

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 7 (2005)
Heft: 4

Rubrik: Jeunesse + Sport

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Plus d'un demi-million de jeunes en piste

Près de deux tiers (60%) des jeunes entre 10 et 20 ans suivent des activités Jeunesse + Sport. C'est ce que nous apprend la première enquête menée auprès des jeunes en Suisse. «mobile» s'est penché de plus près sur les principales conclusions de cette étude. *Doris Wiegand, Nicola Bignasca*

Des statistiques permettent de retracer le taux de participation des jeunes depuis la fondation de Jeunesse + Sport (J+S) en 1972. Ces chiffres mettent en évidence la participation croissante durant ces trente années, et ce dans toutes les disciplines sportives. Ces chiffres ne disent pas tout. Comme chaque jeune peut participer à une, deux, voire plusieurs activités J+S, il est difficile de connaître le nombre exact de personnes qui se cachent derrière ce chiffre. Il n'en reste pas moins que 742 466 participants ont été enregistrés en 2004.

2000 jeunes sous la loupe

De nouvelles informations sont disponibles depuis la fin de 2004. En effet, J+S a mené l'an passé sa première véritable enquête. Plus de 2000 jeunes, sélectionnés de manière aléatoire, ont été interrogés, soit par téléphone pour les plus âgés (16–20 ans), soit par écrit pour les plus jeunes (10–16 ans). Des coaches J+S ont remis le questionnaire aux enseignants qui les ont distribués à 1169 élèves au total.

Seize ans, l'âge critique

Cette enquête auprès de jeunes issus des trois régions linguistiques permet de combler les lacunes des statistiques J+S. L'institution dispose enfin d'une réponse objective à la question: «combien de jeunes entre 10 et 20 ans participent chaque année à un cours ou à un camp J+S?». Comme le montre le premier tableau, les résultats sont encourageants: 64,5 % des garçons et 54,5 % des filles suivent au moins une activité J+S par an. En moyenne, 60 % des jeunes de 10 à 20 ans, soit 550 000 garçons et filles, profitent donc au moins une fois par année de l'offre J+S. Outre des différences minimales entre régions linguistiques et entre jeunes Suisses et jeunes étrangers, le principal écart reste la baisse notable de participation à partir de la seizième année, fracture confirmée par d'autres études.

Travail dans l'ombre

L'éventail J+S est vaste: cours, camps, sport scolaire facultatif, promotion des espoirs. Dans quelle mesure les jeunes connaissent-ils la provenance de cette offre? Autrement dit, ont-ils conscience de participer à une activité J+S? L'enquête répond à cette question: seule une partie des jeunes (32,4 %) a déjà entendu parler de J+S et seuls 30,9 % disent avoir déjà participé à une activité J+S. La différence avec le taux réel de participation est donc grande! En effet, 60 % profitent de l'offre J+S mais la moitié seulement en est consciente.

Ce phénomène s'explique facilement: tout d'abord, les enfants et les jeunes ont une perception très sélective. Ensuite, de nombreuses activités organisées par J+S ne sont pas forcément identifiables en tant que telles (entraînements avec une fédération sportive, camp d'été ou d'hiver avec

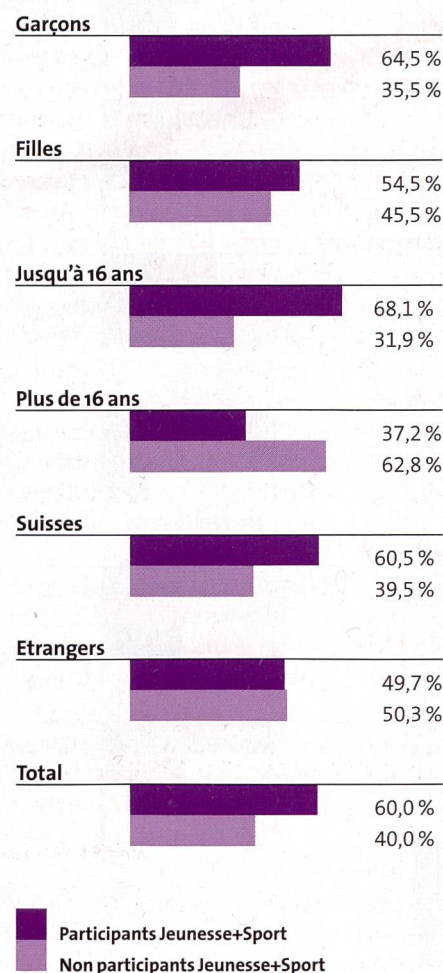
l'école ou sport scolaire). Les jeunes pensent donc que c'est leur fédération, leur école ou encore les scouts qui organisent l'activité, sans forcément faire le lien avec J+S.

Notes excellentes

Pour qu'un jeune s'engage dans le sport ou dans tout autre domaine, il faut éveiller et maintenir sa motivation. Il est donc intéressant d'apprendre la note donnée, sur une échelle de 1 à 6, à l'activité J+S suivie par le jeune. La moyenne des notes est dans l'ensemble très bonne: cours et camps J+S: 5,4; sport associatif: 5,5; sport privé: 5,4; sport scolaire obligatoire: 4,7; camp de sport: 5,2; sport scolaire facultatif: 5,3.

Cette évaluation subjective confirme une réalité bien connue: les jeunes apprécient plus les activités qu'ils choisissent que celles qui leur sont imposées.

Tableau 1: participation aux activités J+S par sexe, âge et nationalité.



Impossible d'expliquer autrement la différence entre activités obligatoires et activités facultatives dans le sport scolaire.

Champions de l'intégration

Les clubs sportifs sont le pilier du sport helvétique. L'enquête a permis aussi de mieux connaître ce secteur, puisqu'elle indique le pourcentage de jeunes faisant partie d'un ou de plusieurs clubs. Quelques considérations émanent des résultats figurant sur le deuxième tableau:

- un jeune sur deux est membre d'un club sportif; les clubs sportifs jouent donc un rôle essentiel pour motiver les jeunes;
- les jeunes de 16 ans et plus suivent beaucoup moins d'activités J+S que leurs cadets de 10 à 16 ans; cette différence est confirmée par le pourcentage plus faible de jeunes de 16 ans ou plus affiliés à un club;
- les Suisses sont plus nombreux dans les clubs sportifs que les étrangers;
- 18 % des jeunes membres d'une fédération font partie d'un deuxième club au moins.

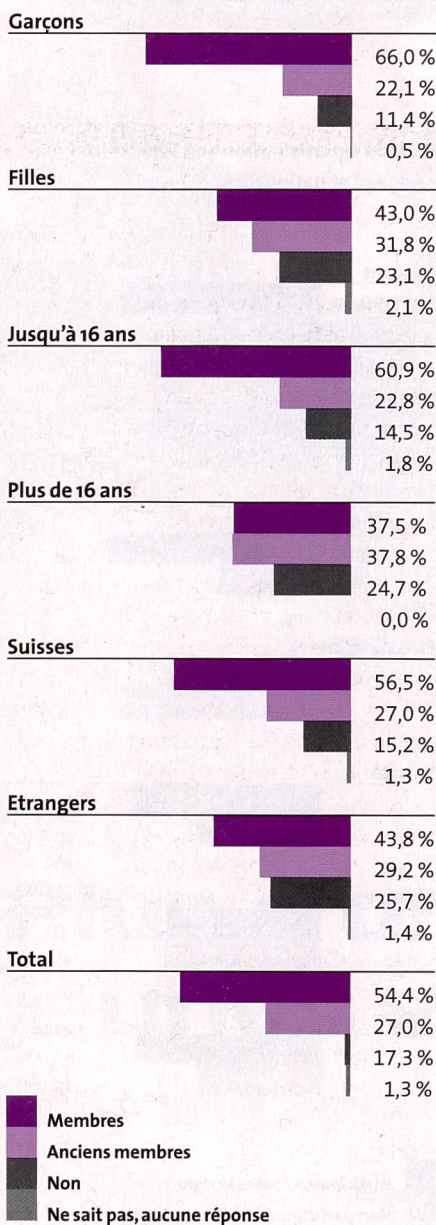
Le fossé se creuse

L'Office fédéral du sport et l'Office fédéral de la santé publique recommandent une demi-heure d'exercice par jour, d'une intensité moyenne au moins, c'est-à-dire faisant transpirer ou provoquant un essoufflement. A ce propos, existe-t-il une différence entre les habitudes sportives des jeunes en âge J+S et les adultes? La réponse n'est guère satisfaisante:

- les jeunes de moins de 16 ans bougent plus souvent à une intensité moyenne que les jeunes de plus de 16 ans et les adultes;
- à la question: «avez-vous bougé la semaine passée assez pour transpirer et avoir de la difficulté à reprendre votre souffle?», 91,7 % des jeunes entre 10 et 16 ans répondent par l'affirmative contre seulement 74,5 % des 17-19 ans; ce résultat confirme que la seizième année est un cap critique;
- les jeunes qui participent aux activités J+S sont aussi plus actifs dans le sport privé. Les différences entre les jeunes sont très grandes. Il s'avère cependant que ceux qui participent aux activités J+S font aussi plus de sport avec leur famille et leurs amis;
- le pourcentage des jeunes entre 17 et 20 ans qui bougent moins de 30 minutes par semaine et peuvent donc être considérés comme inactifs est proportionnellement plus élevé que celui des adultes: 36 % des jeunes contre 30,7 % des adultes (cf. Observatoire suisse de l'activité physique et du sport 2004).

Pour en savoir plus sur l'enquête, n'hésitez pas à prendre contact avec son auteur:
 > doris.wiegand@baspo.admin.ch

Tableau 2: affiliation à un club par sexe, âge et nationalité.





Merci à ceux qui jouent le jeu!

Pour que 550 000 jeunes aient pu participer à une ou plusieurs activités J+S en 2004, il aura fallu l'engagement de 52 000 moniteurs bénévoles. En comptant une centaine d'heures par moniteur et par an, soit deux heures par semaine, le total est de 5 200 000 heures, ou 2500 années-personnes, ou entre 150 et 200 millions de francs.

Aujourd'hui comme hier, cette somme d'activité bénévole assure la pérennité des quelque 20000 clubs sportifs et associations de jeunesse de Suisse dont l'utilité sociale n'est plus à confirmer. Grâce à eux, les jeunes font l'expérience d'une activité sportive, d'une organisation intelligente des loisirs en même temps que d'un ancrage social, d'un engagement, d'une responsabilité assumée avec plaisir. Que toutes les personnes actives à titre bénévole dans le cadre de Jeunesse + Sport soient ici sincèrement remerciées de leur extraordinaire engagement!

Martin Jeker, chef Jeunesse + Sport

commentaire commentaire commentaire commentaire commentaire commentaire commentaire

Les risques d'une adhésion précoce

La première enquête J+S montre que le nombre de participants aux offres J+S diminue fortement entre 17 et 19 ans. Tendance confirmée par l'étude SMASH. Martin Jeker, chef Jeunesse+Sport, analyse le problème. C'est un fait que les clubs perdent une grande partie de leurs jeunes à partir de 13 ou 14 ans. Souvent, le jeune ne peut pas faire autrement: s'il entame un apprentissage, son lieu de travail sera déterminant et s'il continue ses études, il devra fournir un travail scolaire plus important. Par ailleurs, ses capacités sportives ne suffisent pas toujours pour continuer à passer dans la catégorie supérieure. Enfin, le sport peut perdre de son importance au profit des copains et des premières expériences amoureuses. Il ne faut pas oublier non plus que les enfants adhèrent de plus en plus tôt à un club. Ils vont donc aussi le quitter plus tôt, après une durée moyenne d'affiliation de sept à huit ans.

Mais tous ces jeunes ne sont pas perdus pour le sport, et de loin. Sur 100 jeunes qui quittent un club, 50 en rejoignent un autre. De plus, bon nombre d'entre eux continuent à faire du sport, en groupe ou individuellement, mais dans un cadre informel.

Une démission ne signifie donc pas forcément que le jeune abandonne toute activité sportive. Malgré tout, comment J+S peut-elle aborder cette problématique? Trois priorités ont été fixées au mouvement Jeunesse+Sport: «régularité», «qualité» et «durabilité». Par ce dernier terme, il faut comprendre aussi une «participation sur la durée», en tant que sportif ou comme cadre. Nous sommes en train de mettre au point des modèles visant à encourager la durabilité. Malheureusement, les divers programmes d'économies de la Confédération ne sont pas vraiment propices.

60 % des jeunes participent aux activités J+S. Mais 30 % seulement savent que c'est J+S qui a organisé le cours ou le camp qu'ils ont suivis... Si le nombre des participants diminue avec l'âge, leur connaissance de J+S augmente avec le temps. 90 % des enfants de 12 ans participent à une activité – au moins – J+S par an, sans connaître automatiquement le nom de J+S. Notre institution permet donc aux jeunes de vivre une bonne expérience sportive sans qu'elle se mette en avant. Ce constat positif confirme l'effet subsidiaire de J+S et ne nécessite pas de grands changements.

Ce qui est moins positif en revanche, c'est que les clubs et les fédérations pensent que les prestations de J+S vont de soi. Voilà des années déjà que la formation et le perfectionnement des moniteurs, la documentation, les rabais de transports, le prêt de matériel et le soutien financier du travail auprès des jeunes sont considérés comme un dû. En contrepartie, il serait très facile pour les clubs et les fédérations de mieux faire connaître J+S et de le soutenir dans ses efforts.

Que pourraient faire les clubs? Ils pourraient utiliser le logo J+S sur leur bulletin associatif, ou mentionner son nom lors des soirées de parents, ou mettre en valeur les prestations J+S dans le rapport annuel, ou encore expliquer le partenariat avec J+S au niveau de la fédération et intégrer des informations J+S au site du club.

Nous devons et voulons améliorer cette réalité. Même si la notoriété de J+S est déjà très élevée auprès des adultes, nous essayons systématiquement d'inciter nos partenaires à mieux promouvoir J+S.

➤ **Contact:** martin.jeker@baspo.admin.ch

the nautilus programs
90% OF THE POPULATION DO NOT WORK OUT

**FIGHT
CELLULITE**



**EXPRESS
WAY**



**WEIGHT
MANAGEMENT**



**STRONG
BACK**



En proposant les programmes vous serez gagnants
et vous aiderez vos clients à réaliser leurs objectifs de fitness

Nous avons la solution



"Changing the game in health and fitness"

www.nautilus.com