand Collin.

Van Haecht, A. (2006). *L'école à l'épreuve de la sociologie: Question à la sociologie de l'éducation*. (3<sup>ème</sup> Edition). Buxelles: De Boeck.

### **Bibliographie spécialisée: sport, santé, intégration et milieux populaires**

Bayeux, P. (2010). De nouvelles solidarités par le sport: enjeux et perspectives. In Vieille Marchiset, G. & Cometti, A. *Propos introductifs*. (pp. 22-27). Bresson: PUS.

Brohm, J-M. (1992). *Sociologie politique du sport*. Nancy: presse universitaire de Nancy.

Brousse, M. (2013). Favoriser l'émergence d'une identité européenne grâce au sport: réalité ou utopie? In Jappert, J. & Landa, S. (dir.). *Se rassembler autour d'un même objectif*. (pp. 75-6). Neuilly-sur-Seine : Sport et citoyenneté.

- Bussard, J.-C. (2007). *L'éducation physique Suisse en quête d'identité (1800-1930)* Paris: L'Harmattan.
- Cascua, S. (2008). *Le sport est-il bon pour la santé?* Paris: Odile Jacob.
- Comité scientifique de Kino-Québec (2011). *L'activité physique, le sport et les jeunes – Savoir et agir*. Québec: Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport
- Costill, L. D. & Wilmore, J.H. (2002). *Physiologie du sport et de l'exercice physique adaptation physiologique à l'exercice physique*. Traduit par Delamarche, A. & Delamarche, P. Paris, Bruxelles: De Boeck.
- Devillard, O. (2000). *La dynamique des équipes*. Paris: Edition d'Organisation.
- Dunning, E. & Elias, N. (1986). *Sport et civilisation: La violence maîtrisée*. Paris: Fayard.
- Ehrenberg, A. (1991). *Le culte de la performance*. Paris: Calmann Levy.
- Fleuriel, S. & Schotté, M. (2008). *Sportifs en danger: La condition des travailleurs sportifs*. Bellecombe-en-Bauges: Editions du Croquant.
- Fisher, A.; Lamprecht, M. & Stamm, H (2008). *Sport Suisse 2008: rapport sur les enfants et les adolescents*. Macolin: OFSPO.
- Gasparini, W. (2005). Intégration par le sport: représentations et réalités. In M. Falcoz et M. Koebel (dir.), *Les contradictions de l'intégration par le sport* (pp. 243-260). Paris: l'Harmattan.
- Gasparini, W. (2010). Le sport à l'épreuve de la diversité culturelle. In Gasparini, W. & Cometti, A. (dir.). *Dialogue interculturel ou intégration par le sport? Les modèles européens en question*. (pp. 9-21). Strasbourg: Edition du Conseil de l'Europe.
- Gasparini, W. & Vieille Marchiset, G. (2008). *Le sport dans les quartiers*. Paris: Presses Universitaires de France.

- Gasparini, W. & Vieille Marchiset, G. (2010). *Les loisirs sportifs dans les quartiers populaires: modalités de pratiques et rapports au corps*. In *Staps*, 1/2010, n°87 (p.93-107).
- Gastaut, Y. (2004). Cahier Français 320, sport et société. In Tronquoy, P. (dir.). *Les significations et les dimensions sociales du sport. L'intégration par le sport: réalités et illusions*. (pp. 58-63). Paris: La documentation Française.
- Gastaut, Y. (2008). *Le métissage par le foot. L'intégration mais jusqu'où?* Paris: Autrement «Frontières».
- Giboud, C. (2010). De nouvelles solidarités par le sport: enjeux et perspectives. In Vieille Marchiset, G. & Cometti, A. *Les pratiques sportives des jeunes: en marge des collectivités ?* (pp. 51-60) Bresson: PUS.
- Héas, S. (2010). *Discrimination dans les sports contemporains: entre inégalités. Médisances et exclusions*. Nancy: Presses Universitaires de Nancy.
- Ikäheimo, H. (2009). Reconnaissance, identité et intégration sociale. In Lazzeri, C. & Nour, S. *Un besoin humain vital. La reconnaissance comme accès au statut de personne*. (pp. 101-122). Paris: Presses Universitaires de Paris Ouest.
- Irlinger, P. (1993). Du Stade au quartier, le rôle du sport dans l'intégration sociale des jeunes. *Sens de la règle dans le club sportif et dans la cité*. (pp. 133-140). Paris: Syros
- Loucher, J-F. (s.d.). *Naissance du sport moderne. Réflexions historiques anthropologiques et méthodologiques sur les origines et les transformations sociales et culturelles d'un phénomène de civilisation*. (Non publié, support de cours de sociologie du sport d'Aceti, M.).
- Louveau, C. (1993). Du Stade au quartier, le rôle du sport dans l'intégration sociale des jeunes. *Le sport comme moyen d'intégration de modèles sociaux*. (pp. 65-80). Paris: Syros.
- Mollard, M.-C. (2007) *L'éducation physique et sportive: lieu de cristallisation des rapports sociaux de sexe ?* Université de Genève: Certificat de formation continue universitaire.

Montoussé, M. & Renouard, G. (2006). *100 fiches pour comprendre la sociologie*. Paris: Bréal

Mougin-Guillaume, F. (2010). De nouvelles solidarités par le sport: enjeux et perspectives. In Vieille Marchiset, G. & Cometti, A. *Peut-ont prévenir l'obésité par le sport?* (pp. 69-74). Bresson: PUS.

Office fédéral des statistiques [OFS]. (2013). *Enquête suisse sur la santé 2012: Vue d'ensemble*. Neuchâtel: OFS.

Poli, R; Berthoud, J; Busset, T; & Kaya, B. (2012). *Football et intégration. Les clubs de migrants albanais et portugais en Suisse (Vol. 4)*. Berne: Peter Lang.

Pieth, J. (2010). Le sport à l'épreuve de la diversité culturelle. In Gapsrini, W. & Cometti, A. *La politique d'intégration par l'activité physique et le sport: l'exemple de la Suisse* (pp.85-89). Strasbourg: conseil de l'Europe.

Promotion Santé Suisse. (2006). *Stratégie à long terme de Promotion santé Suisse*. Lausanne: Promotion Santé Suisse.

Thomas, R. (1993). *Le sport et les médias*. Paris: Vigot.

Vieille Marchiset, G. (2010). De nouvelles solidarités par le sport: enjeux et perspectives. In Vieille Marchiset, G. & Cometti, A. *De nouvelles perspectives pour une solidarité par le sport*. (pp. 104-110). Bresson: PUS.

Vulbeau, A. (1993). *Du Stade au quartier, le rôle du sport dans l'intégration sociale des jeunes. L'équipe sportive, espace de socialisation*. (pp. 81-89). Paris: Syros.

## **Documents, rapports et sources électroniques**

Assemblée fédérale de la Confédération Suisse. (2011). *Loi fédérale sur l'encouragement du sport et de l'activité physique*. Consulté le 22 septembre 2013. Disponible sur: <http://www.admin.ch/opc/fr/federal-gazette/2011/4543.pdf>



- Boltanski. L (1971). *Les usages sociaux du corps*. In: Annales. Économies, Sociétés, Civilisations. (pp. 205-233) Consulté le 6 janvier 2014. Disponible sur: [http://www.persee.fr/web/revues/home/prescript/article/ahess\\_03952649\\_1971\\_num\\_26\\_1\\_422470](http://www.persee.fr/web/revues/home/prescript/article/ahess_03952649_1971_num_26_1_422470)
- Bourdeau-Lepage, L. (2011). *Repenser la ville*. In Géographie, économie, société 1/2011 (Vol. 13.). (pp.5-10). Consulté le 17 janvier 2014. Disponible sur: <http://www.cairn.info/revue-geographie-economie-societe-2011-1-page-5.htm>
- Bundesamt für Migration. (s.d.). *Statistiques des étrangers à fin août 2013*. Consulté le 9 septembre 2013. Disponible sur: <https://www.bfm.admin.ch/content/dam/data/migration/statistik/auslaenderstatistik/2013/auslaenderstatistik-2013-08-f.pdf>
- Centre Alimentation et Mouvement. (s.d. a). *Les 4 axes d'intervention pour un poids corporel sain – Valais Suisse*. Consulté le 14 septembre 2013. Disponible sur: <http://www.alimentationmouvementvs.ch/sante/axes-intervention.html>
- Centre Alimentation et Mouvement. (s.d. b). *Prévention de la santé alimentaire dans les écoles*. Consulté le 20 décembre 2013. Disponible sur: <http://www.alimentationmouvementvs.ch/sante/ecole.html>
- Centre Alimentation et Mouvement (s.d. c). *Programme de prévention de la santé alimentaire dans les loisirs*. Consulté le 20 décembre 2013. Disponible sur: <http://www.alimentationmouvementvs.ch/sante/loisirs.html>
- Comité International Olympique. (Ed.). (2013). *Charte olympique*. Lausanne: Comité International Olympique. Consulté le 26 septembre 2013. Disponible sur: [http://www.olympic.org/Documents/olympic\\_charter\\_fr.pdf](http://www.olympic.org/Documents/olympic_charter_fr.pdf)
- Commission des Communautés Européennes. (2007). *Livre blanc sur le sport*. Bruxelles Consulté le 23 septembre 2013. Disponible sur: [http://ec.europa.eu/sport/documents/wp\\_on\\_sport\\_fr.pdf](http://ec.europa.eu/sport/documents/wp_on_sport_fr.pdf)

Commission Européenne. (2011). *Communication de la Commission au Parlement Européen, au Conseil, au Comité Economique et Social Européen et au Comité des Régions. Développer la dimension européenne du sport*. Consulté le 22 septembre 2013. Disponible sur: <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2011:0012:FIN:FR:PDF>

Commission Européenne. (2004). *Eurobaromètre spécial: Les citoyens de l'Union européenne et le sport*. Consulté le 10 octobre 2013. Disponible sur: [http://ec.europa.eu/public\\_opinion/archives/ebs/ebs\\_213\\_rapport\\_fr.pdf](http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_213_rapport_fr.pdf)

Commission Fédérale des Etrangers (2006). *La notion d'intégration dans la loi: Guide pratique pour l'application des nouvelles dispositions*. Berne: CFE Consulté le 22 août 2013. Disponible sur [http://www.ekm.admin.ch/content/dam/data/ekm/dokumentation/medien/Leitfaden\\_Integrationsbegriff\\_f.pdf](http://www.ekm.admin.ch/content/dam/data/ekm/dokumentation/medien/Leitfaden_Integrationsbegriff_f.pdf)

Conférence des Directeurs Cantonaux de l'Instruction Publique. [CDIP]. (2005). *Education au mouvement et promotion de l'activité physique à l'école. Déclaration de la CDIP du 28 octobre 2005*. Consulté le 10 octobre 2013. Disponible sur: [http://edudoc.ch/record/30017/files/Erklaerung\\_bew\\_f.pdf](http://edudoc.ch/record/30017/files/Erklaerung_bew_f.pdf)

Conférence des Répondants Cantonaux du Sport. [CRCS]. (2012). *Promotion de l'activité physique: idées et ressources. Une aide pour la mise en œuvre de la déclaration de la CDIP sur l'éducation au mouvement et la promotion de l'activité physique à l'école*. Consulté le 17 septembre 2013. Disponible sur: [http://edudoc.ch/record/39052/files/Bewegung\\_f.pdf](http://edudoc.ch/record/39052/files/Bewegung_f.pdf)

Davisse, A. (1999). «Elles papotent, ils gigotent.» *L'indésirable différence de sexes...*In Ville-Ecole-Intégration, n° 116. (pp. 185-198). Consulté le 16 janvier 2014. Disponible sur: <http://www2.cndp.fr/RevueVEI/davisse116.pdf>

Delay, C.; Frauenfelder, A. & Schultheis, F. (2009). *Les classes populaires aujourd'hui: conditions de travail et modes de vie*. In SCALA Discussion Paper, n°14. Consulté le 18 janvier. Disponible sur: [http://www.unisg.ch/~media/Internet/Content/Dateien/Unisg/Forschung/WorkAgeingAndWelfare/DP\\_Scala\\_200914.ashx](http://www.unisg.ch/~media/Internet/Content/Dateien/Unisg/Forschung/WorkAgeingAndWelfare/DP_Scala_200914.ashx)

Développement durable [DAEC-DD]. (2013). *Portefeuille d'actions durables – Etat de Fribourg*. Consulté le 03 octobre 2013. Disponible sur: [http://www.fr.ch/daec-dd/fr/pub/communes/portefeuille\\_actions\\_durables.htm](http://www.fr.ch/daec-dd/fr/pub/communes/portefeuille_actions_durables.htm)

Esterle-Hedibel, M. (1999). «*Le corps en force ou le corps en forme: le corps et la santé en milieu précarisé*». In *Villes -Ecole- Intégration*, n° 116, (pp. 127-140.). Consulté le 17 janvier 2014. Disponible sur: [http://bernard.lefort.pagesperso-orange.f/documents\\_captures/corps\\_forme\\_corps\\_force.pdf](http://bernard.lefort.pagesperso-orange.f/documents_captures/corps_forme_corps_force.pdf)

Etat de Fribourg. Service de la statistique (SStat). (s.d.) *Statistique Fribourg*. Consulté le 15 novembre 2013. Disponible sur: [http://appl.fr.ch/stat\\_statonline/portrait/etape2.asp?Reference=156](http://appl.fr.ch/stat_statonline/portrait/etape2.asp?Reference=156)

Feusisberg Visentini, D. (2012, 10 Septembre). Je suis aussi Albanais mais je dois tout à la Suisse. *La tribune de Genève*. Consulté le 09 septembre 2013. Disponible sur: <http://www.tdg.ch/sports/football/Behrami-Je-suis-aussi-Albanais-mais-je-dois-tout-a-la-Suisse/story/19428286>

Gérard, B. (2011). *L'évolution de la mixité sociale, enjeu du renouvellement urbain des grands ensembles d'habitation de l'agglomération strasbourgeoise*. In *Géographie, économie, société* 1/2011 (Vol. 13.). (pp. 69-92). Consulté le 17 janvier 2014. Disponible sur: [http://www.cairn.info/resume.php?ID\\_ARTICLE=GES\\_131\\_0069](http://www.cairn.info/resume.php?ID_ARTICLE=GES_131_0069)

Grand Conseil du canton de Fribourg. (2010). *Loi sur le sport (LSport)*. Consulté le 14 septembre 2013. Disponible sur: <http://bdlf.fr.ch/frontend/versions/1975?locale=fr>

Grand Conseil du canton du Valais. (2012). *Loi sur le sport*. Consulté le 14 septembre 2013. Disponible sur: [http://www.vs.ch/Data/vos/docs/2012/10/2012.09\\_Loi%20sur%20le%20sport\\_2\\_LOI\\_GC.pdf?Language=fr](http://www.vs.ch/Data/vos/docs/2012/10/2012.09_Loi%20sur%20le%20sport_2_LOI_GC.pdf?Language=fr)

Les Verts Villars-sur-Glâne. (s.d.). *Itinéraires sécurisés pour les piétons et les cyclistes*. Consulté le 03 Novembre 2013. Disponible sur: <http://www.verts-vsg.ch/archives/communales-2011/8-objectifs/article/itineraires-securises-pour-les>

Mabillard, V. (2012) *Le sport: un facteur d'intégration ou d'exclusion sociale?*

Consulté le 12 septembre 2013. Disponible sur: <http://sportdiplomacy.files.wordpress.com/2012/10/sport-intc3a9gration-fr.pdf>

Office Fédéral de la Santé Publique [OFSP]. (s.d. a). *Définition «L'activité physique»*. Consulté le 18 septembre 2013. Disponible sur: [http://www.bag.admin.ch/themen/ernaehrung\\_bewegung/11660/11661/index.html?lang=fr](http://www.bag.admin.ch/themen/ernaehrung_bewegung/11660/11661/index.html?lang=fr)

Office fédéral de la santé publique [OFSP]. (s.d. a). *Définition de la santé publique*. Consulté le 22 septembre 2013. Disponible sur: [http://www.bag.admin.ch/themen/ernaehrung\\_bewegung/11660/11661/index.html?lang=fr](http://www.bag.admin.ch/themen/ernaehrung_bewegung/11660/11661/index.html?lang=fr)

OFSP. (s.d. b). *Office fédéral de la santé publique – Vision et objectifs*. Consulté le 02 octobre 2013. Disponible sur: [http://www.bag.admin.ch/themen/ernaehrung\\_bewegung/13227/13228/index.html?lang=fr](http://www.bag.admin.ch/themen/ernaehrung_bewegung/13227/13228/index.html?lang=fr)

Office Fédéral du Sport [OFSP]. (Ed.). (2007). *Concept du conseil fédéral pour une politique du sport en Suisse. Rapport sur les mesures d'application de 2003 à 2006*. Macolin: Office Fédéral du Sport. Consulté le 23 octobre 2013. Disponible sur: [http://www.baspo.admin.ch/internet/baspo/fr/home/themen/politik/fruehere\\_dossiers/spoko.parsys.0004.downloadList.75113.DownloadFile.tmp/2010906spokof.pdf](http://www.baspo.admin.ch/internet/baspo/fr/home/themen/politik/fruehere_dossiers/spoko.parsys.0004.downloadList.75113.DownloadFile.tmp/2010906spokof.pdf)

OFSP. (s.d. a). *Diversité culturelle dans le sport*. Consulté le 19 septembre 2013. Disponible sur: [http://www.jugendundsport.ch/internet/js/fr/home/schwerpunkte/integration/kulturelle\\_vielfalt\\_im\\_sport.html](http://www.jugendundsport.ch/internet/js/fr/home/schwerpunkte/integration/kulturelle_vielfalt_im_sport.html)

OFSP. (s.d. b). *Sport et intégration*. Consulté le 17 septembre 2013. Disponible sur: <http://www.baspo.admin.ch/internet/baspo/fr/home/themen/foerderung/breitensport/integration.html>

Organisation des Nations Unies [ONU]. (s.d.). *Final report: International year of sport and physical education 2005*. Consulté le 10 septembre 2013. Disponible sur: [http://www.un.org/sport2005/a\\_year/IYSPE\\_Report\\_FINAL.pdf](http://www.un.org/sport2005/a_year/IYSPE_Report_FINAL.pdf)

ONU. (2009). *L'Assemblée générale proclame 2010 Année de la jeunesse*. Consulté le 25 septembre 2013. Disponible sur: <http://www.un.org/News/fr-press/docs/2009/AG10906.doc.htm>

Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture. [UNESCO]. (s.d.). *Charte européenne du sport: Education physique et sport*. Consulté le 23 septembre 2013. Disponible sur: [http://portal.unesco.org/education/fr/ev.php-URL\\_ID=2221&URL\\_DO=DO\\_TOPIC&URL\\_SECTION=201.html](http://portal.unesco.org/education/fr/ev.php-URL_ID=2221&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html)

Organisation mondiale de la santé [OMS]. (2013a). *Activité physique*. Consulté le 01 octobre 2013. Disponible sur: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/fr/>

OMS. (2013b). *Activité physique pour les jeunes*. Consulté le 01 octobre 2013. Disponible sur: [http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_young\\_people/fr/index.html](http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_young_people/fr/index.html)

OMS. (2013c). *La santé mentale: renforcer notre action*. Consulté le 01 octobre 2013. Disponible sur: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/fr/>

OMS. (2013d). *Quelles sont les causes de surpoids et de l'obésité chez les jeunes?* Consulté le 23 septembre 2013. Disponible sur: [http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood\\_why/fr/index.html](http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_why/fr/index.html)

OMS. (2013e). *Questions-réponses*. Consulté le 25 septembre 2013. Disponible sur: <http://www.who.int/suggestions/faq/fr/>

OMS. (2013f). *Stratégie mondiale pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé. Activité physique*. Consulté le 18 septembre 2013. Disponible sur: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/fr/>

Paillé, P. (1994). L'analyse par théorisation ancrée. *Cahier de recherche sociologique*, 23, 147-181. Consulté le 03 août 2013. Disponible sur: <http://www.erudit.org/revue/crs/1994/v/n23/1002253ar.pdf>

Robert, R. (2012). *Le culte de la performance. Lecture d'Alain Ehrenberg*. Consulté le 27 février 2014. Disponible sur: <http://laligue.org/wp-content/uploads/2012/06/13.-Alain-Ehrenberg3.pdf>

Service de la santé publique [SSP]. (2013). *SSP : Etude des besoins migration et santé – Etat de Fribourg*. Consulté le 29 septembre 2013. Disponible sur: [http://www.fr.ch/ssp/fr/pub/prevention/projets/etude\\_des\\_besoins\\_migration\\_et.htm](http://www.fr.ch/ssp/fr/pub/prevention/projets/etude_des_besoins_migration_et.htm)

Rywalski, A. & Vallat, P. (2011). *Plan d'action de promotion de la santé et de prévention 2011-2015*. Fribourg: Etat de Fribourg. Consulté le 14 novembre 2013. Disponible sur: [http://appl.fr.ch/friactu\\_inter/handler.ashx?fid=5142](http://appl.fr.ch/friactu_inter/handler.ashx?fid=5142)

Schwartz, O. (2011). *Peut-on parler des classes populaires?* Consulté le 17 janvier 2014. Disponible sur: <http://www.laviedesidees.fr/Peut-on-parler-des-classes.html>

Service des sports, de la jeunesse et des loisirs. (2013). *Installations sportives Agorespaces, quartier Platta, Uvrier, Champsec, Châteauneuf*. Consulté le 3 novembre 2013. Disponible sur: <http://www.sion.ch/particuliers/vieprivee/sports-loisirs/agorespaces.xhtml>

Service du sport [SSpo]. (2013a). *SSpo: Mission-Etat de Fribourg*. Consulté le 22 septembre 2013. Disponible sur: <http://www.fr.ch/sspo/fr/pub/presentation/mission.htm>

SSpo. (2013b). *SSpo: Prestations-Etat de Fribourg*. Consulté le 22 septembre 2013. Disponible sur: <http://www.fr.ch/sspo/fr/pub/presentation/prestations.htm>

SSpo. (2013c). *SSpo: Sport scolaire-Etat de Fribourg*. Consulté le 22 septembre 2013. Disponible sur: [http://www.fr.ch/sspo/fr/pub/sport\\_ecole.htm](http://www.fr.ch/sspo/fr/pub/sport_ecole.htm)

Sion.ch (s.d.). *Habitat à Sion- descriptif des quartiers de Sion*. Consulté le 10 octobre 2013. Disponible sur: <http://www.sion.ch/entreprise/vivre-a-sion/la-vie-a-sion/habitat-sion.xhtml>

Vaquin, D. (2013, 16 Avril). Un nouvel atout pour Champsec. *Le Nouvelliste*. Consulté le 18 août 2013. Disponible sur: <http://www.sion.ch/pdf/migros.pdf>

Ville de Sion. (2008). *Politique sportive: service des sports, de la jeunesse et des loisirs*. Consulté le 22 septembre 2013. Disponible sur: [http://www.sion.ch/pdf/sports\\_politique-sportive.pdf](http://www.sion.ch/pdf/sports_politique-sportive.pdf)

Ville de Sion (2013). *Statistiques de la Ville de Sion 2012* Consulté le 18 août 2013.  
Disponible sur: [http://www.sion.ch/pdf/admin\\_cahier-statistiques-2012.pdf](http://www.sion.ch/pdf/admin_cahier-statistiques-2012.pdf)

Wahnich, S. (2006) *Enquêtes quantitatives et qualitatives observation ethnographique. Trois méthodes d'approche des publics*. Consulté le 23 septembre 2013. Disponible sur:  
<http://bbf.enssib.fr/consulter/bbf-2006-06-0008-002>

## **Annexes**

- Annexe A: Autorisation de mener une enquête délivrée par la Direction de l'Instruction publique de la Culture et du Sport (DICS).
- Annexe B: Lettre écrite aux parents des jeunes interrogés à Champsec.
- Annexe C: Lettre écrite aux parents des jeunes interrogés à Villars-Vert.
- Annexe D: Grille d'entretien pour les focus groupes.
- Annexe E: Questionnaire sur la situation familiale des enfants.
- Annexe F: Grilles d'entretien en fonction des intervenants.
- Annexe G: Retranscription d'un entretien semi-directif et d'un focus groupe à titre d'exemple.
- Annexe H: Extraits du journal de terrain.
- .



# Annexe A: Autorisation de mener une enquête délivrée par la Direction de l'Instruction publique de la Culture et du Sport (DICS)



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

Service de l'enseignement obligatoire de langue française  
Rue de l'Hôpital 1, 1701 Fribourg

Madame  
Monica Aceti  
Rue du Casino 14  
1063 Chapelle-sur-Moudon

Service de l'enseignement obligatoire de langue  
française SEenOF  
Amt für französischsprachigen obligatorischen  
Unterricht FOA

Rue de l'Hôpital 1, 1701 Fribourg

T +41 26 305 12 27, F +41 26 305 12 24  
www.fr.ch/senof

Réf: 1003/DP/lc/425  
Courriel: senof@fr.ch

Fribourg, le 26 août 2013

## Demande d'autorisation pour mener une enquête

Madame,

Votre requête concernant une demande d'autorisation pour mener une enquête portant sur les activités physiques et la promotion de la santé m'est bien parvenue et a retenu ma meilleure attention.

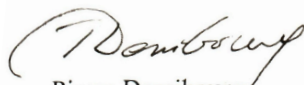
Après analyse de votre dossier, j'ai le plaisir de vous annoncer que je vous autorise à effectuer cette étude auprès de 30 élèves de 8-10 ans dans les classes de 3P-4P de l'école de Villars-Vert à Villars-sur-Glâne. Pour l'organisation de votre recherche, je vous prie de bien vouloir prendre contact avec M. Dominique Bugnon, inspecteur scolaire, puis avec Mme Marie-Stéphanie Hamm, responsable d'établissement.

Le Bureau santé à l'école et le comité de pilotage ad hoc vous seraient reconnaissants de bien vouloir leur transmettre les résultats de votre enquête, par le canal de M. François Bourqui, dans la perspective de coordonner au mieux les actions futures que vous envisagez avec les priorités actuelles de l'école fribourgeoise dans ce domaine précis.

Je vous demande enfin de veiller au strict respect des directives et des instructions concernant la communication de données personnelles et vous exhorte de prendre note de ces dernières en les appliquant intégralement.

—  
Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport **DICS**  
Direktion für Erziehung, Kultur und Sport **EKSD**

En espérant avoir répondu à votre attente, veuillez agréer, Madame, mes salutations distinguées.

  
Pierre Dessibourg  
Chef de service adjoint

Annexes mentionnées

Copies pour information par courriel

—  
M. Dominique Bugnon, inspecteur des écoles du 4<sup>ème</sup> arrondissement - [dominique.bugnon.sins@fr.ch](mailto:dominique.bugnon.sins@fr.ch) - 026/305.73.84  
M. François Bourqui et le comité de pilotage, pour le bureau santé à l'école - [francois.bourqui@fr.ch](mailto:francois.bourqui@fr.ch)  
M. Jean-Marc Aebischer, collaborateur pédagogique au Service du sport  
Mme Marie-Stéphanie Hamm-Dubey, responsable d'établissement - [mariestephanie.dubey@fr.educanet2.ch](mailto:mariestephanie.dubey@fr.educanet2.ch) - 078/840.59.09

## Annexe B: Lettre écrite aux parents des jeunes interrogés à Champsec

Yannick Masserey  
Université de Fribourg, étudiant de master en sciences du sport et de la motricité.  
Projet IDEX Europe : activité physique et santé.  
monica.aceti@unifr.ch

### Etude sur les activités physiques et la santé

Chers parents,

Dans le cadre d'un programme de recherche concernant les rapports au corps et à la santé des enfants de 9-10 ans, nous désirons mieux comprendre comment les enfants vivent leur corps et leur santé au quotidien.

Nous allons effectuer des groupes de 4-5 élèves afin d'échanger sur des thèmes tels que leurs pratiques sportives, leurs déplacements, leurs loisirs, leur vie au quotidien. Cette discussion se déroulera sur une période de classe durant la journée du lundi 07.10.2013. Les échanges seront enregistrés, mais les paroles des enfants sont rendues totalement anonymes.

Si vous désirez que votre enfant ne participe pas à notre étude, veuillez le mentionner au moyen du bulletin ci-dessous.

Dans l'étude, nous nous intéressons également au point de vue des parents et je serais très heureux de pouvoir vous rencontrer lors d'une entrevue de 30 minutes au plus, afin de connaître votre avis sur la santé.

En vous remerciant de bien vouloir remplir et transmettre le coupon ci-dessous à l'enseignant de votre enfant, tout en restant à votre disposition pour plus de renseignements, recevez mes salutations cordiales.

Sion, le 30 septembre 2013

Yannick Masserey



Je soussigné(e) (nom, prénom)..... parent de .....

autorise mon fils/ma fille à participer à l'étude ci-dessus explicitée

n'autorise pas mon fils/ma fille à participer à l'étude ci-dessus explicitée

suis disposé(e) à participer à un court entretien. Je suis joignable au numéro de tél. suivant ..... ou/et par mail à l'adresse suivante : .....

**Signature :**

## Annexe C: Lettre écrite aux parents des jeunes interrogés à Villars-Vert

Monica Aceti  
Unité Sciences du Mouvement et du Sport, Université de Fribourg  
Université de Strasbourg, Projet IDEX Europe : activité physique et santé  
monica.aceti@unifr.ch

### Etude sur les activités physiques et la santé

Chers parents,

Dans le cadre d'un programme de recherche concernant les rapports au corps et à la santé des enfants de 9-10 ans, nous désirons mieux comprendre comment les enfants vivent leur corps et leur santé au quotidien.

Nous allons effectuer des groupes de 4-5 élèves afin d'échanger sur des thèmes tels que leurs pratiques sportives, leur déplacements, leurs loisirs, leur vie au quotidien. Cette discussion se déroulera sur une période de classe dans le courant de la semaine du 4 au 8 novembre. Les échanges seront enregistrés, mais les paroles des enfants sont rendues anonymes.

Si vous désirez que votre enfant ne participe pas à notre étude, veuillez le mentionner au moyen du bulletin ci-dessous.

Dans l'étude, nous nous intéressons également aux points de vue des parents et je serais très heureuse de pouvoir vous rencontrer lors d'une entrevue de 30 minutes au plus, afin de connaître votre avis sur la santé.

En vous remerciant de bien vouloir remplir et transmettre le coupon ci-dessous à l'enseignant de votre enfant, tout en restant à votre disposition pour plus de renseignements, recevez mes salutations cordiales.

Fribourg, le 23 septembre 2013

Monica Aceti



Je soussigné(e) (nom, prénom)..... parent de .....

autorise mon fils/ma fille à participer à l'étude ci-dessus explicitée

n'autorise pas mon fils/ma fille à participer à l'étude ci-dessus explicitée

suis disposé(e) à participer à un court entretien. Je suis joignable au numéro de tél. suivant ..... ou/et par mail à l'adresse suivante : .....

**Signature :**

# Annexe D: Grille d'entretien pour les focus groupes



## GUIDE POUR LES ENTRETIENS COLLECTIFS

**Déroulement :** 30 minutes d'entretien collectif + 15 minutes de mise en route et finalisation de l'activité. Groupes constitués de 4 à 5 élèves regroupés par affinités de 2 classes de 3<sup>ème</sup> primaire ou CM1 (9-10 ans).

**Présentation :** explication du fonctionnement de l'entretien collectif et du thème de discussion.

« Nous allons parler de votre vie au quotidien en dehors de l'école et dans le quartier, de vos loisirs, des endroits où tu joues, du chemin de l'école ou encore des vacances, puis je montrerai des images et nous en discuterons ».

« Chacun peut parler librement, mais il doit respecter les tours de parole ».

« J'enregistre pour me souvenir de tout ce que vous allez dire, mais je ne garde pas vos noms. Vous parlez librement ».

« Il n'y a pas de juste ou de faux, donc pas de moquerie, chaque avis m'intéresse. »

### Les différentes thématiques abordées au cours de l'entretien

*Remarque : les questions ne doivent pas toutes être posées en tant que telles, mais servent de référence thématiques et de relances potentielles.*

#### A. Les déplacements au quotidien

*Les trajets durant la journée (école – domicile)*

##### **Accroche :**

- Décrivez-moi comment vous allez à l'école ?

##### **Relances :**

- Comment accédez-vous à votre logement (escalier, ascenseur) ?

- Qu'est-ce que vous faites pendant les récréations ?

- A midi, rentrez-vous à la maison ? Comment ?

- Faites-vous les courses à pied avec vos parents ?

#### B. Les loisirs et les activités physiques

*Les activités de loisirs actifs (sport, mouvement) et non-actifs au niveau physique (télé, ordi, lecture, discussions, etc.) et surtout les relations nouées avec les proches (frères et sœurs, parents, grands-parents...)*

*Temporalités à explorer : En semaine – weekend – vacances ; fréquence et durée*

##### **Accroche :**

Que faites-vous quand vous n'êtes pas à l'école (Jeux, sport, TV, Internet, consoles...)?

##### **Relances :**

- Quelles sont tes activités en dehors de l'école? Combien de fois par semaine ? Avec qui ? Qui t'as amené à les faire (Frères, sœurs, parents, grands-parents) ?

- Qui vous a initié ? Qui vous a appris ?

- Vous déplacez-vous pour faire vos activités ? Comment ?

**Programme de recherche IDEX (Initiative d'excellence) 2012-2014 :**

Activités physiques et prévention de la santé : une injonction normative à l'épreuve de la pauvreté en Europe (APSAPA Europe)

- Pendant les vacances, qu'est-ce que tu fais ?

### C. La forme

*Les points de vue sur des images présentant des silhouettes de différentes corpulences*

#### **Accroche :**

Sur les images (annexe I), quel garçon ou quelle fille préférez-vous ? Pourquoi ?

#### **Relances**

- Quelle silhouette représente un corps « en forme » ? Pourquoi ?
- Est-ce que c'est important d'être en forme ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- D'après vous, qu'est-ce qu'il faut faire pour être en forme ?

### D. La santé

*Les conceptions de la bonne/mauvaise santé ; avec aide d'un corpus d'images pour faciliter la discussion, l'expression et l'échange d'avis, recueil des activités perçues comme favorisant la bonne santé versus les activités perçues comme néfastes pour la santé*

#### **Accroche :**

A partir des images proposées (annexe II), préciser ce qu'est la bonne santé ?

**Relances :** poids et corps mince-gros ; activités physiques et sport ; nourriture ; avoir des copains-copines ; bonne humeur...

### E- Transmissions et relations autour de la santé :

*Explorer les relations nouées autour des questions de santé, notamment au niveau des parents.*

#### **Accroche :**

- Qui vous apprennent des choses sur la santé ?

#### **Relances**

- Où avez-vous vous entendu des conseils pour la santé ?
- Parlez-vous de la santé quand vous êtes en famille ? Avec qui ?
- Est-ce que vous savez à quoi ça sert de s'intéresser à sa santé ?
- Est-ce que vous êtes d'accord avec ce qu'on vous dit ?

### Conclure

Avez-vous des questions ou remarques ? Discussion libre.

Remplir le questionnaire sur la situation familiale.

**II- Attention à l'ordre de présentation des images**

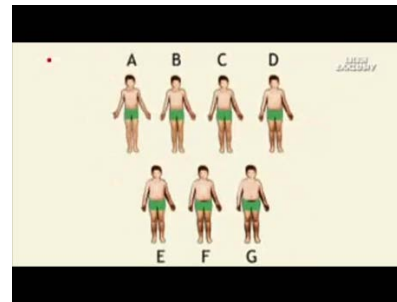
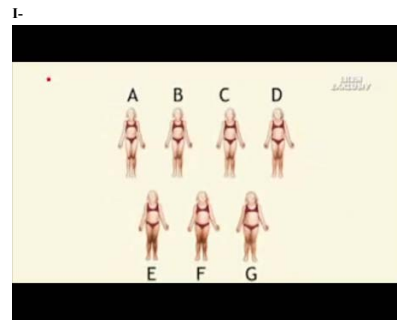


Programme de recherche IDEX (Initiative d'excellence) 2012-2014 :  
Activités physiques et prévention de la santé : une injonction normative à l'épreuve de la pauvreté en Europe (APSAPA Europe)



Programme de recherche IDEX (Initiative d'excellence) 2012-2014 :  
Activités physiques et prévention de la santé : une injonction normative à l'épreuve de la pauvreté en Europe (APSAPA Europe)

**ANNEXES :**



Programme de recherche IDEX (Initiative d'excellence) 2012-2014 :  
Activités physiques et prévention de la santé : une injonction normative à l'épreuve de la pauvreté en Europe (APSAPA Europe)



Programme de recherche IDEX (Initiative d'excellence) 2012-2014 :  
Activités physiques et prévention de la santé : une injonction normative à l'épreuve de la pauvreté en Europe (APSAPA Europe)

## Annexe E: Questionnaire sur la situation familiale des enfants



Je m'appelle: \_\_\_\_\_

Tu es  un garçon  une fille

Quel âge as-tu? \_\_\_\_\_ ans

Combien de frères et sœurs as-tu? \_\_\_\_\_ frère(s) et \_\_\_\_\_ sœur(s)

Mes parents...  vivent ensemble  vivent séparés

Nous habitons...  dans une maison  dans un appartement

A quel étage: \_\_\_\_\_

As-tu une chambre pour toi seul(e)?  oui  non, je la partage avec \_\_\_\_\_  
personnes

Est-ce que ton père travaille actuellement?

oui, il travaille comme \_\_\_\_\_

non

Est-ce que ta mère travaille actuellement?

oui, elle travaille comme \_\_\_\_\_

non

Où est né?

Ton père: \_\_\_\_\_ Ta mère: \_\_\_\_\_ et toi: \_\_\_\_\_

**Merci !**

## **Annexe F: Grilles d'entretien selon les intervenants**

### **Entretien avec un psychologue du sport**

#### **La méthode**

Dans le cadre de votre métier de psychologue du sport, êtes-vous souvent en contact avec les jeunes? Dans quel contexte? Quel type de sportifs sont ces jeunes?

Quel est votre but lorsque vous travaillez avec ces jeunes?

Comment travaillez-vous avec les jeunes? Quelle relation avez-vous avec eux?

Avez-vous rencontré des difficultés dans votre travail avec les jeunes? Lesquelles? Pour quelles raisons?

Peut-on travailler avec tous les jeunes de la même manière? Pourquoi?

Y a-t-il des choses à ne pas faire avec certains jeunes?

Y a-t-il un message que vous essayez de transmettre aux jeunes vis-à-vis des activités physiques? Lequel? Pensez-vous être bien compris (que le message passe) par les jeunes? Les jeunes avec qui vous travaillez vous semblent-ils réceptifs?

Quel est le problème majeur que vous rencontrez dans l'exercice de votre fonction? Quelles autres difficultés devez-vous prendre en compte?

Depuis plusieurs années les politiques utilisent le sport comme moyen d'intégration pour les jeunes. Pensez-vous que cela est réaliste?

Pensez-vous que les messages martelés par les médias concernant les activités physiques ont un impact sur les jeunes? (Manger-bouger etc.)

#### **La vision de la jeunesse**

Comment étaient les jeunes au début de votre fonction dans leur rapport aux activités physiques? Depuis que vous travaillez comme psychologue du sport avez-vous remarqué une évolution de la mentalité des jeunes par rapport aux efforts physiques? Si oui, dans quel sens et, d'après vous, quelle(s) en est/ sont la/ les cause(s)?

Qu'est-ce qu'un jeune sportif pour vous? Y a-t-il quelque chose qui le différencie des autres jeunes?

A force de travailler avec de jeunes sportifs, avez-vous remarqué une attente particulière de ces jeunes par rapport au sport? Est-ce que les attentes peuvent varier d'un jeune à l'autre? Si oui, en fonction de quoi? Ces attentes correspondent-elles aux objectifs que se fixent les collectivités publiques ou les sponsors lorsqu'ils parlent de sport pour les jeunes?

Qu'est-ce que la pratique sportive peut apporter aux jeunes?

On entend parfois dire que le sport est un facteur (vecteur, outil, etc.) d'intégration, qu'est-ce que cela vous inspire?



Le sport peut-il être également un lieu d'exclusion? Si oui, comment y remédier?

### **La santé**

Qu'est-ce qu'une personne en bonne santé?

De quelle manière et à quel niveau le sport et les activités physiques peuvent-ils avoir une influence sur la santé des jeunes?

Le sport est-il uniquement garant d'une bonne santé physique?

Quelles sont les répercussions positives ou négatives du sport sur les jeunes?

Dans votre métier sur quel(s) aspect(s) de la santé insistez-vous le plus? Pourquoi?

### **L'école**

Est-ce que le cours d'éducation physique dispensé dans les établissements scolaires poursuit les mêmes buts que ceux de votre métier?

Pensez-vous que les programmes proposés par l'école sont adéquats?

Le cours d'éducation physique est-il particulier vis-à-vis des autres cours scolaires? Pourquoi?

D'après vous, est-ce que l'école joue un rôle dans la pratique sportive des jeunes? Comment améliorer cela?

Avez-vous aussi contact avec des parents de jeunes sportifs durant votre travail? Les parents influencent-ils la pratique sportive de leur(s) enfant(s)? Comment intégrez-vous les parents dans votre travail?

Les infrastructures mises à disposition des jeunes en dehors des cours scolaires (terrains, places de sport) sont-elles suffisantes?

### **Personnel**

Quel est votre métier?

Depuis combien d'années exercez-vous ce métier?

## **Entretien avec un responsable d'association de quartier**

### **La méthode**

Sur quels quartiers intervenez-vous et avec combien de personnes travaillez-vous?

Quels sont les buts, les enjeux principaux de votre association?

Quelles sont les activités proposées dans le quartier? Quelles sont les possibilités d'activités offertes aux jeunes?

Où se déroulent ces activités? Sont-elles connues de tous? Quand se déroulent-elles? (Après-midi, soir, weekend)?

Quelles sont les activités qui fonctionnent le mieux? Pourquoi?  
Y a-t-il des activités qui ne fonctionnent pas du tout? Pourquoi?

Qui fréquente les activités proposées? (Garçons-filles, petits-grands, nationalités, famille aisée ou moins aisée)?

Quel(s) est/ sont le(s) buts des activités que vous mettez en place?  
Que cherchez vous à apporter aux jeunes par les activités proposées?

Quel est le rapport que vous entretenez avec les jeunes? Comment se passe votre contact avec les jeunes? Quel type de relation entretenez-vous avec les jeunes?

Les jeunes sont-ils motivés par ces activités?

Rencontrez-vous des difficultés avec les jeunes lors des activités? Si oui, par exemple lesquels?

Pouvez-vous me décrire les formes de relation que les jeunes ont entre eux lors des activités? Comment agissent-ils les uns envers les autres? Avez-vous remarqué si certaines activités jouent un rôle entre les jeunes? Lequel?

Existe-il des règles au sein de l'association, respect, horaire ou autres? Rencontrez-vous des difficultés à faire respecter ces règles? Pensez-vous que l'activité physique aide les jeunes à intégrer ces règles?

### **La vision de la jeunesse**

Comment définiriez-vous votre rôle vis-à-vis de ces jeunes? Quels objectifs recherchez-vous en travaillant avec eux?

Comment percevez-vous les jeunes que vous côtoyez dans le quartier?

Que pensez-vous que les jeunes attendent des activités que vous leur proposez? Quelles sont leurs motivations? Que viennent-ils chercher en participant à vos activités? Pourquoi?

D'après vous, qu'est-ce que ces activités peuvent apporter aux jeunes du quartier?

Y a-t-il eu une évolution dans la participation aux activités que vous proposez ou dans la façon de participer de la part des jeunes durant ces dernières années?

Plus particulièrement, avez-vous remarqué une évolution dans la pratique du sport?

Ressentez-vous une forme de reconnaissance des jeunes que vous côtoyez? A votre avis pourquoi vous sont-ils reconnaissants?

D'après vous que font les jeunes qui ne participent pas aux activités que vous proposez? Pourquoi ne participent-ils pas?

Avez-vous remarqué des effets bénéfiques suite à des projets d'activités physiques sur les jeunes? Ou au contraire, des effets négatifs?

Y a-t-il une évolution dans la demande liée aux activités de la part des jeunes? Y a-t-il un décalage entre la demande et l'offre que vous proposez?

Les parents des jeunes s'intéressent-ils aux activités que vous proposez à leur(s) enfant(s)? Sentez-vous une influence de la famille sur la pratique des activités des enfants?

### **La santé**

Les jeunes du quartier vous semblent-ils en bonne santé?  
Qu'est-ce que ça veut dire, pour vous, être en bonne santé?

Lors des activités proposées, insistez-vous sur les aspects de santé liés à l'activité physique? Si oui, à quel niveau et de quelle façon?

Avez-vous l'impression que les jeunes attachent de l'importance à cette notion de santé lorsqu'ils viennent faire du sport? Est-ce que cela a du sens pour eux? Pourquoi ou pourquoi pas?

Selon vous que signifie «la santé» pour les jeunes que vous rencontrez?

### **L'école**

Avez-vous des contacts avec l'école du quartier?

Pensez-vous que les activités physiques pratiquées à l'école incitent certains jeunes à venir faire vos activités?

Les cours de sport scolaires ont-ils ou doivent-ils avoir les mêmes objectifs que vos activités?

### **Le quartier**

Le quartier est-il propice aux activités physiques, aux loisirs, aux divertissements ou au sport? Pourquoi ou pourquoi pas?

Les infrastructures du quartier sont-elles adéquates, suffisantes?

Que changeriez-vous?

Connaissez-vous des endroits où les jeunes se retrouvent spontanément pour pratiquer une activité?

Le quartier a-t-il une identité spécifique?

Quelle est l'image du quartier à l'extérieur? Et pour les jeunes du quartier? Ont-ils un sentiment d'appartenance?

Cette «identité» du quartier (ou identification au quartier) a-t-elle des effets sur l'accès aux activités? Est-ce que cela ouvre ou ferme la porte à la circulation en dehors du quartier, par exemple, pour aller faire un sport dans un autre quartier?

Quelle est la situation sociale, économique de la majorité des familles du quartier?

La situation pour les jeunes est-elle encourageante?

Est-ce un quartier où il fait bon vivre?

Vos conditions de travail sont-elles satisfaisantes? Souhaiteriez-vous plus de soutien, de reconnaissance?

### **Autre**

En France, les pouvoirs publics soutiennent souvent financièrement les associations de quartier, est-ce le cas ici?

Devez-vous répondre à des objectifs spécifiques demandés par les autorités de la ville?

Y a-t-il une ambition de passerelle afin de pousser les jeunes vers des activités plus formelles?

### **Personnel**

Quel est votre métier?

Depuis combien d'années exercez-vous ce métier?

Avec quel type de jeunes travaillez-vous?

Sur quels quartiers intervenez-vous et avec combien de personnes travaillez-vous?

## **Entretien avec un médiateur scolaire**

### **Général**

Avec quelle catégorie d'enfants travaillez-vous? Quel âge ont-ils?

Dans quelles écoles intervenez-vous?

Comment se crée votre contact avec les enfants que vous allez rencontrer?

Quelles difficultés peut-on rencontrer dans le rôle de médiateur? Comment améliorer cela?

Y a-t-il des problèmes qui reviennent souvent dans votre métier et que vous devez traiter? Lesquels? De quel type?

La diversité (communautaire) est-elle source de problèmes et de conflits?

Quelles peuvent être les solutions apportées à ces problèmes? Comment gérez-vous les problèmes de diversité entre les élèves?

Rencontrez-vous des problèmes liés à l'exclusion, la mise à l'écart d'un individu? Si oui, quelles peuvent être les causes de cette mise à l'écart? Comment peut-on aider un enfant qui est exclu par ses camarades?

Travaillez-vous en relation avec les enseignants ou autres réseaux professionnels? Peuvent-ils aider à la résolution de certains problèmes?

Si oui, par quel moyen?

Pensez-vous que le cours de sport peut avoir des effets bénéfiques sur l'intégration de tous? Lesquels et pourquoi?

Vous est-t-il arrivé de proposer du sport ou une activité physique pour résoudre un problème?

Quels peuvent être, selon vous, les effets bénéfiques de l'activité physique pour un enfant en situation difficile? Avez-vous des exemples?

Avez-vous parfois des contacts avec les parents des enfants en difficulté? Dans quelle mesure vous semble-t-il que les parents influencent le comportement des enfants?

### **Le quartier**

Le quartier a-t-il une ou des spécificités? Est-ce qu'il pose spécialement problème? A quel niveau et pourquoi? Quelle(s) différence(s) y a-t-il avec d'autres quartiers de la ville?

Quel est le problème majeur pour lequel vous devez intervenir à l'école?

Comment la situation dans le quartier pourrait-elle être améliorée?

L'«Agorespace» qui a été installé dans la cour de l'école est considéré comme «un espace de rencontre». Pensez-vous que cette infrastructure est adaptée? Peut-elle aider à apaiser les tensions? Pourquoi ou grâce à quoi?

Trouvez-vous que les infrastructures mises en place dans le quartier favorisent les rencontres et la convivialité? Ou n'y en a-t-il justement pas assez?

### **Personnel**

Depuis quand exercez-vous ce métier?

Avez-vous remarqué une évolution dans les problèmes rencontrés?

Quel âge avez-vous? De quelle formation disposez vous?

## **Entretien avec un maître d'éducation physique**

### **La méthode**

Avec quel type d'enfants travaillez-vous?

Quel est le but recherché lors de vos cours d'éducation physique? Que voulez-vous apporter aux jeunes par ce cours? Comment faites-vous pour atteindre ce but?

Quel rapport essayez-vous de mettre en place avec les élèves?

Est-ce que le cours d'éducation physique est différent des autres cours? Pourquoi?

Quelles difficultés peut-on rencontrer dans ce travail avec les jeunes?

D'après vous, quel est votre rôle en tant qu'enseignant d'éducation physique?

Le sport peut-il être considéré comme un intérateur social? Pourquoi?

Quelles sont les dispositions légales en ce qui concerne les heures d'éducation physique par semaine? Est-ce respecté?

Quelles sont les activités parascolaires proposées aux élèves? Est-ce gratuit?  
Y a-t-il des conditions de participation à ces activités? Qui y participe? Ont-elles du succès? La fréquentation est-elle assidue?

Y a-t-il d'autres actions mises en place pour favoriser la pratique sportive des jeunes?

### **La vision de la jeunesse**

Les jeunes vous semblent-ils motivés par le cours d'éducation physique? Si oui, pourquoi?  
Si non, pourquoi?

Que pensez-vous que les jeunes attendent du cours d'éducation physique?

Les activités proposées en cours peuvent-elles influencer la pratique sportive non scolaire des jeunes?

Quel type de relation entre les jeunes pouvez-vous observer lors de vos cours? Peut-on y remédier? Peut-on les encourager? Le cours d'éducation physique joue-t-il un rôle dans la construction de ces relations sociales?

Avez-vous l'impression que des groupes se forment au cours d'éducation physique? Que faire pour intégrer tout le monde au cours de sport? Y a-t-il un risque d'exclusion?

Remarquez vous des différences entre les enfants de ce quartier et les enfants d'autres quartiers?

### **La santé**

Selon vous, qu'est-ce qu'un jeune en bonne santé?

Les jeunes que vous côtoyez sont-ils en bonne santé? Comment cela se voit-il?

Qu'est-ce que le cours d'éducation physique peut apporter aux jeunes du point de vue de la santé? A quel niveau?

Quel rapport au corps les jeunes ont-ils dans ce quartier (pudeur, exhibition)?

Les jeunes sont-ils intéressés par les aspects de santé?

Donnez-vous des conseils en matière de santé ou essayez-vous d'en transmettre lors de vos cours d'éducation physique?

Les jeunes sont-ils motivés par les questions de santé et leurs applications pratiques dans le cours d'éducation physique? D'après-vous, quelles en sont les raisons?

La santé n'est-elle que physique? Le sport peut-il influencer la santé mentale?

### **La famille**

Etes-vous en contact avec les parents de vos élèves? Quels sont vos rapports avec eux?

Selon vous, les habitudes familiales peuvent-elles avoir une influence sur la pratique sportive des enfants?

Le bagage culturel de certaines familles influence-t-il l'activité physique de certains enfants? Quelle(s) en est/sont la/les conséquence(s) pour eux? Pouvez-vous me décrire des situations, me donner des exemples?

### **La commune et le quartier**

Pensez-vous que la commune encourage suffisamment les activités physiques et les rencontres? De quelle façon?

Quelles sont les autres possibilités offertes aux jeunes pour pratiquer une activité physique?

Les infrastructures mises en place par la commune ont-elles cette ambition de rassemblement?

Trouvez-vous que le quartier est doté de bonnes infrastructures sportives?

Qu'est-ce qui pourrait être amélioré?

### **Personnel**

Quel est votre métier?

Depuis combien d'années exercez-vous ce métier? A quel degré scolaire?

Qui sont les enfants que vous côtoyez?

Où exercez-vous?

## **Entretien avec un entraîneur de football**

### **La méthode**

Avec quel genre d'enfants travaillez-vous (catégorie d'âge, origine)?

Combien de fois par semaine?

Comment se déroule un entraînement? Pouvez-vous m'en faire une description (durée, exercices)?

Quel est le but recherché par les entraînements (amélioration, plaisir)?

Quelles difficultés peuvent être rencontrées en tant qu'entraîneur?  
Quelles difficultés peuvent être rencontrées par les enfants?

Quel est votre rôle vis-à-vis des jeunes en tant qu'entraîneur?

L'entraînement de football peut-il être un lieu d'intégration sociale? Si oui, comment essayez-vous de favoriser cette intégration?

Le sport comme école de vie ça vous dit quoi?

### **Les jeunes**

Les jeunes vous semblent-ils motivés par l'entraînement? Où est-ce une contrainte pour certains?

Que pensez-vous que les jeunes attendent en venant à l'entraînement?

Quel genre de relation entre les jeunes pouvez-vous observer lors des entraînements?

Y a-t-il, selon vous, des risques d'exclusion sociale au sein d'une équipe sportive comme la votre? Que fait-on pour les prévenir?

Y a-t-il beaucoup d'abandons de la discipline? Si oui, pourquoi? Quelles en sont les causes?

Qu'est-ce qui motive le plus les jeunes à venir à l'entraînement?

### **La santé**

Quel(s) impact(s) l'entraînement peut-il avoir sur la santé des jeunes? A quel(s) niveau(x) (physique, mental, social)?

Donnez-vous des conseils sur la santé lors des séances d'entraînement ou essayez-vous d'en transmettre?

Sentez-vous que les jeunes sont intéressés par ces notions de santé lorsqu'ils viennent s'entraîner?

Est-ce que l'amélioration de la santé est un des buts premiers de l'entraînement?

### **La famille**

Êtes-vous en contact avec les parents de vos joueurs? Quelle est la nature de ce contact (amicale, aide, conseil)?

L'entourage familial a-t-il un impact sur la pratique sportive de l'enfant? (Positif: participation, motivation, envie, ponctualité) (Négatif: pression, anxiété etc.)

La médiatisation de ce sport favorise-t-elle la pratique du football par les jeunes?

### **Le quartier**

D'après vous, quelle est l'importance d'un club dans un quartier? Quel est son rôle dans la vie de quartier?



Les nombreuses infrastructures liées à la pratique du football dans le quartier ont-elles un impact sur le choix de cette discipline par les jeunes?

Les infrastructures sont-elles utilisées hors entraînement par des jeunes et sont-elles, d'après vous, un lieu de rassemblement et de rencontre pour les jeunes?

### **Personnel**

Quel âge avez-vous?

Depuis quand exercez-vous cette activité?

Comment êtes-vous arrivés au poste d'entraîneur?

## **Entretien avec un professeur de danse hip-hop**

### **La méthode**

Avec quel genre d'enfants travaillez-vous (catégorie d'âge, origine)?

Combien de fois par semaine?

Comment se déroule l'activité? Pouvez-vous m'en faire une description (durée, exercices)?

Quel est le but recherché par l'activité (amélioration, plaisir, rencontre)?

Quelles difficultés pouvez-vous rencontrer en tant que responsable d'activité?  
Quelles difficultés peuvent être rencontrées par les enfants?

Quel est votre rôle vis-à-vis des jeunes?

Le cours danse hip-hop peut-il être un lieu d'intégration sociale? Si oui, comment essayez-vous de favoriser cette intégration?

Le sport comme école de vie ça vous dit quoi?

### **Les jeunes**

Les jeunes vous semblent-ils motivés par cette activité? Où est-ce une contrainte pour certains?

Que pensez-vous que les jeunes attendent en venant à votre cours? Pensez-vous que l'activité répond à une certaine attente?

Quel genre de relation entre les jeunes pouvez-vous observer lors des cours?

Y a-t-il, selon vous, un risque d'exclusion sociale lors de ce cours? En avez-vous remarqué? Que faites-vous pour prévenir ce risque?

Y a-t-il beaucoup d'abandons de la discipline? Si oui, pourquoi, quelles en sont les causes?  
Qu'est-ce qui motive le plus les jeunes à venir à l'entraînement?

## **La santé**

Dans l'ensemble les jeunes qui viennent à votre activité vous semblent-ils en bonne santé?

Quel(s) impact(s) l'entraînement peut-il avoir sur la santé des jeunes? A quel(s) niveau(x) (physique, mental, social)?

Donnez-vous des conseils sur la santé lors des séances d'entraînement ou essayez-vous d'en transmettre?

Sentez-vous les jeunes intéressés par ces notions de santé lorsqu'ils viennent s'entraîner?

Est-ce que l'amélioration de la santé est un des buts premiers de l'entraînement?

## **La famille**

Êtes-vous en contact avec les parents des enfants? Quelle est la nature de ce contact (amicale, aide, conseil)?

L'entourage familial a-t-il un impact sur la pratique sportive de l'enfant? (Positif: participation, motivation, envie, ponctualité) (Négatif: pression, anxiété etc.)

Quelle image le hip-hop a-t-il auprès des jeunes?

## **Le quartier**

D'après vous, quelle est l'importance d'une telle activité dans un quartier? Quel est son rôle dans la vie de quartier?

Les infrastructures sont-elles utilisées hors entraînement par des jeunes et sont-elles, d'après vous, un lieu de rassemblement et de rencontre pour les jeunes?

Qu'est-ce que la culture hip-hop et la danse hip-hop peuvent améliorer dans le quartier?

## **Personnel**

Quel âge avez-vous?

Depuis quand exercez-vous cette activité?

Comment êtes-vous arrivé à ce poste?

## **Entretien avec un directeur de centre scolaire**

### **La méthode**

Avec quel genre d'enfants travaillez-vous?

Quel rapport essayez-vous de mettre en place avec les élèves?

Est-ce que le cours d'éducation physique est différent des autres cours? Pourquoi?

Quel est le but recherché lors de vos cours d'éducation physique?

Comment faites-vous pour atteindre ce but (types d'activités, techniques particulières)?

Le cours d'éducation physique peut-il, selon vous, jouer un rôle dans la socialisation des jeunes? Plus que d'autres cours?

Quelles difficultés peut-on rencontrer dans ce travail avec les jeunes?

D'après vous, quel est votre rôle en tant qu'enseignant et directeur?

Le sport peut-il être considéré comme un intégrateur social? Pourquoi?

Avez-vous mis en place quelque chose pour favoriser le mouvement chez les jeunes dans votre établissement? Y a-t-il eu des effets ou avez-vous remarqué des changements?

### **La vision de la jeunesse**

Les jeunes vous semblent-ils motivés par les cours en général et, plus particulièrement, par le cours d'éducation physique? Si oui, pourquoi? Si non, pourquoi?

Que pensez-vous que les jeunes attendent du cours d'éducation physique?

Les activités proposées en cours de sport peuvent-elles influencer la pratique sportive non scolaire des jeunes?

Quel type de relations entre les jeunes pouvez-vous observer lors de vos cours? Peut-on y remédier? Peut-on les encourager? Le cours d'éducation physique joue-t-il un rôle dans la construction de ces relations sociales?

Avez-vous l'impression que des groupes se forment au cours d'éducation physique? Que faire pour intégrer tout le monde au cours de sport? Y a-t-il un risque d'exclusion?

### **La santé**

Selon vous, qu'est-ce qu'un jeune en bonne santé?

Avez-vous mis en place des mesures concernant la santé des élèves? Lesquelles? Qu'est-ce que le cours d'éducation physique peut apporter aux jeunes du point de vue de la santé?

Les jeunes sont-ils intéressés par ces aspects de santé? Donnez-vous des conseils en matière de santé ou essayez-vous d'en transmettre lors de vos cours d'éducation physique?

Les jeunes sont-ils motivés par les questions de santé et leurs applications pratiques dans le cours d'éducation physique? D'après-vous, quelles en sont les raisons?

La santé n'est-elle que physique? Le sport peut-il jouer sur la santé mentale?

### **La famille**

Etes-vous en contact avec les parents de vos élèves? Quels sont vos rapports avec eux?

Selon vous, les habitudes familiales peuvent-elles avoir une influence sur la pratique sportive des enfants?

Le bagage culturel de certaines familles influence-t-il l'activité physique de certains enfants? Quelle(s) en est/sont la/les conséquence(s) pour eux? Pouvez-vous me décrire des situations, me donner des exemples?

### **La ville**

Pensez-vous que la ville encourage suffisamment les activités physiques et les rencontres? Comment? Et au sein du quartier?

Les infrastructures mises en place par la ville ont-elles cette ambition de rassemblement? Pensez-vous qu'il y a suffisamment d'infrastructures mises en place pour que les jeunes puissent se retrouver?

Trouvez-vous que le quartier est doté de bonnes infrastructures sportives?

Qu'est-ce qui pourrait être amélioré? Comment?

### **Le centre scolaire**

Qu'est-ce qui différencie ce centre scolaire des autres centres de la ville?

Y a-t-il des problèmes qui reviennent fréquemment dans ce centre? Quelles en sont les sources?

Le quartier est-il différent des autres quartiers? Pourquoi?

La diversité culturelle est-elle une source de conflit?

Comment définiriez-vous ce quartier?

### **Personnel**

Quel est votre métier?

Depuis combien d'années exercez-vous ce métier? A quel degré scolaire?

Qui sont les enfants que vous côtoyez?

## **Annexe G: Retranscription d'un entretien semi-directif et d'un focus groupe à titre d'exemple**

### **Entretien avec Thomas, 44 ans, enseignant d'éducation physique primaire**

**Mardi 8 octobre 2013**

Il me reçoit dans sa maison familiale. Il est assez tôt le matin. Il est seul chez lui. Nous nous asseyons à la table de la salle à manger Il me sert un verre d'eau et nous commençons.

**Q. Toi dans tes cours d'éducation physique, quel(s) est ou sont les buts de ton cours? Qu'est-ce que tu veux apporter aux jeunes pendant ce cours?**

*R. Alors, un des premiers buts c'est de leur faire aimer le sport, donc, euh... dans le rôle de l'école par rapport à un rôle de club, le but c'est de faire participer beaucoup les enfants qui ont moins l'envie de faire du sport. Donc, c'est vrai que ceux qui sont déjà à 10 heures de sport hebdomadaires dans des clubs ben c'est pas eux vraiment qui me motivent à faire du sport avec eux. Même si c'est super intéressant de les avoir dans les cours parce que c'est des locomotives pour les autres. Je dirais que c'est surtout d'essayer de faire aimer ceux qui aiment moins et d'essayer de... de vraiment les faire prendre goût à jouer, courir etc. Donc ça, je pense c'est vraiment un des rôles phares de l'école. C'est de faire du sport pour tous les élèves et pas faire du sport pour les meilleurs élèves, ce qui se fait un peu plus dans les clubs.*

**Q. Et tu remarques qu'il y a des activités en particulier qui fonctionnent bien pour faire participer tout le monde?**

*R. Alors, il y a pas mal d'activités qui marchent bien, enfin, qui marchent pas trop mal. C'est les activités dont ceux qui ne font pas de sport peuvent participer en étant égaux aux autres, si tu veux. Par exemple, je fais pas mal de chorégraphie là maintenant et ceux qui font beaucoup de sport, à part les filles qui font de la danse et qui aiment bien ça, ceux qui font beaucoup de sport ils trouvent ça nul parce que ils ont que... ils ont que le foot ou le basket en tête. Par contre ceux qui aiment un peu moins le sport ben ils trouvent que c'est une autre activité, différente, parce qu'ils le font pas régulièrement. Ils ont fait un peu de rythmique mais ils aiment faire ces activités parce qu'ils sentent qu'ils sont pas moins bon que le footballeur qui fait 45 heures de sport et qui est bon à la balle assise parce qu'il shoote fort ou à la balle brûlée etc. Donc, je pense que c'est des activités comme ça un peu différentes de toujours ces jeux où les meilleurs ils sont meilleurs et point.*

**Q. Et dans le cadre du cours, tu essaies d'instaurer un rapport particulier avec les élèves?**

*R. Ouais, pfff... ouais, j'essaie de travailler sur le respect, respect des choses, respect des gens et des autres. Alors bon, c'est pas facile. Il y a des moments où ça se frictionne un peu même en primaire déjà. Mais j'essaie de leur inculquer le fait qu'on est là par plaisir et le résultat importe peu. Donc, je fais relativement peu souvent des trucs où je compte les points et les goals et où je dis: «Cette équipe a gagné. Cette équipe a perdu». Parfois, je mets un peu cet aspect compétition. Mais, quand on fait un match de basket, ils me disent: «C'est quoi le score?» mais j'en ai aucune idée. Je compte pas du tout les points. Pis ça m'intéresse pas. Donc vraiment, essayer de pas avoir toujours cet aspect compétition et puis de prendre du plaisir et respecter l'autre.*

**Q. Et on entend souvent dire que le cours de sport c'est un cours un peu particulier, un peu différent des autres cours. Tu es d'accord avec ça?**

*R. Ouais, c'est différent parce que je pense qu'il y a un autre, euh... pas un classement, mais une autre hiérarchie en salle qu'à l'école. Parce que à l'école quelqu'un qui a de la peine il aura de la peine tout le temps. Et le sport c'est parfois une des seules activités avec les travaux manuels où: «Ah, tu travailles pas que la tête» enfin une petit peu mais où: «Ah, il est aussi bien que les autres et ça peut le revaloriser». Dans ce sens, c'est différent sur ce point de vue là. Et ce qui est différent aussi, enfin moi je suis pas un gros fan de la discipline dans le sens qu'on peut se défouler, il y a du bruit, ça parle plus, ça bouge plus. Et c'est probablement moins cadré, sauf dans certaines activités. Donc, oui c'est différent.*

**Q. Et il y a certaines difficultés que tu rencontres pendant les cours avec les élèves?**

*R. Oui, ben ça de toute façon (rire). Des difficultés, il y en a tout le temps, soit euh... pour faire participer plus, soit des conflits entre élèves. Plus tu descends avec des jeunes et plus il y a du rapportage et des histoires. Donc, tu dois gérer tout le temps. Ben voilà tu as 20-22 enfants dans une salle qui sont là pour se défouler. Donc tu as forcément des tensions et des problèmes comme ça mais c'est jamais des gros problèmes.*

**Q. Et comment tu définirais ton rôle?**

*R. Ben c'est un gros rôle d'animation où tu essaies de... justement par là... leur donner de la motivation, essayer de les faire participer en essayant de leur donner des activités qui les intéressent et en essayant toi d'être dynamique pour que ça les intéresse. Et puis ton rôle, ouais, euh... cadrer ça dépend les profs. Je suis moins dans le cadre disciplinaire au niveau bruit etc. parce qu'on est dans une activité qui bouge. Par contre une activité sur euh...*

*beaucoup de cadrage sur le respect et leur faire prendre conscience qu'on est tous «différent». Et parfois, tu es un peu mieux sur une activité. Et parfois, un peu moins bien. Pis faut accepter cette différence quoi.*

**Q. Et on entend souvent dire que le sport est une magnifique école de vie qui intègre les jeunes. Est-ce que c'est ce que tu ressens dans les cours de sport que tu donnes?**

*R. (Silence)... Arf... euh... mouais, probablement moins que dans un club ou l'école en soi. Le cours de sport fait partie de l'école. Donc je pense que l'école en soi elle intègre. Mais, je pense pas que le cours de sport intègre plus que le cours de bricolage ou de chant. Par contre, que ce soit une belle école de vie, ben oui. Mais, peut-être l'école de vie elle est belle pas à l'école, moi je dirais plus dans une activité de club ou au ski club Bramois ou si tu fais du foot et que tous les samedis matins tu te revoies et tu dois te lever et respecter les règles d'un entraîneur qui a des exigences peut-être supérieures que à l'école. Donc là, à l'école ouais, euh... non enfin pas non... mais ça fait partie de l'école le cours de sport. Donc je pense pas qu'il soit plus intégrateur qu'un autre cours, je dirais globalement. Après, avec certains, enfants oui il est très intégrateur.*

**Q. Et justement les enfants qui viennent à tes cours, tu les sens motivés?**

*R. Oui, je crois que les enfants, en primaire, on a la chance de les avoir motivés. Ils ont envie de faire du sport et quand ils ratent un cours de sport ou de piscine tu sens qu'ils sont déçus. Et les autres profs' ils disent que les enfants disent: «Ah, on a loupé un cours de piscine, on a un cours de moins que les autres alala.» Donc tu les sens déçus. Oui, je pense qu'ils sont encore vraiment bien motivés. Après, en 6<sup>ème</sup> année, ça commence... C'est assez marrant, il y a des dynamiques de classe aussi. Ils sont super motivés et certaines classes il faut vraiment les tirer en avant. Il y a 2 ans, j'avais une classe mais c'était la misère, mais vraiment la misère, rien à foutre. Tu sais, tu fais jardin d'agrès. Tu as tout dehors et tu leur dis: «Allez-y, faites-vous plaisir, passez dessus ou sautez» et tu en as 15 qui sont là et qui font «beuuhhh» et qui bronchent pas. Donc, je pense que ça dépend aussi de cette dynamique de classe. Mais sinon, ça bouge bien. Mais, c'est vrai qu'en 6<sup>ème</sup> on commence à devoir aller chercher un peu plus. Mais, globalement, ils sont motivés.*

**Q. Et ces jeunes, tu penses que c'est quoi leurs attentes vis-à-vis du cours?**

*R. Jouer (rire), ils veulent que jouer. Dès que tu es dans des activités un peu moins jeu ben, ils aiment moins quoi. Ben, typiquement des chorégraphies ou des... des agrès. Je veux dire si tu arrives à faire des agrès sous forme de jeux avec des jardins d'agrès où ils sont assez*

*autonomes, c'est bon. Si tu fais de la barre fixe et que tu fais une suite genre montée du ventre, petit napoléon, tu sens que là ben... Alors tu as toujours des gens motivés, mais tu en as quand même plus qui «beuhhh». Mais, après, dès que tu fais du jeu, même des jeux de balle basiques, ils adorent ça.*

**Q. Et tu penses que les activités qui sont proposées pendant le cours ça peut les influencer pour une pratique sportive hors école?**

*R. Ouais, je pense qu'il y a des activités, mais là on... on entre dans des activités spéciales. Style, on fait pas mal de cirque à l'école avec jonglage. Ça peut motiver certains à continuer ces activités par après ou euh... l'athlétisme qu'ils ne font pas forcément dans la cour d'école. C'est clair que si tu fais une balle à deux camps, ça va pas les motiver à faire une activité après. Par contre, il y a le sport scolaire facultatif qui donne une super approche et une super possibilité de découvrir un nouveau sport, pas cher, sur 8 cours seulement. Donc, les enfants, souvent ils s'inscrivent et ils disent: «Ah c'est bien. Ah j'aime plus je fais plus». Et ça, probablement que plus encore que les cours qu'on fait nous. Parce que nous on a aussi un... un canevas, un programme... Enfin, moi j'essaie de pas faire trop d'activités non plus. Parce que si tu fais en primaire du tchoukball, de la plongée sous-marine et du tir à l'arc, ils feront quoi après? Donc de pas trop ouvrir à trop d'activités différentes. Pis après, sur les activités de base comme le foot et le basket, tu as pas besoin d'en faire à l'école pour qu'ils soient motivés. Mais, sur les activités spéciales oui je pense.*

**Q. Et avant on a parlé du rapport que tu essaies de mettre en place avec tes élèves. Mais entre eux, il y a des relations qui se créent durant les cours de sport?**

*R. Ouf... alors ça, c'est difficile à dire. Moi j'ai l'impression que les groupes qui sont copains en dehors, en général, ils sont copains en sport. Et les gens qui sont exclus... c'est... c'est pas facile à savoir parce que moi je vois pas du tout ces enfants dans le cadre de l'école. Je les vois que en salle de sport. Donc ils viennent dans ma salle. Oui, tu vois qu'il y a des élèves qui sont un peu exclus. Est-ce que c'est le cas après dans l'école, ça j'en sais rien.*

**Q. Et ces élèves que tu sens un peu à part, est-ce que dans le cours de sport ils arrivent à être avec les autres?**

*R. Ça dépend, certains oui et d'autres non. Ça dépend de l'activité et aussi de leur niveau en sport. C'est plus facile à être intégré si tu as un bon niveau. Donc, si cet élève qui est un peu exclu en dehors il a un bon niveau, ben les autres ils vont plus l'intégrer. Ils seront contents de l'avoir dans l'équipe. Si, en plus, il est pas terrible et pis euh... il sera encore moins intégré. Ouais, c'est vraiment difficile à dire s'ils sont plus intégrés ou moins. Après, il y en a de ceux,*



*tu sens clairement qu'ils sont exclus. Et dans les cours de piscine ils sont pas plus intégrés. Faut essayer et c'est vrai que l'avantage des cours de gym tu peux... Tu vois, là en primaire, ils ont souvent des soucis à se toucher. La 4-5<sup>ème</sup> primaire c'est «Bah les filles». Alors tu fais des exercices tout bêtes à deux en se donnant les mains. Ils veulent pas. Alors, quand tu en as un qui est exclu, ils veulent encore moins le toucher. Donc ça, c'est vraiment dur à faire passer ce message. Alors parfois, tu dois t'arrêter pour expliquer. Pis ben voilà, tu parles et c'est pas le but du cours de gym non plus. Alors tu stoppes et tu dis: «Ben jouez». Mais c'est un travail de plusieurs cours, c'est vraiment dur.*

**Q. Et qu'est-ce qu'un jeune en bonne santé, d'après toi?**

*R. Un jeune en bonne santé, c'est un jeune qui mmm... euh.....qui, si possible, est pas en surpoids à 5 ans. Quelqu'un qui arrive à courir 200 mètre sans être euh... à bout de souffle. Quelqu'un qui..., oui, qui peut bouger sans trop de contraintes pendant un certain laps de temps. Mais après, la santé c'est large. Il y a des gens qui sont souvent blessés. C'est pas de leur faute, ils ont pas de chance parce qu'ils se cassent le bras ou se foulent la cheville ou ils ont un problème d'asthme. Et ça, c'est pas forcément leur faute. Ils sont pas forcément en bonne santé, mais ils en peuvent rien si tu veux. Oui, quelqu'un qui arrive à bien bouger quoi.*

**Q. Et le cours d'éducation physique, est-ce qu'il peut apporter quelque chose aux élèves au niveau de la santé?**

*R. Ah ben ça, c'est clair. Ben un des euh..., j'ai eu une enquête dernièrement. Ils m'ont demandé l'aspect le plus important pour être en santé et moi je trouve que c'est l'activité physique, plus que le fait de pas boire d'alcool ou de manger gras - ce qui n'est pas très bon on s'entend - mais par l'activité physique régulière tu arrives quand même à être en santé. Ce qui veut pas dire que tu seras pas malade, de loin pas, mais tu peux être en meilleur forme. Donc, c'est clair que les cours de sport ils amènent beaucoup. Alors de nouveau, ils amènent pas beaucoup aux gens qui font 10 heures de sport par semaine. Mais, ils amènent beaucoup à ceux qui font rien.*

**Q. Et toi, pendant tes cours, est-ce que tu parles de la santé en donnant des conseils ou tu laisses ça totalement à part?**

*R. Oui, je laisse pas totalement à part, mais je vais pas... mmmmm... Ouais, je vais pas faire la morale à un gamin parce qu'il est en surpoids, ça c'est aux parents. Il faudrait réussir à parler aux parents. C'est difficile de dire à un enfant: «Ouais, tu es en surpoids. C'est pas normal». Alors après, c'est vrai que quand on sort du cours de piscine à 11h et je vois des gars qui bouffent des chips, je leur fais une remarque, clairement. On essaie de..., disons ils*

*ont pas le droit d'aller acheter des bonbons et ça. C'est un peu dans ce sens-là. Mais c'est assez rare que j'aïlle vers un enfant et que je lui dise. C'est plus des conseils... je le fais pas individuellement, je le fais globalement. Tu sais que je suis physio aussi. Donc, j'ai un rapport à la santé qui est... Enfin, je fais de la physio trois fois par semaine. Donc j'en parle beaucoup aux patients. Là oui, même si c'est des jeunes. Après, à l'école, je le fais pratiquement jamais individuellement. Je le fais en groupe en disant voilà: «C'est important de bouger». Mais, plus qu'en leur disant, c'est en essayant de leur faire aimer les choses. Typiquement là, on fait de l'endurance et il y a personne... Enfin, la majorité des enfants ils aiment pas courir. Et petit à petit, tu sens que, ben voilà ils courent. On essaie de leur faire courir leur âge sans marcher et ils courent tous. Alors là, oui, tu te dis: «Eh! C'est excellent quoi. Vous arrivez tous à courir six minutes. C'est égal la vitesse, vous courrez tous six minutes et ça c'est bien. Alors appréciez ce moment où vous êtes seul avec vous même». Et pis, voilà plus dans ce style de conseils globaux en leur faisant aimer les choses.*

**Q. Et tu sens que, eux, ils ont un intérêt pour ce genre de conseils? Ils sont réceptifs à ce que tu dis ou ça leur passe au-dessus?**

*R. Ben, ça dépend l'âge. C'est clair qu'avec des 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> primaires, c'est beaucoup plus difficile. Avec des 5-6<sup>ème</sup> tu peux commencer à leur faire prendre conscience que c'est pour eux. Je veux dire moi, je pense que j'ai compris que je travaillais et que je faisais les choses pour moi quand j'ai eu 20 ans. Donc, je travaillais pour mes parents. Je faisais les notes pour mes parents. Tu peux pas demander à un enfant de six ans de se rendre compte que c'est pour lui qu'il fait les choses. Mais je pense qu'ils ont un peu plus conscience. Pis à force d'entendre dire que le sport c'est bon, qu'il faut bouger, qu'il faut venir à l'école en vélo et à pieds et pas en voiture, qu'il faut essayer de pas manger trop gras, je pense qu'à force d'entendre ça par différents endroits, les profs', les parents etc... ça commence par rentrer. Maintenant, il y a... C'est clair que tu peux faire ce que tu veux, si les parents derrière ils en ont rien à foutre, le message il passera pas. Mais, je pense qu'ils..., petit à petit, ils se rendent compte, mais surtout après, au cycle, au collège. Mais nous aussi, on a un gros travail chez nous pour qu'ils entendent ça et probablement qu'on le met pas assez en avant, on en parle pas assez. C'est vrai. Faudrait qu'on soit plus dans le... C'est assez marrant parce que j'ai fait une année d'échange au Canada. Et là, il y a des cours de santé. Ils font des monstres cours de prévention, des cours... Tu as 4 heures de gym, enfin tu as pratiquement tous les jours de la gym. Mais une heure c'est de la santé et ils expliquent comment manger, qu'est-ce que tu dois faire attention et beaucoup de théorie. Mais en pratique, ils le font beaucoup moins. Nous après ici, on fait pas du tout de théorie, ou quasi pas, et je pense que ça serait bien d'en mettre un peu plus. Alors ça, c'est notre rôle aussi. Et je sais qu'il y a des cours sur la santé*

*qui vont gentiment être mis en place. Il y a des choses qui se font avec la «Fourchette verte», avec «L'école qui bouge», avec des choses comme ça. Mais peut-être, nous on devrait le faire encore plus. Et c'est vrai que, moi, si je réfléchis un peu, je le fais pas beaucoup. Alors après, j'ai des blocs dans mon programme, «Vivre avec son corps», «Stretching et musculation», où là j'introduis plus des notions de physio comme: «Faites attention avec votre dos, faites attention comme vous portez», «Votre vie elle est longue. Il faut prendre soin de votre corps. Si c'est toi qui a mal c'est pas lui, et si tu as mal, les gens peuvent t'aider mais c'est toi qui souffres». Et ces choses-là, je les fais dans des blocs. Après, il y a des blocs dans lesquels je parle pas du tout de santé.*

**Q. Avant, on a parlé de santé physique, mais est-ce qu'il y a un autre aspect de la santé qui peut être amélioré par le sport?**

*R. Ben, je pense que la santé psychologique on peut l'améliorer parce qu'il y aura probablement... Je sais pas, faudrait faire une étude, mais je pense qu'il y aurait beaucoup moins de gens dépressifs euh... chez les consommateurs de sport que chez les autres parce que c'est un défouloir. Je veux dire, si tu as ta semaine de travail comme adulte et pis le mardi soir tu fais deux heures de course ou de vélo, ça te permet d'évacuer et ça empêche pas mal de gens de péter un câble, de faire des «burn-out» ou des trucs comme ça. Ben, «Esprit sain dans un corps sain» c'est ça? C'est vrai que si tu es bien dans ton corps, tu es mieux dans ta tête.*

**Q. Et dans le cadre du cours d'éducation physique, tu as des contacts avec les parents d'élèves parfois?**

*R. Non jamais, et ça c'est une grosse différence avec le Canada. Ici, en tant que prof de sport, j'ai quasi zéro contact. Ben là, j'ai eu un contact avec un papa vendredi passé parce que sa fille elle s'est pété le doigt. Alors j'ai dû l'appeler et lui dire: «Voilà, il s'est passé ça», sinon non. Ça peut arriver de faire un mot aux parents en disant: «On va faire la course de Noël, ou on fait un truc spécifique». T'écris un mot aux parents en disant ben voilà euh... «Pour inscrire vos enfants à la course de Noël, il faut etc.» Mais sinon je peux dire que j'ai zéro contact avec les parents.*

**Q. Et tu penses que les habitudes sportives des parents et de la famille en générale, ça a une influence sur les enfants?**

*R. Enorme!!! Je connais aucun enfant de prof de sport qui n'est pas sportif. Donc, je veux dire, déjà là tu vois... Et pis souvent, quand tu as des parents qui font du sport, ben ils amènent leurs enfants sur des places de sport. Eux, ils font du sport, donc ils prennent les enfants avec.*

*Donc les enfants ils sont baignés là-dedans. Je pense qu'il y a aucun enfant de musicien qui fait pas de musique et je pense que la famille a un rôle primordial. Alors, c'est difficile de demander à des enfants de se bouger, si les parents ils font rien et qu'ils sont grabataires et qu'ils restent à la baraque tout le weekend.*

**Q. Et dans tes cours de sport, tu rencontres des enfants qui viennent de différents milieux culturels. Et, justement, est-ce que les différentes origines et les différents milieux culturels ou les habitudes familiales, ça peut avoir une influence sur ce qu'ils font en classe? Est-ce qu'il peut y avoir des soucis à cause de ça?**

*R. Ouf... (Silence)... euh... Après, je peux pas te dire par rapport aux lieux d'origine des enfants. Je peux pas te dire si les Suisses sont plus sportifs que les Portugais ou... arf... En tout cas, un truc qui est clair à Sion, même très clair, c'est qu'il y a des quartiers où les enfants sont sportifs et c'est peut être quand même les quartiers où il y a une majorité de Suisses. Je veux dire à Uvrier, à Bramois et à Gravelone, qui sont probablement les centres où il y a le plus de Suisses, tu vois le niveau à la piscine il est meilleur. Alors, peut-être parce que les parents vont plus souvent à la piscine ou peut-être qu'ils ont une piscine à la maison. Je sais pas. Ou peut-être que les parents font plus de sport aussi, mais c'est difficile à dire parce qu'il y a du bon dans tout et du moins bon dans tout aussi. Mais, peut-être globalement il y a des cultures qui font moins.*

**Q. Et la ville de Sion, tu penses que par ce qu'elle propose, ce qu'elle met en place et ses infrastructures, elle encourage suffisamment les jeunes à sortir, à aller faire du sport? Même pour les moins aisés?**

*R. Ouais, moi je trouve qu'à Sion c'est... On a une place de jeu incroyable. Il y avait 23 salles de gym. Donc, plus six ça fait 29. Tu as deux patinoires plus deux piscines extérieures. Non franchement les infrastructures elles sont top, un peu vieillissantes mais voilà, c'est normal, mais ils les retapent. On a une offre au niveau du sport scolaire qui est inégalée en tout cas en Valais et probablement en Suisse Romande. A part peut être 2-3 villes avec une offre similaire, avec des coûts qui sont dérisoires. Euh, la ville de Sion offre 100 francs à chaque enfant en chèque scolaire pour des activités sportives. En tout cas, au niveau primaire, c'est top. L'offre elle est là. Il y a le jardin des neiges, il y a vraiment tout pour bien faire. Je pense le service du sport fait un super travail à ce niveau-là. Euh on est six profs' de sport pour les écoles primaires, ce qui est de loin pas toujours le cas. On fait des heures de piscine avec tous les enfants. Donc, au niveau primaire, vraiment c'est extraordinaire. Après, au cycle, ben par exemple dans le cadre du sport scolaire, c'était très difficile à motiver les jeunes. Donc une participation très dérisoire. Donc à ce niveau-là, je pense qu'il y a du boulot à faire. Mais,*

*c'est difficile à trouver comment. Il y a le sport scolaire et le sport à l'école. Après, les gens du collège, globalement je pense qu'il y en a pas mal qui font des activités quoi. Et pour les adultes, l'offre est pas moins bien qu'ailleurs. Il y a eu beaucoup d'activités, on a reçu le prix Walker parce qu'on est une ville qui bouge. Tu as l'«Urban training» enfin, il y a tellement de choses à Sion.*

**Q. Et plus spécifiquement, pour le quartier de Champsec. J'y suis passé hier, j'ai parlé avec les profs' de l'école primaire. Et eux, ils militent pour avoir une salle de gym parce qu'ils en ont une mais très petite et ils ont pas vraiment de salle de sport dans le quartier.**

*R. Je pense que c'est le... le quartier le..., bon, il y a l'«Agorespace» qui vient d'être fait. Ils ont tout le complexe de Tourbillon qui vient d'être fait avec skatepark, cages à foot, patinoire. Donc, ils ont des infrastructures extérieures qui sont bien. Mais, effectivement, la salle de gym tu peux pas faire un cours de gym à 20 ou difficilement. Donc, c'est vrai que leur salle de gym de la Bruyère, elle est pas top. Et c'est probablement un des quartiers les plus défavorisés au niveau de la salle de gym. Uvrier, ils ont une superbe salle de gym. Bramois, elle est pas terrible, elle pourrait être refaite mais au moins elle est grande, il y a une scène. Après, les autres, Sacré-Cœur il y a assez. Colline, c'est bien. Gravelone, c'est bon.*

**Et ils disent aussi que pour faire des activités, il y a pas vraiment d'associations dans le quartier de Champsec, à part le FC Sion. Ils doivent donc sortir pour faire quelque chose.**

*R. Ouais, euh c'est vrai que dans le quartier immédiat ils ont pas grand-chose. Maintenant, on peut quand même se dire que de traverser Sion du Pont-de-la-Morge à Bramois c'est cinq minutes en voiture dans les heures qui sont pas de pointe... Tu peux pas tout avoir non plus. Je veux dire, tu peux pas avoir des agrès à Uvrier et Châteauneuf parce qu'on veut pouvoir aller à pied partout. Alors, effectivement, il y a des activités qu'il y... qu'on pourra jamais faire à Champsec et qu'on pourra faire à Gravelone et vice et versa. Maintenant, c'est vrai qu'il y a, à part le FC Sion, il y a pas beaucoup de choses là... Mais pour avoir des choses, il faut une infrastructure qui soit cohérente. Donc, il faudrait effectivement une plus grande salle de gym pour pouvoir faire des activités intérieures. Parce que bon... ouais, après ben ils ont aussi le jardin des neiges en hiver où ils peuvent aller à pied, il est pas loin, qui pourrait être utilisé peut-être par les profs' pour aller faire des glissades ou avec les parents. Pis l'herbe du voisin est jamais tellement plus verte. Non, mais c'est vrai qu'ici c'est fou. Tu dis: «Ah, je dois aller jusqu'à la piscine pour mon cours». Ben oui va à la piscine, tu peux pas aller à pied mais voilà quoi.*

**Q. Toi, tu as ton activité de prof de sport et de physio. Et ça correspond à quoi niveau pourcentage?**

*R. Je suis plus dans l'enseignement. J'ai un 70-80% d'enseignement et 20-30% de physio. Cela dépend des années et des périodes. Physio, j'ai trois demi-journées, mais ça dépend de la demande. Parfois, il y a moins et parfois plus. Et l'enseignement j'ai une vingtaine d'heures réparties entre 9 heures d'enseignement avec des classes, 6-7 heures de piscine, et des heures d'appui où on va donner un coup de main à un prof si il a besoin et une heure administrative pour du ski. Et la physio... et j'ai fait dix ans au service des sports pour l'organisation du sport scolaire et voilà.*

**Q. Et depuis combien de temps tu fais ces différents métiers?**

*R. Euh... j'ai fini en 2000 ma formation de physio. Donc, depuis 2000 je suis... Cela fait 13 ans que je fais ces deux ou trois choses en même temps. L'uni en sport, j'ai fini en 95, la HEC en 97 et physio en 2000. Après, j'ai travaillé, mais pendant que j'étudiais j'ai pas bossé. Donc de 95 à 2000 j'ai pas du tout donné de sport. J'avais la HEC donc j'avais assez de boulot. Et en 2000, j'ai fait prof d'économie à l'école d'informatique, ça j'ai fait trois ans. Donc là, j'avais prof d'économie, de gym, service des sports et la physio. Et ensuite, ils avaient plus de boulot en économie et ça m'allait bien. Et après, pendant six ans j'ai fait les trois trucs. Et depuis trois ans j'ai arrêté le service des sports. J'avais fais le tour, et après il faut laisser à d'autres qui ont une autre vision et qui mettent d'autres activités en place. Et là, je fais plus que les deux trucs, mais c'est bien. Parce que j'ai aussi 2 enfants en primaire. Donc, il y a assez, j'ai pas mal de trucs.*

## Focus groupe n°5 à l'école primaire de Champsec

**Lundi 7 octobre 2013**

Paola, Antoine, Marco, Paul, Tiffany, Blaise

Premier focus groupe de l'après-midi. Nous occupons la salle de travaux manuels. Nous nous installons autour d'une grande table carrée. Je reçois maintenant des élèves de quatrième primaire.

Paola: Parents de catégorie socioprofessionnelle populaire. Assez corpulente, réservée.

Antoine: A perdu son père la veille de l'interview, parents de catégorie socioprofessionnelle populaire. Africain, le plus âgé de la classe, assez grand et expressif, allure de sportif.

Marco: Parents de catégorie socioprofessionnelle populaire. Rien de très spécial, pas de gêne à s'exprimer.

Paul: Parents de catégorie socioprofessionnelle populaire. Très timide, chétif.

Tiffany: Parents de catégorie socioprofessionnelle populaire. Assez coquette, assez grande, très joviale.

Blaise: Parents de catégorie socioprofessionnelle populaire. Asiatique, très expressif, allure de sportif.

### **Q. Comment vous venez à l'école?**

*Tiffany: A pied et en trott', avec mes voisines.*

*Blaise: Juste à pied et tout seul et parfois avec ma sœur.*

*Paola: En vélo, en trottinette ou à pied et toute seule.*

*Marco: Tout seul, en vélo, à pied ou en trott' mais c'est plus en vélo ou à pied.*

*Paul: Tout seul à pied.*

*Antoine: Tout seul à pied.*

### **Q. Et pendant la récréation, je vous ai regardé jouer. Mais, qu'est-ce que vous faites pendant la récréation?**

*Marco: Ben, on joue au foot avec euh... Ce matin on a fait 3<sup>ème</sup> contre 3<sup>ème</sup> et moi et un autre copain on nous a séparés pis on a mis dans deux groupes différents.*

*Blaise: On joue au frisbee.*

*Tiffany: Au frisbee aussi avec Blaise, Fiona et les autres.*

*Paola: Moi, je fais de la trottinette avec Clara et pis d'autres copains et copines.*

### **Q. Et pendant l'heure de midi vous faites quoi?**

*Marco: Je rentre chez moi. Je commence à faire les devoirs si j'ai le temps. Je vais dîner et si j'ai encore le temps, je continue les devoirs pis je viens à l'école.*

*Paul: Je euh... je euh... je vais tout de suite à l'école **Tu rentres chez toi? Oui. Et tu vas manger? Oui. Et si tu as un peu de temps après manger tu fais quoi?** Euh, je vais sur ma tablette pour m'occuper et je viens faire les devoirs à l'école.*

*Blaise: Eh ben, je rentre directement. Je mange. Je fais signer ce qu'il y a à signer pis je dois repartir pour l'étude.*

*Tiffany: Moi, je rentre à la maison. Je dîne. Si j'ai le temps, je fais les devoirs. Sinon, je fais à moitié les devoirs, j'écoute de la musique et je repars.*

**Antoine:** Je rentre chez moi et je mange. Et après, je fais les devoirs. Et quand j'ai le temps de faire quelque chose, je joue à la DS.

**Paola:** Moi, je rentre chez moi, je fais mes devoirs en premier et après je dîne. Et si j'ai un petit peu de temps, ben je joue à la corde à sauter avec ma sœur.

### **Q. Et l'après-midi, quand c'est fini l'école, vous faites quoi?**

**Marco:** Tous les lundis et les mercredis, j'ai l'entraînement de foot. Alors, c'est rentrer, si j'ai le temps je euh... je fais un peu les devoirs. Je goûte et je vais au foot.

**Tiffany:** Moi, je rentre à la maison. Soit je goûte ou je goûte pas, mais après euh...le lundi, mardi, mercredi et jeudi, je rentre directement à la maison pour faire les devoirs. Et le vendredi, je rentre et je vais jouer dehors.

**Antoine:** Ben moi, quand je rentre, je goûte et après je vais à l'entraînement de foot à Bramois.

**Paola:** Moi, le mercredi je rentre chez moi. Je dîne et après j'ai le bricolage et l'art plastique.

**Blaise:** Le mardi, quand j'ai fini, je rentre directement. Et puisque ma sœur elle a la danse, eh ben, soit ils sont là et je peux aller avec eux, soit ils sont déjà partis. **Et tu restes seul? Oui. Et tu fais quoi? Je m'occupe ou je fais mes devoirs. Tu fais quoi pour t'occuper? Je les attends et je lis.**

### **Q. Et pour aller chez vous, est-ce que vous utilisez des escaliers pour monter chez vous ou bien des ascenseurs?**

**Tiffany:** Euh moi, ça dépend. Parce que quand je viens en trott', je vais en ascenseur et quand je suis à pied, je prends souvent les escaliers.

**Paul:** Moi, toujours en ascenseur.

**Marco:** Toujours en escalier.

**Blaise:** Toujours en ascenseur.

**Paola:** Ben moi, j'habite au rez-de-chaussée.

**Antoine:** Toujours en escaliers.

### **Q Et en dehors de l'école, c'est quoi vos activités?**

**Tiffany:** Moi euh..., pendant ce temps, c'est rien. Mais, souvent je fais de la danse avec Estelle. **C'est ta prof Estelle? Oui. Et tu as des copines qui font la danse? Avant j'en avais, oui. Mais, maintenant j'ai un peu arrêté. Mais je pense que je vais m'inscrire.**

**Et Antoine tu joues au foot toi? Oui. Avec qui? Des gens que je connais à Bramois. Et tu vas comment jusqu'à Bramois? En trott' ou en vélo. C'est loin Bramois? Ca va, je vais assez vite.**

**Paul:** Moi, hors de l'école, parfois je vais sur la télé. Et parfois, je m'ennuie trop sur la télé alors je propose à mes deux sœurs de faire un petit théâtre.

**Marco:** Moi, je vais à l'entraînement. Et il y a beaucoup de copains que je connais parce que ça fait depuis l'année passée que je suis avec eux. Et j'ai passé en E7. Maintenant, je suis passé en E5. Et on est toujours ensemble avec un groupe. On se connaît tous sauf deux qui viennent d'arriver, mais on les connaît quand même bien.

### **Q. Et qui c'est qui vous a donné envie de faire ça? Pourquoi vous avez commencé ces activités?**

**Tiffany:** Parce que moi, eh ben à la maison, je dansais souvent toute seule. Et ma mère elle a vu dans un catalogue un cours de danse alors on a été voir et ça m'a plu.

**Blaise:** (Silence). Ben moi, je fais pas grand-chose. Parfois, quand je suis dehors, je suis avec mes copains dans le petit parc.

**Marco:** Ben, parce que j'aimais bien et je demandais toujours à mes parents pour m'inscrire. Dès que j'avais fini mes devoirs, j'allais dehors appeler des amis et on faisait des petits matchs. Et le premier jour que j'ai été appelé mes amis, mes parents ils ont vu que j'aimais bien le foot. Et après ils euh... m'ont demandé et moi j'ai dit ok et ils m'ont inscrit.



**Q. Et quand vous êtes pas à ces activités et que vous voulez retrouver vos amis, vous allez où?**

*Tiffany:* Moi, euh je... je suis à la maison. Je descends sonner chez ma copine. Soit je m'occupe de mon lapin, soit je prends ma trott' avec mon frère et on va jouer dehors.

*Antoine:* Moi, soit je joue dans l'«Agorespace», soit dans mon immeuble. Je vais chez mon copain Adele et on joue à la play.

*Paola:* Moi, parfois je sonne chez Paul ou je sonne chez une copine et on joue dehors devant. **Il y a un parc?** Oui, il y a un parc avec des balançoires, un toboggan et des tables.

**Q. Et pourquoi vous avez envie d'aller faire votre activité? Qu'est-ce qui vous donne envie?**

*Tiffany:* Ben moi, j'aime bien danser, euh... pis j'aime bien aussi la musique aussi.

*Marco:* Parce que j'aime bien le foot. Et tous mes copains, j'ai toujours envie de les revoir. Parce qu'il y en a aucun qui habite ici. Alors, ils sont tous au Sacré-Cœur. Alors, parfois, je vais chez eux et on joue ou on va ensemble quelque part et on s'entraîne. Pis après, j'aime bien aller au foot parce que je pourrais revoir mes copains.

*Paul:* Parce que je prends l'air.

*Blaise:* Parce que mes copains ils sont sympas.

*Paola:* Parce que j'aime bien jouer dehors.

*Antoine:* Moi, c'est pour me distraire. Parce que quand j'ai rien à faire, je vais dehors.

**Q. Et est-ce qu'il y a parfois des activités que vous devez faire mais que vous aimez pas du tout?**

*Tiffany:* Moi, j'aime pas euh... Je suis portugaise et ma mère elle m'a inscrite à l'école portugaise. Et moi, j'aime pas trop faire. Mais je suis un peu obligée pour savoir écrire.

*Marco:* Moi, avant je faisais l'école portugaise avec les entraînements tous les vendredis après l'école. Et pis après, vu que je suis passé en E5, c'était beaucoup plus stress. Alors, ils m'ont enlevé de l'école portugaise. Et je fais que le foot vu que sinon, on devait toujours aller à droite à gauche et on arrivait jamais.

*Blaise:* Moi, j'aime pas trop me déplacer le soir pour aller voir des copines à ma mère. **Et tu aimerais faire quoi d'autre?** Rester à la maison ou jouer dehors.

**Q. Et les amis que vous avez dans vos activités, est-ce que vous les voyez ailleurs?**

*Tiffany:* Euh moi, souvent je les vois au magasin ou au lac, aux îles. Parce qu'ils vont souvent là-bas et nous aussi pour aller se baigner.

*Antoine:* Moi, je les vois tous les jours n'importe où. Soit ici à l'école, soit devant chez moi.

*Paola:* Oui, je les vois à l'école. Je les vois dehors et quand je vais au magasin aussi.

*Blaise:* Moi, je les vois à Savièse, St-Léonard, Flanthey. **Tu te déplaces beaucoup toi. Tu vas exprès pour les voir?** Oui, et parfois c'est lui qui vient me voir.

*Marco:* Moi parfois, je vais au parc et je retrouve mes amis. Et s'ils sont pas là, je vais sonner et je dis de descendre. Et quand on est assez, ben on prend les gants et on fait un petit match et on se regroupe. On se donne des rendez-vous et on joue. **Et le parc il est où?** Juste à côté de chez moi.

**Q. Et pendant les vacances et les weekends, vous faites pareil que pendant la semaine ou vous avez d'autres activités?**

*Tiffany:* Moi, quand je suis en vacance, ben euh... je reste à la maison. Mais mes voisines, elles partent en premier en voyage. Alors moi, je reste à la maison et souvent il y a des copains qui viennent nous voir. Et c'est juste après que je pars en vacance. **Et tu fais quoi avec les copains qui viennent te voir?** Ben en fait, souvent, c'est des copains à mon père. Et avec ma mère ils discutent, ils parlent, ils donnent des rendez-vous pour aller dîner. Et parfois, c'est des copines à moi. **Et tu fais quoi avec ces copines?** Ben, soit on va dans la chambre jouer aux barbies, soit à la tablette. Et pis euh, soit on va jouer dehors à la trott' ou soit on va au magasin parfois.

**Antoine:** Ben moi, samedi j'ai mes matchs de foot. Et puis euh, quand j'ai pas l'école, le dimanche, je reste chez moi et je regarde la télé.

**Marco:** Quand j'ai des vacances, j'ai les entraînements en salle. Alors je vais. Pis sinon, on appelle des copains et on joue. **Et la salle elle est où? On sait pas toujours. Mais c'est pas ici?** Non, parfois avant, l'entraîneur il nous dit avant où c'est. Et il nous donne les horaires ou il nous envoie un message pour nous dire où c'est.

**Blaise:** Nous, on prend l'avion et on va en Thaïlande et ça fait un jour d'avion.

### **Et vous faites souvent des activités avec vos parents, vos frères, vos sœurs?**

**Paul:** Parfois, en été, j'allais à la piscine avec ma mère, ma petite sœur, mes deux sœurs et moi.

**Tiffany:** Nous, on fait des sorties parfois pour aller voir des copains. Soit on va à la piscine avec tout le monde, soit mon père et mon frère ils vont jouer au foot dehors.

**Paola:** Ben moi, je fais de l'art plastique avec ma sœur.

**Marco:** Moi je fais... On va souvent à la piscine. On fait beaucoup d'activités, parfois proche et parfois loin, avec mes parents et ma petite sœur. Avant, on allait souvent au labyrinthe aventure. Et parfois on va avec mon papa, ma maman, ma petite sœur et moi. On va souvent voir les chevaux et après on passe au stade et on regarde l'entraînement ou alors on joue au foot et on fait des tirs au but.

### **Q. Et à l'école qu'est-ce qui vous plaît le plus?**

**Paul:** Moi, à l'école, pendant la récré, je vais aux barres et je fais des acrobaties.

**Blaise:** Français, lecture et maths.

**Tiffany:** Moi, j'aime bien venir à l'école parce qu'on voit tous les jours les amis qu'on voit pas le samedi et le dimanche. Et j'aime bien le vendredi parce qu'on fait le dessin.

**Antoine:** Moi, j'aime bien le mardi parce qu'on à la gym. **Pourquoi tu aimes bien la gym?** Parce que je suis le plus fort. Le mercredi, parce que l'après-midi on a pas l'école. Et le vendredi, parce qu'après c'est le weekend. **Et à part que tu es le plus fort, il y a quelque chose que tu aimes dans la gym qui est différent des autres cours?** Euh ben euh...

**Tiffany:** Ben, par exemple, on peut faire les perches ou le cerceau. Pis ça, on aime bien faire, comme le saute mouton, pis ça c'est des choses qu'on peut pas trop faire dehors quand on fait la gym.

**Paola:** Ben moi, c'est le chant et la récréation. **Pourquoi la récré?** Parce que je peux aller aux barres et c'est tout.

### **Q. Là, je vais vous montrer une petite image. C'est le corps d'une fille et d'un garçon et il y a plusieurs silhouettes différentes. Vous allez me dire laquelle vous préférez.**

**Paola:** La A parce qu'elle est maigre.

**Tiffany:** Moi, la B parce qu'elle est pas trop maigre ni trop grosse et ça va.

**Paul:** La A parce que je suis tout maigre.

**Antoine:** Moi, la B parce que comme elle a dit Tiffany c'est ni trop gros ni trop maigre.

**Marco:** Moi, la B parce que je suis pas trop gros mais je suis pas tout maigre.

### **Q. Et pour vous, ça veut dire quoi être en forme?**

**Tiffany:** Ben, ça veut dire qu'on peut euh... par exemple, on peut courir sans avoir mal. On peut bouger, on peut tendre un bras sans se faire mal. C'est qu'on est en forme.

**Blaise:** On peut sauter, on peut tout faire. Bouger, par exemple, de trois mètres de hauteur.

**Paola:** Ben euh... Etre euh... content et...

**Antoine:** Bien bouger et pas avoir mal quelque part.

**Marco:** De toujours, ne jamais être fatigué. On veut toujours faire des choses et à la fin de la journée on est toujours pas fatigué.

### **Q. Et c'est important d'être en forme?**

**Tous ensemble:** OUI!!(général).

### **Comment c'est important?**

*Blaise:* Pour être en bonne santé.

*Tiffany:* Pour pas être malade et avoir des maladies.

### **Et ça veut dire quoi être en bonne santé alors?**

*Tiffany:* Ben, ça veut dire qu'on est bien. Qu'on peut bien respirer, bouger et tout.

*Marco:* Qu'on a pas de problèmes. Parce qu'il y a des personnes, comme mon arrière grand-père, il avait une maladie au cœur. Et parfois, le cœur il s'arrêtait et pis il revenait battre. Et mon arrière grand-mère avant, elle parlait bien. Mais après elle a eu un problème au cerveau et elle pouvait plus parler comme il faut.

*Blaise:* Ben, on peut tout faire, on mange sain, on peut faire tous les jours des choses. Mon grand-père, il avait de la saleté dans la gorge. Alors il a un tuyau et il est tombé d'un arbre.

### **Q. Et comment on voit qu'une personne est en bonne santé?**

*Tiffany:* Ben, par exemple, parfois il y a des coureurs qui courent hyper vite et qui boivent. Et on voit qu'ils sont en bonne santé. Et parfois, il y a des gens qui courent lentement. Et on voit qu'ils sont pas bien avec leur tête.

*Blaise:* Ils sourient et ils sont de bonne humeur.

### **Q. Et vous pensez quoi des gens qui ne sont pas en bonne santé?**

*Tiffany:* Ben, par exemple, ils ont pas bien mangé et ils sont tout euh... maigre ou gros. Et après, ils ont une maladie.

*Paul:* Euh..., ça veut dire que des personnes malades elles souffrent avec leur maladie.

*Marco:* Ben, c'est un peu triste. Parce que parfois, on doit aller à l'hôpital se faire enlever des choses. Et ma maman elle m'a dit, parce qu'elle travaillait à l'hôpital, que quand on doit enlever des choses du ventre c'est jamais bon signe.

*Antoine:* Ben par exemple, si on vomit trois fois, ça veut dire qu'on est pas en bonne santé. Parce que moi, une fois vers 1h j'avais vomi deux fois.

### **Q. Et vous, vous êtes en bonne santé?**

*Tous ensemble:* OUI!!

### **Et vous faites quoi pour être en bonne santé?**

*Tiffany:* Ben moi, souvent, je saute à la corde. Je cours dans la maison. Et je vois que je suis en forme. Parce que parfois, je suis assise dans le canapé et je me sens pas bien. Parce que je suis toujours assise.

*Antoine:* Ben moi, je fais des courses.

*Marco:* Moi, je bouge beaucoup et j'aime bien bouger et courir. Et parfois je m'entraîne à la course.

### **Q Et être en bonne santé, c'est important que pour le corps ou il y a autre chose que le corps?**

*Antoine:* Euh oui que le corps.

*Tiffany:* Moi, pas parce que ma grand-mère elle est vieille et pis elle a 80 ans. Et dehors elle peut être vieille. Euh... non, dedans elle peut être vieille et dehors aussi. Mais elle, elle va chaque fois à la maison, elle va prendre du maïs, elle va arroser tout. Elle va donner à manger aux poules et elle est jamais fatiguée. Pis elle se réveille vers les six heures du matin. Et on la voit toujours bouger. Et moi, parfois, quand on arrive à la maison, on la voit presque pas.

*Blaise:* Moi, ma grand-mère elle se réveille à quatre heures du matin. Elle commence les vignes jusqu'à midi. Mais, elle est plus allée depuis que grand-papa il est tombé de l'arbre.

### **Q. Et ça sert à quoi les activités que vous faites?**

*Tiffany:* Ben, à être bien avec nous. Et pis euh... par exemple, des gens font pas de sport et ils tombent trop souvent malade. Alors que nous, on peut faire du sport et on tombe pas souvent malade. Tandis que les gens qui font pas, ils bougent pas. Ben ils vont tomber malade.

*Antoine:* A s'améliorer au sport qu'on fait.

**Q. Et vous parlez de la santé avec vos parents?**

*Tous ensemble:* Non.

*Marco:* Euh oui, quand on est malade à la maison, on a un petit livre et ça s'appelle «se soigner avec les plantes». Et quand on est malade, on regarde là et on va chercher ces plantes. Et on fait ce qu'il faut faire.

*Paul:* Oui, moi en fait, il y a mon père qui à l'œsophage qui s'est rétréci sur six centimètres. Alors il a un tuyau qui lui donne à manger à l'estomac.

*Mélanie:* Ben moi, par exemple, j'en parle quand il est sur le canapé et qu'il y a rien à faire. Je lui dis que je suis pas bien et je lui parle.

**Et ils vous donnent des conseils vos parents?**

*Tiffany:* Ben moi, ma mère elle me dit par exemple: «Va jouer dehors, va appeler tes voisines, va au balcon, va faire tes devoirs» et des trucs comme ça.

*Blaise:* Moi, on en parle jamais. A part parfois, chez ma grand-maman, elle me dit d'aller jouer dehors.

**Et vous êtes d'accord avec eux?**

*Tous ensemble:* OUI.

*Marco:* Parfois pas, quand j'ai pas tout fait les devoirs, ils me disent d'aller. Et on est pas toujours d'accord parce que je veux faire les devoirs et je suis obligé d'aller.

*Tiffany:* Moi, je suis un peu d'accord. Parce que une fois, j'étais chez ma grand-mère et elle m'a dit: «Va jouer dehors, va faire du foot parce que ça te fais du bien» et après j'ai été.

**Q. Et à part dans votre famille, il y a un autre endroit ou une autre personne qui vous parle de la santé?**

*Tous ensemble:* Non.

*Marco:* Le médecin, quand on va à l'hôpital. Et les choses importantes pour la santé.

*Antoine:* A l'école, le prof ben il dit de pas trop manger euh... je sais pas trop.

*Blaise:* Parfois, c'est mon copain. Mais lui, s'il veut pas aller dehors, il va pas dehors. **Il te parle de la santé ton copain?** Oui, il me dit: «Va dehors». Mais lui, quand il veut pas aller, il va pas.

*Tiffany:* Moi, euh c'est ma maîtresse de portugais. Elle nous dit parfois que, quand elle était petite, elle mangeait beaucoup de chocolat et de bonbons. Et elle nous dit à nous de pas trop manger parce que ça nous fait mal aux dents, et de bien alimenter notre cerveau. Pis elle nous parle souvent de ces choses.

**Q. Je vais vous montrer encore quelques images et vous allez en choisir une et me dire ce que vous en pensez.**

**Mélanie pourquoi les deux enfants qui vont à l'école?**

*Tiffany:* Parce que j'aime courir et faire des courses avec mon frère.

**Et les trois qui ont choisi la Playstation, pourquoi?**

*Antoine:* Parce que j'adore jouer à la «play».

*Paul:* Moi, je joue parfois.

*Marco:* Moi, j'aime bien jouer aux jeux vidéo. Et pis euh... parfois, j'invite des amis et on va jouer dehors.

**Et ici on voit quoi?**

*Des gens qui font du sport. Et ils ont l'air bien? Non. Pourquoi ils ont pas l'air bien?*

*Tiffany:* Parce qu'ils sont tout rouge et ils ont l'air fatigués.

## **Annexe H: Extraits du journal de terrain**

### **Champsec, le 21 octobre 2013**

Il est midi. La cour du centre scolaire est vide. Les enfants doivent être en train de manger chez eux. Je remarque quelques personnes qui se baladent: un homme passe à vélo, une dame promène son chien. Tout est paisible.

A 12h43 le premier enfant arrive à trottinette, seul. Les jeunes arrivent ensuite les uns après les autres, à pied, à vélo, à trottinette. Cette place, si calme jusque là, prend des allures de fourmilière géante. D'un côté, un groupe joue aux billes, de l'autre, certains dansent. Sur l'«Agorespace» un match de football a débuté. C'est un véritable tourbillon de vie qui envahit la cour.

A 13h00 la cloche sonne. La plupart des enfants entrent dans l'école. Je demande à un garçon ce qui se passe, il me répond que c'est l'heure de l'étude.

Le silence refait son apparition dans la cour d'école. Des adultes la traversent, sûrement pour aller travailler. La majorité d'entre eux porte des habits de chantier. Une telle énergie s'est dégagée de la cour pendant 20 minutes que j'ai l'impression d'avoir joué avec les enfants.

J'ai quitté la cour d'école pour observer le reste du quartier. Je croise des mamans avec des poussettes, des personnes âgées. La terrasse du bar est occupée par quelques individus qui discutent et rigolent. Au détour d'un parc de jeux j'aperçois une dizaine d'enfants et quelques adultes. Je comprends qu'il s'agit d'une classe de l'école enfantine. Ce que j'observe ce sont des sourires, j'entends des rires!! Quelle chance ils ont!!

Que cette journée fut intéressante. Elle a attisé ma curiosité. J'ai le sentiment que ces enfants sont heureux et en santé. Pour moi qui aime l'activité physique, voir ces jeunes s'épanouir en jouant me rend heureux. Des questions se bousculent dans ma tête: Que font-ils maintenant? Sont-ils toujours en train de jouer?

## Villars-Vert, le 22 octobre 2013

Je suis dans la cour d'école. Il est 12h05. Elle est totalement vide. Cette place me paraît terne, remplie de béton. J'ai l'impression d'être dans la cour d'une «école fantôme».

Mais j'entends des cris. Je décide d'aller voir. Un peu plus haut il y a le terrain de foot. Il est 12h15 et plusieurs jeunes y jouent. C'est magnifique! Mais que font-ils? Ne mangent-ils pas? Ne rentrent-ils pas chez eux? Je m'assieds sur un banc public et j'observe ce qui se passe. Différents groupes jouent avec un ballon. Pas une seule fille sur le terrain! Elles sont à côté, sur la place de jeux, et elles s'occupent des plus petits. Ce sont certainement des grandes sœurs mais elles agissent comme des mères.

Le terrain se remplit toujours plus. Il n'y a plus de place pour tout le monde... Certains sont mis de côté, à l'écart, et ils observent les autres jouer. Ce sont surtout les plus grands qui prennent la place. Plusieurs cyclistes et coureurs passent devant moi à intervalle régulier.

Cela fait plus d'une heure que je les regarde et certains n'ont pas bougé de là. Est-ce comme cela tous les jours? De temps en temps, un adulte sort au balcon de l'immeuble pour appeler un jeune.

A 13h50 le terrain est quasiment vide. L'école va commencer.

Je me balade dans la rue; personne... Quelques voitures passent, je croise un groupe de mamans qui discutent, une grand-maman avec ses petits enfants.

Les immeubles ont l'air vieux. Quelques places de jeux y sont reliées mais pour l'instant personne ne les utilise.

A 16h50 des jeunes prennent possession de la rue. Des parties de cache-cache s'organisent, tout reprend vie.

Je suis fatigué mais content, content de voir que ces jeunes s'amuse, jouent, se dépensent. Mais où sont leurs parents? Pourquoi ne rentrent-ils pas à midi? Comment font-ils pour le dîner?

## **Remerciements**

Je tiens à remercier le Prof. Dr. André Gogoll qui a répondu favorablement à la proposition du thème de mon travail de Master et qui a tenu son rôle de conseiller durant l'élaboration de ce dernier.

Je remercie particulièrement la Dr. Monica Aceti qui, en tant que co-conseillère, m'a aidé à la rédaction de ce travail grâce à un suivi de qualité et à des conseils appropriés.

J'exprime également ma gratitude envers mon entourage pour son soutien ainsi que pour la relecture de mon analyse.

Pour conclure, je désire remercier tous les intervenants que j'ai rencontrés: Directeur d'établissement scolaire, maîtres d'éducation physique, médiateur scolaire, psychologue du sport, responsables d'association de quartier, entraîneurs et élèves pour leur disponibilité et leur collaboration.

## **Déclaration personnelle et droits d'auteur**

### **Déclaration personnelle**

Je, soussigné, certifie avoir réalisé le présent travail de façon autonome, sans aide illicite quelconque. Tout élément emprunté littéralement ou mutatis mutandis à des publications ou à des sources inconnues, a été rendu reconnaissable comme tel.

Sion, le 2 mars 2014

Yannick Masserey

### **Droits d'auteur**

Je, soussigné, reconnais que le présent travail est une partie constituante de la formation en Sciences du Mouvement et du Sport à l'Université de Fribourg. Je m'engage donc à céder entièrement les droits d'auteur – y compris les droits de publication et autres droits liés à des fins commerciales ou bénévoles – à l'Université de Fribourg.

La cession à tiers des droits d'auteur par l'Université est soumise à l'accord du soussigné uniquement.

Cet accord ne peut faire l'objet d'aucune rétribution financière.

Sion, le 2 mars 2014

Yannick Masserey