



# Sport et égalité des sexes. Regard sur les jeunes filles

**Gertrud Pfister**

Professeur au Département des Sciences de l'Exercice et du Sport,  
Université de Copenhague (Danemark)

## ARTICLE

**En dépit des avantages bien documentés de l'activité physique, des nombreuses campagnes en faveur de l'adoption d'un style de vie sain et de la liste sans fin de conseils sur la manière de devenir actif et bien portant, un pourcentage considérable de la population –davantage de jeunes filles et de femmes que de garçons et d'hommes– mène une vie sédentaire.**

**Dans cet article, j'apporterai des informations quant aux activités physiques et au sport des jeunes filles et aux raisons qui peuvent expliquer leur faible taux de participation au sport (pour tous), et je ferai des recommandations pour la mise en œuvre de mesures et de programmes encourageant les jeunes filles et leur permettant de devenir physiquement actives.**

### Introduction et questions

« Le roi n'était plus satisfait du fait que sa fille ait quitté les sentiers directs et étroits de son royaume et se soit mise à folâtrer sur les bas-côtés, aussi lui offrit-il une voiture à cheval.

–Maintenant, lui dit-il, tu n'auras plus besoin de marcher. Maintenant, pensait-il, tu ne devras plus marcher.

Et ce qu'il obtint, c'est que, maintenant, elle ne pouvait plus marcher. » (Anders 1956, 96)

Le commentaire métaphorique de Günther Anders sur la vie moderne est aujourd'hui encore plus approprié qu'en 1956. Actuellement, il semble bien qu'une bonne partie de la population des pays occidentaux utilise des voitures au lieu de ses pieds.

En dépit des avantages bien documentés des activités physiques, des nombreuses campagnes plaidant pour l'adoption d'un mode de vie sain et de la liste sans fin de conseils quant à la manière d'être actif et en bonne santé, un considérable pourcentage de la population – davantage de jeunes filles et de femmes que de jeunes garçons et d'hommes – mènent une vie sédentaire.

Dans cet article, j'apporterai des informations sur les activités physiques et le sport des jeunes filles, sur les raisons qui expliquent leur faible taux de participation aux sports (pour tous). Je ferai aussi des recommandations pour mettre en œuvre des mesures et des programmes encourageant et permettant aux jeunes filles de devenir physiquement actives.

J'ai choisi de mettre l'accent sur l'enfance et l'adolescence (de 10 à 15 ans) parce que c'est dans cette phase de la vie que les habitudes et les goûts sont adoptés et/ou consolidés. En outre, des études du monde entier avec des conceptions similaires sont disponibles sur ce groupe d'âge.

Il faut signaler, cependant, qu'il y a de grandes différences entre les jeunes filles en fonction de leurs circonstances de vie, et notamment leur classe sociale, leur origine ethnique, leur religion, leur culture, leur environnement matériel et leur lieu de vie. Les jeunes filles musulmanes ont, par exemple, pour de nombreux aspects, des opportunités similaires pour être physiquement actives mais elles font face, parallèlement, à des challenges spécifiques (Pfister, 2010). Bien que la situation des jeunes

filles ayant un *background* de minorité ethnique soit une préoccupation croissante dans de nombreux pays, cet article, à cause de l'espace nécessairement limité de cette contribution, s'intéressera principalement aux jeunes filles de la population majoritaire. Ainsi, je ferai référence principalement à la situation dans les pays européens, mais l'information et les recommandations peuvent aisément être transférées à d'autres pays et cultures. Enfin, dans cet article, le terme « sport » est utilisé dans son sens large de « sport pour tous », similaire au terme « activités physiques (récréatives) ».

### La participation aux sports

Plusieurs études représentatives effectuées dans l'UE donnent un excellent aperçu de la quantité, de la durée et de l'intensité des activités physiques de divers groupes de la population, et notamment des adolescents. De surcroît, des études en profondeur conduites dans de nombreux pays, régions et villes donnent une bonne image de la participation des habitants aux sports, par exemple des types de sport, des niveaux de performance, des motivations, etc.<sup>1</sup>

Cependant, la plupart des données disponibles sont basées sur des auto-rapports, qui présentent des avantages mais aussi des inconvénients. Les comparaisons entre les études conduites avec des accéléromètres et celles qui sont basées sur des enquêtes montrent que ceux qui répondent aux questionnaires tendent à surestimer la quantité ainsi que l'intensité de leurs activités. Même ainsi, les taux de participation aux sports mentionnés dans les enquêtes sont plutôt faibles, comme nous le disions : par exemple, dans un rapport publié par le Willibald-Gebhard-Institute (basé en Allemagne) : « Les clubs de sports européens ont eu des taux constants de participation pendant des années. Et, par conséquent, le degré d'organisation dans les pays de l'Europe occidentale et de la Scandinavie [...] se situe entre 50 et 70 % pour les enfants et entre 30 et 50 % pour les jeunes. Toutefois, le degré élevé de participation aux sports n'est pas suffisant pour compenser l'inactivité croissante dans la vie quotidienne. Environ la moitié des jeunes Européens n'effectuent pas la quantité recommandée d'activité physique nécessaire pour une bonne santé

(activité physique modérée contrôlée par jour) <sup>2</sup>. »

Le Bureau régional pour l'Europe de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) a présenté des chiffres encore plus inquiétants dans un communiqué de presse en décembre 2006 : « Seuls 34 % de jeunes Européens âgés de 11, 13 et 15 ans déclarent pratiquer une activité physique suffisante pour répondre aux directives actuelles<sup>3</sup> ». Cette déclaration est basée sur une étude de *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC) -Comportements de Santé chez les enfants d'âge scolaire- qui apporte des données complètes sur les modèles d'activité chez les enfants et les adolescents en Europe<sup>4</sup>.

L'étude HBSC 2006, qui a été menée dans quarante et un pays européens, a révélé que 25 % des garçons et 19 % des filles (âgés de 13 ans) et 19 % des garçons et 12 % des filles (âgés de 15 ans) ont été au moins 60 minutes vigoureusement actifs pendant cinq jours ou plus par semaine (comme il est mentionné dans les recommandations sanitaires)<sup>5</sup>. Il y a de grandes différences entre les pays : en effet, 46 % des garçons slovaques (âgés de 15 ans) mais seulement 11 % des garçons suédois, et 29 % des jeunes filles slovaques mais seulement 5 % des jeunes filles en France et au Portugal remplissent les conditions demandées par les experts de la santé<sup>6</sup>.

Des études conduites dans différents pays ont révélé une image similaire et montré un déclin dramatique des activités physiques parmi les jeunes filles de 13 à 15 ans. Cette déclaration faite par la *Women's Sport and Fitness Foundation* au Royaume-Uni reflète la situation dans de nombreux pays :

« Il y a une crise dans le sport et le *fitness* féminins au RU. Plus de 80 % des femmes et des jeunes filles n'ont pas assez d'activité physique pour conserver une bonne santé. Les jeunes femmes sont maintenant deux fois moins actives que les jeunes hommes. Il est prévu que cette situation empire au cours des dix prochaines années<sup>7</sup>. »

Mais les jeunes filles sont affectées par cette tendance de différentes manières et à différents degrés. Comme des études dans divers pays occidentaux l'ont révélé, un pourcentage élevé d'adolescentes ayant un *background* de classe moyenne ou élevée s'engagent dans le sport, alors que les jeunes filles ayant un *background* ouvrier ou immigré sont surreprésentées dans la population physiquement inactive.

La *Global School-based Student Health Survey* (GSHS) -Étude mondiale de la santé des jeunes scolarisés-, développée par l'Organisation mondiale de la Santé et menée dans un grand nombre de pays dans le monde entier, confirme les données européennes et montre de grandes différences entre les sexes en ce qui concerne les activités physiques chez les jeunes garçons et filles (âgés de 13 à 15 ans), différences qui sont encore plus significatives dans les pays islamiques et/ou à faible revenu<sup>8</sup>.



Source : Fotoquelle : LaufReport.de

### Types d'activité

Certaines activités récréatives telles que la natation, le cyclisme ou le patinage en ligne sont « neutres du point de vue du genre » et populaires parmi les deux sexes. D'autres sports et exercices sont dominés par l'un ou l'autre sexe<sup>9</sup>. En dépit des préférences de sports dues aux spécificités culturelles, des tendances similaires de pratiques sportives marquées sexuellement peuvent être observées dans de nombreux pays et régions. Les garçons préfèrent les jeux de balle (le football en particulier) et les sports à risque, alors que les jeunes filles optent pour des activités expressives/esthétiques telles que la gymnastique, l'aérobic ou la danse. Les parcs de skateboard sont des domaines de garçons ; les écuries, des lieux « réservés » aux jeunes filles. Pour de nombreuses jeunes filles des pays occidentaux, en effet, l'équitation est un rêve - souvent irréaliste, d'ailleurs (Pfister, 1993).

Les garçons « s'approprient » l'environnement ; ils utilisent et aiment utiliser les installations extérieures alors que les jeunes filles préfèrent demeurer à l'intérieur ou près de chez elles. La recherche montre que les garçons explorent de plus vastes espaces que les jeunes filles, et qu'ils utilisent les parcs ou les rues pour leurs activités



sportives telles que le foot, le BMX ou le *parkour*, une nouvelle forme d'exercice dans laquelle les « traceurs » se déplacent dans la ville en franchissant tous les obstacles situés sur leur chemin (Pfister, 1993).

Les choix des jeunes filles en matière de sports, et tout particulièrement leur intérêt pour les activités relativement chères et organisées, contribuent clairement à leur taux relativement faible d'activité.

### Pourquoi l'activité physique est-elle importante ?

Dans les discours actuels sur la santé publique le taux de jeunes filles « laissées de côté » par le sport et l'activité physiques est considéré comme problématique. Les officiels ainsi que les experts en santé publique sont inquiets en ce qui concerne la prévalence des prétendues « maladies des modes de vie » dans la population ; et les politiciens se préoccupent des dépenses croissantes en matière de soins de santé. Une recherche danoise actuelle montre que ce n'est pas seulement les taux d'activité mais aussi ceux de *fitness* des jeunes filles âgées de 16 à 19 ans qui ont chuté considérablement au cours des dernières décennies. Seules 47 % des jeunes filles de 16 ans et 35 % de celles de 18 ans ont un bon degré de forme physique ; et

46 % ne sont pas satisfaites de leur poids<sup>10</sup>.

Un certain nombre d'études ont permis d'identifier de nombreux effets positifs d'un mode de vie actif<sup>11</sup>. Selon l'OMS, les femmes pourraient en tirer des avantages spécifiques : nombre d'entre elles, en effet, souffrent de « processus maléfiques associés à une participation inadéquate à l'activité physique », tels que les maladies cardiovasculaires, les diabètes, l'ostéoporose et le cancer du sein. L'OMS note aussi que l'activité physique est associée à une meilleure santé psychologique « en réduisant les niveaux de stress, d'anxiété et de dépression et peut contribuer à construire l'estime de soi et la confiance en soi<sup>12</sup>. »

Les bénéfices des activités physiques pour la santé ne sont pas aussi clairs pour les enfants et les jeunes, sans doute parce que les maladies potentielles sont encore à des années de distance. Toutefois, le Réseau européen du cœur (EHN), parmi d'autres experts et organisations essentiels, en est venu à la conclusion que l'inactivité physique des enfants « porte préjudice à [leur] santé présente et future » (Réseau européen du cœur, 2001).

Parallèlement aux débats sur l'« épidémie d'obésité » et la baisse des capacités motrices des enfants, l'inquiétude

croissante quant aux taux d'inactivité contribue aux discours publics qui sont qualifiés de *santé-istes* c'est-à-dire biaisés par une vision problématique de la santé comme impératif moral : une perspective *santé-iste* envisage non seulement la forme du corps ainsi que le poids mais aussi la participation à des activités physiques comme mesure aussi bien pour la « santé propre » et le « bon comportement » que pour le « politiquement correct ». Une recherche indique que la pression croissante pour remplir les normes ainsi que les règles sociales en ce qui concerne les taux de poids et d'activité peut être contre-productive (Dworkin et Wachs, 2009).

Par conséquent, il est important de mettre l'accent sur les nombreux bénéfices des activités physiques pour sa propre qualité de vie. Le sport et l'exercice peuvent avoir des effets positifs sur le bien-être social, émotionnel et mental ; ils peuvent apporter des expériences de satisfaction et de joie ; ils nourrissent les réseaux sociaux ; et ils contribuent à la capacité de prise de responsabilités.

### Comment peut-on expliquer les intérêts et les pratiques de sports marqués sexuellement ? *Processus de socialisation*

Dans les processus de socialisation qui s'étendent sur toute la vie, les individus acquièrent des « identités féminine et masculine » conformes aux arrangements de genre prévalant dans une société déterminée. Le genre est un des principes structurants essentiels d'une société qui distribue des droits et des obligations de même que des responsabilités et des tâches conformément aux principaux critères de distribution de genre, d'âge, de classe sociale et de *background* ethnique. Cette distribution est contrôlée et légitimée par des normes et des valeurs ainsi que par des institutions telles que la religion, la science, la loi, l'administration, l'éducation et les médias (Pfister, 2008).

Les garçons et les filles sont identifiés, la plupart du temps longtemps avant leur naissance, comme mâles et femelles, et confrontés à l'ordre sexuel de leur société. Ils apprennent à se comporter avec les règles, les normes, les



valeurs et les modèles sexués de même qu'avec les régimes et les scénarios sexués qui donnent les directrices pour un comportement « approprié », et même des discours et des pratiques de corps et de mouvements sexués. Ils naissent, vivent et grandissent dans un monde sexué.

Les approches socio-écologiques, telles que les propose Hurrelmann (2008) parmi d'autres, mettent l'accent sur la dimension interactive et les relations dialectiques entre les individus et leur environnement social et écologico-matériel. Selon Bilden (1991), la socialisation se constitue elle-même dans et par les pratiques culturelles ; Connell (2002) utilise le terme d'« *active learning* » (apprentissage actif). Il suggère d'interpréter l'appropriation du genre comme le résultat de nombreux « projets » dans lesquels les enfants apprennent des scénarios sexués, acquièrent une compétence de sexe et développent des modèles de pratiques individuels, mais qui sont en même temps typiques. Dans des rencontres ayant des contraintes et des possibilités de l'ordre du genre, les enfants (et les adultes)

improvisent, copient, créent et par conséquent développent des stratégies caractéristiques. « Avec le temps, tout spécialement si les stratégies sont couronnées de succès, elles s'implantent, cristallisent comme des modèles spécifiques de féminité et de masculinité » (Connell, 2002, 82). Les goûts en matière de sports, les règles et les activités sont de la même manière appropriés au cours des processus de socialisation, en « auto-formation dans et au travers des pratiques sociales ». La socialisation dans le sport et les activités physiques peut être décrite et interprétée comme étant constituée de projets (sexués) qui sont influencés par divers facteurs et processus de même que par des personnes et des institutions, et parmi elles la famille et l'école.

Plusieurs études indiquent que la participation à des activités sportives est socialement « héritée » et que les parents ont une influence décisive quant à l'intérêt de leurs enfants dans le sport et les jeux. Ils fournissent, en effet, des jouets (spécifiques aux sexes) tels que des balles pour leurs fils et des poupées Barbie pour leurs filles. Actuellement, une vaste industrie endoctrine avec succès les jeunes filles à demander des vêtements roses et des princesses Disney. Les parents soutiennent les comportements « appropriés » en envoyant leurs garçons aux cours de foot et les jeunes filles à la danse. De surcroît, les pères et les mères servent eux-mêmes de modèles de rôle masculin et féminin.

Le sport et les jeux sont d'importants projets dans les groupes de pairs de garçons ; jouer ensemble et rivaliser les uns avec les autres renforce leurs relations et leur apprend le goût de la compétition et de la coopération. Les capacités sportives leur apportent du prestige parmi leurs pairs et de la popularité dans les sous-cultures sportives masculines telles que le *street ball* (basket urbain) ou faire du skate dans la rue. Pendant ce temps, les jeunes filles tendent à jouer (et parler au téléphone) avec leurs meilleures amies. Pour elles, les vêtements à la mode et le droit à l'apparence comptent davantage que les compétences en matière de sports. Les relations entre pairs contribuent de manière décisive à la construction des cultures de sports sexués.

L'éducation physique à l'école devrait être un important ingrédient dans les « projets de sports » des enfants et des jeunes. Dans la plupart des pays, l'éducation physique est obligatoire dans toutes les écoles, et les enfants de la classe ouvrière et/ou issus de l'immigration doivent aussi y participer. Cependant, l'éducation physique semble bénéficier surtout aux élèves particulièrement athlétiques alors que les élèves n'ayant pas d'intérêt pour les activités sportives et aucune compétence particulière sont souvent marginalisés.

Une recherche qualitative dans un lycée danois a révélé, par exemple, que les cours d'éducation physique mixtes consistaient pour l'essentiel en des jeux de balle



qui attiraient les élèves masculins, alors que la plupart des jeunes filles soit ne voulaient soit ne pouvaient pas participer. En conséquence, les jeunes filles participent moins activement à l'éducation physique, évitent les efforts et les compétitions physiques ou, même, refusent purement et simplement de participer (Jørgensen, 2006 ; With-Nielsen et Pfister, 2010 [sous presse]). Il y a de nombreuses autres études qui montrent que les professeurs traitent les élèves garçons et filles de manière différente, que les jeunes filles et les jeunes garçons se comportent différemment, et qu'ils apprennent différentes compétences même dans des pays où le programme d'éducation physique n'est pas différencié en fonction de leur sexe.

Pour de grandes parties de la population, le sport est un « *sport media* », et les *mass media* diffusent des messages similaires sur l'ensemble de la planète quant aux rôles des femmes et des hommes dans le monde du sport. La couverture des sports porte davantage son attention sur le sport des hommes et ignore largement les athlètes féminines ainsi que les efforts des femmes en matière de sport. Le sport, et tout particulièrement le sport dans les médias, « construit des corps d'hommes pour qu'ils soient puissants, et des corps de femmes pour qu'ils soient sexuels. » (Lorber, 1994, p. 43). Les médias offrent des

modèles de rôle pour les garçons et pour les filles, dans le sport comme ailleurs. La puissance et la force, la prise de risques et le contact agressif des corps sont des domaines masculins, alors que la féminité est principalement en rapport avec la sveltesse et l'attrait.

De cette manière, les jeunes filles apprennent que l'on n'attend pas d'elles qu'elles soient athlétiques, et elles sous-estiment leurs capacités en matière de sports (voir à cet égard Pfister, 1996, 51). Alors que les garçons jugent leurs corps davantage d'un point de vue fonctionnel (bien que cela soit en train de changer), le corps féminin est un élément d'attraction sociale et sexuelle. La stylisation esthétique du corps est par conséquent d'une haute importance pour les jeunes filles et les femmes. Compte tenu de la brouille qui existe entre les idéaux et la réalité, les jeunes filles et les femmes ressentent fréquemment un « déficit » en ce qui concerne leur propre corps. La parure de même que divers « *body projects* », allant de l'utilisation du maquillage et des régimes à la stylisation du corps, constituent par conséquent une partie importante de la vie quotidienne des jeunes filles et des femmes (voir Degele, 2004).

Le sport est intégré et incarné dans l'*habitus* (tel que décrit par Bourdieu, 1984) ; c'est une pratique de « *doing*



gender » (production d'attitudes sexuées), et il doit correspondre au « goût » de l'individu comme de son mode de vie. Les pratiques sportives sont inséparablement imbriquées avec d'autres lignes de vie et contribuent à la construction de biographies d'hommes et de femmes. Le sport fait part de ces pratiques de « *doing gender* » et il est intégré dans les projets de sexe des individus qui, à leur tour, soutiennent la sexualisation des cultures de sports. Les discours et les pratiques des sports, cependant, changent en permanence, et ces changements affectent aussi les activités sportives des adolescents. La propagation des jeux d'ordinateur peut entraîner une baisse des activités physiques parmi les garçons alors que la croissance de la popularité du football parmi les jeunes filles peut les amener à adopter un mode de vie plus physiquement actif.

### Opportunités et barrières

La participation aux activités sportives dépend dans une large mesure de l'environnement et des opportunités qui existent pour être physiquement actif.

L'OMS souligne un certain nombre de raisons pour expliquer l'inactivité physique chez les femmes : « Les femmes ont souvent des revenus plus faibles que les

hommes, ce qui peut représenter une barrière à l'accès aux activités physiques. La charge de travail des femmes à la maison peut limiter le temps disponible pour les loisirs et, par conséquent, pour les activités physiques. Les femmes peuvent avoir une mobilité limitée pour se rendre aux installations d'activités physiques. Les attentes culturelles peuvent restreindre leur participation à certaines formes d'activités physiques<sup>13</sup>. » Ces barrières ont aussi un impact sur les opportunités des jeunes filles pour participer aux sports et aux exercices physiques.

Même en Europe, les gens parlent d'opportunités largement différentes pour être en mesure de participer à un sport ou à des activités physiques. Alors que dans les pays scandinaves plus de 80 % des personnes enquêtées sont d'accord sur le fait que la zone dans laquelle elles vivent offre de nombreuses opportunités pour être physiquement actives, moins de 50 % d'entre elles au Portugal sont du même avis. De la même manière, les réponses faisant référence à la disponibilité de centres ou de clubs de sports dans le voisinage présentent des différences nord-sud.<sup>14</sup> » Si l'on se base sur les commentaires de l'OMS mentionnés plus haut, on doit assumer que le manque d'environnements propices pour le sport affecte les jeunes filles et les femmes à un plus haut degré que la population masculine.

Pour autant qu'on le sache au travers des statistiques disponibles, les clubs de sports ont un plus haut taux d'abandon de la part des jeunes adolescentes que des jeunes adolescents. Cela relance la question de savoir si le manque de programmes sportifs attrayants contribue ou non à la baisse de l'intérêt pour les sports parmi les jeunes filles. La même chose est aussi vraie pour les programmes de sports et d'activité physique d'autres « prestataires de services sportifs », et parmi eux les églises ou les municipalités. Souvent, le sport, tel que le basket que l'on joue dans la rue, est utilisé comme un moyen pour résoudre les problèmes avec les groupes violents de garçons et de jeunes hommes. Les jeunes filles qui ne causent pas de problèmes visibles sont souvent ignorées.

### Que peuvent faire les Villes éducatrices ?

Il y a de nombreuses opportunités pour avoir une influence sur les modèles d'activité physique des jeunes filles (de même que des garçons). Certaines de ces interventions demanderont des ressources économiques et humaines. Par ailleurs, le sport pour les hommes - par exemple, la construction et l'entretien d'un stade de football ou l'organisation de matches - coûte de grandes quantités d'argent et de ressources (police, sécurité !), et personne ne s'en plaint. Une partie de cet argent pourrait, et devrait, être investie dans des activités physiques pour les jeunes filles et de « sport pour tous » destinées à l'ensemble de la population. Dans de nombreuses villes cela peut déjà être une réalité.





- Les stratégies d'intervention devraient comprendre :
- l'information quant aux opportunités pour les activités physiques et leurs avantages dans les lieux où les gens se réunissent (écoles, lieux de travail, centres commerciaux, cabinets d'attente des centres sanitaires) ;
  - la création d'un environnement favorable au mouvement, une opportunité sûre pour le jogging, la randonnée pédestre, le cyclisme, les jeux de balle. Les parcs de jeux des enfants peuvent être convertis en « arènes de sports ». S'il n'y a pas de place, les rues peuvent être fermées à la circulation le week-end ;
  - l'encouragement de l'intégration des activités physiques dans la vie quotidienne, comme moyen de transport, par exemple. Des campagnes telles que *We cycle to work* (Au travail en vélo) pourraient être efficaces en ce sens ;
  - la mise en place d'installations sportives à faible distance des quartiers résidentiels. La recherche montre en effet que les installations sportives sont utilisées si elles sont à une distance que l'on peut franchir à pied ;
  - la mise en place d'accès sûrs et faciles pour les installations sportives et les programmes existants (comme par exemple de l'éclairage sur le chemin) ;
  - la mise en œuvre de « groupes de sport » dont les membres se rencontrent régulièrement, vont ensemble au gymnase ou au terrain de sports, se téléphonent et se préoccupent les uns des autres, etc. ;
  - l'organisation d'événements « sport pour tous », comme par exemple des après-midi de randonnée, des heures de jogging, ou des nuits de skate en ligne, ou encore des courses de relais dans lesquelles rivalisent les clubs de sports, les élèves d'une école ou les employés d'une usine ou d'un bureau, avec au moins autant de participantes que de participants ;
  - l'adaptation des installations sportives aux besoins et aux souhaits des jeunes filles et des femmes (par exemple, des douches séparées si les jeunes filles et les femmes musulmanes y sont actives) ;
  - la promotion d'activités physiques inclusives et attirantes pour les filles telles que le saut à la corde, le patinage, la varappe sur des murs d'escalade qui permettent la participation de plus grands groupes ayant des compétences différentes ;
  - la création de stimulations pour les gérants d'installations ou les organisateurs d'événements sportifs pour le recrutement de jeunes filles et de femmes ;
  - l'information quant aux barrières et aux opportunités pour être physiquement actif, et l'éducation des parents, des enseignants, des organisateurs de sport, etc. quant aux avantages d'un mode de vie actif ;
  - les changements dans les programmes d'éducation physique et dans la formation des professeurs d'éducation physique dans le but de permettre aux jeunes filles de participer à différents sports et activités physiques
- (y compris ceux qui sont considérés comme des sports masculins) ;
- la mise à disponibilité des cours d'école et des gymnases pour des activités physiques, des jeux, du patinage, du cyclisme, etc. après les heures de classe ;
  - l'organisation de courses, de programmes et/ou d'événements pour les jeunes filles, comme par exemple des soirées de patinage, du *street ball*, des courses de jeunes filles et de femmes ;
  - des campagnes, comme par exemple des compétitions entre les écoles, pour les meilleurs programmes de sports pour les jeunes filles, ou entre clubs avec le plus grand nombre possible de participantes ;
  - la promotion des stars de sports féminins et/ou le choix de femmes comme modèles pour les jeunes filles et les femmes.
- Je sais que de nombreuses villes sont déjà impliquées dans la promotion du sport et des activités physiques pour les jeunes filles et les femmes – et qu'elles utilisent ces « meilleures pratiques », de même que d'autres peut-être totalement différentes. Je sais aussi que mes analyses et mes propositions ne prennent pas en compte la diversité des jeunes filles et des femmes du monde entier et qu'elles sont largement influencées par ma perspective occidentale. Toutefois, j'espère que cet article sera un point de départ pour augmenter les efforts et combiner les forces afin d'améliorer l'égalité des sexes dans le sport de même que dans d'autres domaines de la vie. ●

### Bibliographie

- Anders, G. (1956), *Die Antiquiertheit des Menschen: Über die Seele im Zeitalter der zweiten industriellen Revolution*, Beck, Munich.
- Bilden, H. (1991), « Geschlechtsspezifische Sozialisation », in Hurrelmann, K. et Ulrich, D. (éds.), *Neues Handbuch der Sozialisationsforschung*, Beltz, Weinheim/Bâle, 279-301.
- Bourdieu, P. (1994), *Distinction: a Social Critique of the Judgment of Taste*, Harvard University Press.
- Connell, R. (2002), *Gender, Polity*, Cambridge.
- Degele, N. (2004), *Sich schön machen: Zur Soziologie von Geschlecht und Schönheitshandeln*, VS Verlag, Wiesbaden.
- Dworkin, S. et Wachs, F. (2009), *Body Panic: Gender, Health, and the Selling of Fitness*, New York University Press, New York.
- Commission européenne (2006), *Eurobarometer: Health and food*, Bruxelles. Disponible en ligne : [http://ec.europa.eu/santé/ph\\_publication/eb\\_food\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/santé/ph_publication/eb_food_en.pdf), [visité le 24.11.2009]
- European Heart Network (éd.) (2001), *Children and Young People - the Importance of Physical Activity*, Bruxelles, <http://www.ehnheart.org/files/phyactivity-084635A.pdf>
- Hurrelmann, K. (2008), *Einführung in die Sozialisationstheorie*, Beltz, Weinheim.
- Lorber, J. (2005), *Breaking the Bowls: Degendering and Feminist Change*, W.W. Norton & Company, New York.
- Lorber, J. (1994), *Paradoxes of gender*, Yale University Press, New Haven, Londres.
- Naul, R. et Brettschneider, W.-D. (2005), « Young people's lifestyles and sedentariness in Europe », *Acta Universitatis Carolinae Kinanthropologica*, 41, 2, 25-34.
- Pfister, G. et Fasting, K., « Geschlechterkonstruktionen auf dem Fussballplatz : Aussagen von Fußballspielerinnen zu Männlichkeits- und Weiblichkeitskonzepten », in Jütting, D. (éd.) (2004), *Die lokal-globale Fußballkultur : wissenschaftlich beobachtet*, Waxmann, Münster, 137-152.
- Pfister, G. (1993), « Appropriation of the Environment, Motor Experiences



Caxias do Sul (Brasil)

and Sporting Activities of Girls and Women », in *International Review for Sociology of Sport* 28, 159-173.

- Pfister, G., « Doing Sport is Doing Gender », in Farrokhzad, S. et Nikodem, C. (2008), *Arenen der Weiblichkeit : Frauen, Körper, Sport.*, Verlag des Vereins Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis e.V. Cologne, 13-29
- Pfister, G., « Fitness und Sportengagement als soziales Erbe - theoretische Überlegungen und empirische Befunde », in Müller, N. (éd.) (2007), *Gesellschaft und Sport als Feld wissenschaftlichen Handelns : Festschrift für Manfred Messing.*, Schors Verlag, Niedernhausen, 287-307.
- Pfister, G., « Muslim Women in the Diaspora: Sport related Theories, Discourses and Practices - Analysing the Situation in Denmark », in Benn, T., Pfister et G. Jawad, H. (éds.) (2010), *Muslim Women and Sport*, Routledge, Londres (à paraître).
- Pfister, G., « Zwischen neuen Freiheiten und alten Zwängen. Körper- und Bewegungskultur von Mädchen und Frauen », in Flade, A. et Kustor, B. (éds.) (1996), *Raus aus dem Haus. Mädchen erobern die Stadt*, Campus, Frankfurt/New York, 45-66.
- Piilgaard, M. (2008), *Danskernes motions- og sportsvaner 2007 - nøgletal og tendenser*, Idrættens Analyseinstitut, Copenhague.
- Raudsepp, L. et Viira, R. (2000), « Influence of Parents' and Siblings' Physical Activity on Activity Levels of Adolescents », in *European Journal of Physical Education* 5, 169-178.
- Ringgaard, L. W. et Nielsen, G. A. (2004), *Fysisk aktivitet i dagligdagen blandt 16-20-årige i Danmark, Kræftens Bekæmpelse & Sundhedsstyrelsen*, Copenhague.
- Sallis, J. F., Prochaska, J. et Taylor, W. (2000), « A review of correlates of physical activity of children and adolescents », in *Medicine & Science in Sports & Exercise* 32, 963-975.
- Seabra, A. F. et al. (2008), « Associations between sport participation, demographic and socio-cultural factors in Portuguese children and adolescents », in *European Journal of Public Health* 18, 25-30.
- Sundhedsstyrelsen (2006), « Fysisk Aktivitet og Evidens - Livsstils sygdomme, folkesygdomme og risikofaktorer mv. », Sundhedsstyrelsen, Copenhague.
- Vilhjalmsson, R. et Kristjansdóttir, G. (2003), « Gender differences in physical activity in older children and adolescents: the central role of organized sport », in *Social Science & Medicine* 56, 363-374.
- With-Nielsen, N. et Pfister, G. (2010), « Gender constructions and negotiations in PE - case studies », in *Sport, Education and Society* (sous presse).

1. Naul, R. et Hoffmann, D., *Healthy Children in Sound Communities: a Euregional community setting project*, [http://www.wgi.de/media/Pdf/HealthyChildreninSoundCommunity-pic\\_47434.pdf](http://www.wgi.de/media/Pdf/HealthyChildreninSoundCommunity-pic_47434.pdf) ; voir aussi Sallis et al., 2000) ; Vilhjalmsson et Kristjansdóttir, 2003 ; Ringgaard et Nielsen 2004 ; Seabra et al., 2008
2. [http://www.wgi.de/media/Pdf/lifestyle\\_sedentariness\\_english\\_819279.pdf](http://www.wgi.de/media/Pdf/lifestyle_sedentariness_english_819279.pdf).
3. [http://www.euro.who.int/mediacentre/PR/2006/20061117\\_1](http://www.euro.who.int/mediacentre/PR/2006/20061117_1).
4. Le travail de HBSC a commencé en 1982 ; la première étude transnationale dans cinq pays a été menée en 1983/84 ; voir [www.hbsc.org](http://www.hbsc.org).
5. Depuis la dernière étude datant de 2002, le pourcentage d'enfants actifs a baissé. Les données HBSC donnent une information en termes de tendances mais doivent être interprétées avec soin. Les conditions spécifiques de certains pays peuvent ne pas avoir été prises en considération de manière satisfaisante.
6. *Instantané de la santé des jeunes en Europe*, rapport préparé pour la Conférence sur la Santé des Jeunes de la Commission européenne,

- Bruxelles, Belgique, les 9 et 10 juillet 2009. <http://94.23.50.42/youth/documents/A%20snapshot%20of%20the%20health%20of%20young%20people%20in%20Europe.pdf> ; voir aussi Commission européenne 2006.
7. <http://www.womeninsportconference.com/homepage.asp>.
  8. La Global school-based student health survey (GSHS), entamée par l'OMS et menée dans de nombreux pays, montre les mêmes modèles d'activités physiques spécifiques aux deux sexes. <http://www.cdc.gov/GSHS/de>.
  9. *Skolebørns deltagelse li idræt og andre fysiske aktiviteter i Rudersdal* : [www.cisc.sdu.dk/Publikationer/qKL2006\\_4.pdf](http://www.cisc.sdu.dk/Publikationer/qKL2006_4.pdf).
  10. <http://www.dgi.dk/redaktionen/dui/14-2003/piger.aspx> MULD survey.
  11. Il y a une abondance de littérature sur cet aspect, voir par exemple Sundhedsstyrelsen, 2006.
  12. <http://www.euractiv.com/en/sports/women-sport/article-137664>.
  13. <http://www.euractiv.com/en/sports/women-sport/article-137664>.
  14. *Eurobaromètre Activité physique* : [http://ec.europa.eu/public\\_opinion/archives/ebs/ebs\\_183\\_6\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_183_6_en.pdf).