

Rahel Bürgi

Markus Lamprecht

Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung



Analyses approfondies de Sport Suisse 2020 sur les adolescent-e-s ne pratiquant pas de sport

Sur mandat de Promotion Santé Suisse

Zurich, mai 2023

Contexte

- *Mandat*

Analyses complémentaires avec les données de Sport Suisse 2020 sur les personnes inactives de 15-25 ans, dans le but de définir une typologie des inactives/inactifs.

- *Sport Suisse 2020*

Sport Suisse est l'enquête nationale sur le comportement sportif et les besoins en sport de la population suisse, réalisée par l'Observatoire suisse du sport. L'enquête est menée par l'Office fédéral du sport en collaboration avec Swiss Olympic, le BPA et la Suva, avec le soutien de l'Office fédéral de la statistique. Sport Suisse a été réalisée pour la quatrième fois en 2020, après 2000, 2008 et 2014.

- *Base de données*

L'échantillon de base de Sport Suisse 2020 est constitué de toutes les personnes âgées de plus de 14 ans résidant en Suisse et pouvant être interrogées dans l'une des trois langues nationales (allemand, français, italien). L'échantillon des 15-25 ans comprend 2725 personnes interrogées, dont 574 ne pratiquent jamais ou rarement une activité sportive.

- *Rapport*

Le présent exposé Powerpoint décrit la typologie proposée et résume les principaux résultats.

Comportement en matière de sport et d'activité physique des 15-25 ans

Activité sportive des 15-25 ans en dehors de l'éducation physique obligatoire

	Nombre	en %
jamais	369	13.6
de façon irrégulière/rarement	205	7.5
au moins une fois par semaine, mais < 2 heures au total	122	4.5
au moins une fois par semaine, ≥ 2 heures au total	454	16.7
plusieurs fois par semaine, ≥ 3 heures au total	1567	57.7
Total	2717	100.0

Selon Sport Suisse 2020, 21.1 pour cent de toutes les personnes âgées de 15 à 25 ans vivant en Suisse ne font jamais ou rarement de sport. Les deux groupes sont réunis pour les analyses présentées ci-après, d'une part pour augmenter la taille de l'échantillon et, d'autre part, parce qu'il s'avère que les deux catégories sont moins distinctes que prévu. Parmi les personnes se disant non sportives, une majorité indique néanmoins pratiquer de temps en temps des activités sportives telles que la natation, le vélo, le ski ou la randonnée. Parallèlement, de nombreuses personnes déclarant faire du sport de temps en temps n'affichent qu'un nombre très limité d'heures effectives de sport.

Comportement en matière de sport et d'activité physique des 15-25 ans

Respect des recommandations en matière d'activité physique chez les 15-25 ans inactives/inactifs ou rarement actives/actifs

		Nombre	en %
non respectées	inactives/inactifs	53	9.4
	partiellement actives/actifs	111	19.7
respectées	suffisamment actives/actifs	158	28.1
	entraîné-e-s	241	42.8
Total		563*	100.0

Catégories de comportement en matière d'activité physique: *entraîné-e-s*: activité intense sur au moins 3 jours; *suffisamment actives/actifs*: > 150 min. d'activité modérée ou 2 jours d'activité intense par semaine; *partiellement actives/actifs*: 30-149 min. d'activité modérée ou 1 jour d'activité intense par semaine; *inactives/inactifs*: < 30 min. d'activité modérée et moins d'un jour d'activité intense par semaine. Voir également l'indicateur «Sport et promotion de l'activité physique» sur www.sportobs.ch. * Parmi les 574 adolescent-e-s physiquement inactives/inactifs ou rarement actives/actifs, 11 n'ont pas donné d'indications sur leur comportement en matière d'activité physique.

Parmi les 15-25 ans qui ne font pas ou rarement de sport, 70.9 pour cent répondent aux recommandations actuelles en matière d'activité physique. Selon les données du questionnaire de Sport Suisse, elles/ils pratiquent au moins 150 minutes d'activité physique d'intensité moyenne (s'essouffler légèrement) ou 75 minutes d'activité physique d'intensité élevée (transpirer) par semaine, si l'on additionne toutes les activités physiques pratiquées au quotidien, au travail ou durant les loisirs. En revanche, 29.1 pour cent ne remplissent pas les exigences minimales pour une activité physique bénéfique pour la santé.

Lien entre l'activité sportive et différentes variables sociodémographiques et socioéconomiques

- *Procédure*

La diapositive 6 ci-après montre comment la proportion des 15-25 ans qui ne font pas ou rarement de sport varie en fonction de l'âge, du sexe, de la nationalité, de la région linguistique, du lieu de résidence, du niveau de formation et du revenu du ménage. L'indice d'association, qui divise la fréquence effectivement observée par la valeur attendue (s'il n'y avait pas de lien entre l'activité sportive et la variable étudiée), est indiqué. Un indice supérieur à 1 signifie qu'il y a plus d'inactives/inactifs dans ce groupe (la valeur 2 en doublerait le nombre), un indice inférieur à 1 signifie qu'il y a moins d'inactives/inactifs (la valeur 0,5 en réduirait le nombre de moitié).

- *Key notes*

L'inactivité sportive est plus élevée chez les plus de 16 ans, les femmes, les migrant-e-s, en Suisse latine, en cas de formation professionnelle ou de niveau d'éducation bas, ainsi que lorsque le revenu du ménage est plus faible.

Des résultats plus détaillés sur le lien entre l'activité sportive et la situation sociale sont disponibles dans les rapports de Sport Suisse (Lamprecht et al. 2020, 2021). Ces résultats rejoignent ceux de nombreuses autres études (cf. p. ex. Braun & Nobis ; 2011, Bringolf et al. 2022 ; Burrmann & Mutz, 2017 ; Van Sluijs et al. 2021).

Lien entre l'activité sportive et différentes variables sociodémographiques et socioéconomiques

		Index
<i>Âge</i>	15 ans	0.7
	16 ans	0.8
	17 ans	1.2
	18 ans	1.1
	19 ans	1.0
	20 ans	1.0
	21 ans	1.1
	22 ans	1.0
	23 ans	1.1
	24 ans	1.1
	25 ans	1.3
<i>Sexe</i>	Masculin	0.8
	Féminin	1.2
<i>Nationalité</i>	Suisse	0.8
	Étrangère	1.7
	Double nationalité	1.1

		Index
<i>Région linguistique</i>	Zone linguistique allemande	0.9
	Zone linguistique française	1.2
	Zone linguistique italienne	1.3
<i>Lieu de résidence</i>	Ville	1.0
	Commune d'agglomération	1.1
	Commune rurale	0.9
<i>Plus haut niveau de formation atteint</i>	École obligatoire	1.2
	Apprentissage	1.2
	Diplôme d'école secondaire, maturité	0.7
	Formation professionnelle supérieure/haute école spécialisée	1.3
	Université	0.8
	Autre	1.0
<i>Revenu du ménage</i>	Jusqu'à CHF 3'000	1.4
	CHF 3'001 à CHF 5'000	1.4
	CHF 5'001 à CHF 7'000	1.2
	CHF 7'001 à CHF 9'000	0.8
	CHF 9'001 à CHF 11'000	0.8
	CHF 11'001 à CHF 15'000	0.7
	Plus de CHF 15'000	0.7

Développement d'une typologie pour les 15-25 ans inactives/inactifs et rarement actives/actifs sur le plan sportif

- *Procédure*

Différentes approches peuvent être choisies pour la création d'une typologie. Une analyse par grappes permet de découvrir empiriquement des schémas typiques dans la structure des données ou la classification peut se faire de manière conceptuelle, en définissant certaines caractéristiques et en les combinant. Dans le cas présent, c'est la deuxième option qui a été choisie et la répartition en catégories a été effectuée sur la base du comportement en matière d'activité physique et de la prévalence d'un désir de faire du sport.

Dans un deuxième temps, trois sous-groupes ont été formés pour chaque catégorie sur la base de l'activité sportive antérieure (toujours inactive/inactif, anciennement active/actif, alternance de phases actives et inactives). Enfin, nous avons examiné comment les catégories se distinguaient sur la base de variables sociodémographiques et socioéconomiques ainsi que de facteurs tels que les motivations sportives, les raisons de l'inactivité, l'indice de masse corporelle, les expériences sportives antérieures, la participation à des camps de sport et l'utilisation d'infrastructures ou d'associations sportives. Pour ces calculs, nous avons utilisé des analyses de contingence simples, ainsi que des analyses de classification multiples (MCA). Les caractéristiques distinctives significatives et pertinentes sont résumées dans la description des catégories (diapositives 10-14).

- *Références*

Aucune étude n'a proposé de typologie pour les non sportives/sportifs. Il existe toutefois divers travaux qui distinguent différents types d'activité (actifs et inactifs). Parker et al. (2019) en donnent une bonne vue d'ensemble (voir aussi Laxer et al., 2017).

Les 4 catégories d'inactives/inactifs en matière de sport

Les personnes inactives et rarement actives en fonction du comportement en matière d'activité physique et du désir de faire du sport

	Recommandations d'activité physique satisfaites	Désir de faire du sport	en % des inactives/inactifs	en % des 15-25 ans	Nombre de personnes *
Catégorie 1 «Incorrigibles sédentaires»	non	non	15.3	3.0	30446
Catégorie 2 «Inactives/inactifs motivés»	non	oui	14.4	2.9	28611
Catégorie 3 «Non sportives/sportifs convaincus»	oui	non	31.6	6.3	62725
Catégorie 4 «Non sportives/sportifs amateurs de sport»	oui	oui	38.6	7.7	76664

* Extrapolation sur la base des statistiques démographiques de l'OFS

Les deux critères «Respect des recommandations en matière d'activité physique» (oui/non) et «Présence d'un désir de faire du sport» (oui/non) permettent de former quatre catégories distinctes. Ces quatre catégories ont été dotées d'un label explicite. Une extrapolation basée sur les statistiques démographiques de l'Office fédéral de la statistique permet de déterminer combien d'adolescent-e-s de 15 à 25 ans peuvent être classé-e-s dans l'une de ces catégories en Suisse. Alors que les «irréductibles sédentaires» et les «inactives/inactifs motivés» comptent environ 30'000 personnes par catégorie, les «non sportives/sportifs convaincus» et les «non sportives/sportifs amateurs de sport» dépassent respectivement 60'000 et 75'000 personnes.

Les 12 catégories d'inactives/inactifs en matière de sport

Les 4 catégories sont ensuite classées en fonction de l'expérience sportive à ce jour

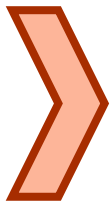
	Activité sportive antérieure	en % des inactives/ inactifs	en % des 15-25 ans	Nombre de personnes *
Catégorie 1 «Incorrigibles sédentaires»	A toujours inactive/inactif	4.8	1.0	9537
	B anciennement active/actif	7.0	1.4	13939
	C parfois un peu active/actif, parfois inactive/inactif	3.5	0.7	6969
Catégorie 2 «Inactives/inactifs motivés»	A toujours inactive/inactif	2.4	0.5	4769
	B anciennement active/actif	8.9	1.8	17607
	C parfois un peu active/actif, parfois inactive/inactif	3.1	0.6	6236
Catégorie 3 «Non sportives/sportifs convaincus»	A toujours inactive/inactif	6.7	1.3	13205
	B anciennement active/actif	15.0	3.0	29712
	C parfois un peu active/actif, parfois inactive/inactif	10.0	2.0	19808
Catégorie 4 «Non sportives/sportifs amateurs de sport»	A toujours inactive/inactif	3.3	0.7	6603
	B anciennement active/actif	23.8	4.7	47319
	C parfois un peu active/actif, parfois inactive/inactif	11.5	2.3	22742

La typologie des quatre catégories principales peut encore être affinée en tenant compte de l'activité sportive antérieure en tant que critère de différenciation supplémentaire. Il existe ainsi des non sportives/sportifs âgés de 15 à 25 ans qui n'ont jamais pratiqué de sport en dehors des cours d'éducation physique (sous-catégorie A) et d'autres qui ont été actives/actifs dans le passé et qui ont ensuite raccroché les chaussures de sport (sous-catégorie B). Dans la sous-catégorie C, différentes phases actives et inactives se sont alternées jusqu'à présent. Le groupe le plus important est celui des «non sportives/sportifs amateurs de sport» qui ont déjà une expérience sportive (catégorie 4B). Il comprend plus de 47'000 personnes.

* Extrapolation sur la base des statistiques démographiques de l'OFS

Qui sont les «irréductibles sédentaires»?

	Activité sportive précédente	Nombre de personnes	Description de ces personnes
catégorie 1	A toujours inactive/inactif	9537	Souvent un faible niveau de formation, pas d'envie de faire du sport, la plupart n'ont pas de bons souvenirs du sport à l'école, ne fréquentent pas les piscines, ne sont pas intéressées par le sport et n'associent pas le sport à la santé, au plaisir ou à une «belle silhouette».
	B anciennement active/actif	13939	Plus souvent des hommes, plus souvent en Suisse alémanique, niveau de formation plutôt bas, activité professionnelle souvent à plein temps, peu intéressées par le sport dans les médias, associent peu le sport à la santé, au plaisir ou à une «belle silhouette».
	C parfois un peu active/actif, parfois inactive/inactif	6969	Plus fréquent en Suisse latine, associent peu le sport à la santé, au plaisir ou à une «belle silhouette».

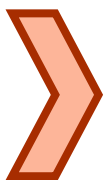


Environ 30'000 personnes: groupe hétérogène sans profil clair, qui tend vers un faible niveau de formation et une activité professionnelle. Ces personnes ne montrent pas d'intérêt pour le sport ou n'ont pas envie de faire du sport et n'associent pas non plus le sport à la santé, au plaisir ou à une «belle silhouette». Pour que les recommandations en matière d'activité physique soient respectées, il faudrait intégrer davantage l'activité physique dans la vie quotidienne (marcher, prendre les escaliers, rester debout en téléphonant, etc.). Les approches de prévention structurelle pourraient également être prometteuses pour ce groupe. Il faudrait aussi donner à ce groupe une autre image du sport ou de nouvelles manières de le pratiquer.

Analyse approfondie PSCH

Qui sont les «inactive/inactifs motivés»?

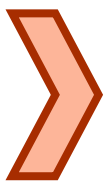
	Activité sportive précédente	Nombre de personnes	Description de ces personnes
catégorie 2	A toujours inactive/inactif	4769	Nettement plus de femmes, souvent de nationalité étrangère, plus souvent en Suisse latine, niveau de formation plutôt élevé et actuellement en cours de formation, motivées par le fitness et le bodyforming, un peu plus souvent en surpoids, le manque d'offres et de moyens sont également une raison d'inactivité, pas d'intérêt pour le sport dans les médias et pas de bons souvenirs du sport à l'école.
	B anciennement active/actif	17607	Plus souvent des femmes, plus souvent en Suisse latine, niveau de formation plutôt élevé, motivées par le fitness et le bodyforming, le manque d'offres et de moyens sont également une raison d'inactivité, bons souvenirs du sport à l'école, associent le sport au plaisir.
	C parfois un peu active/actif, parfois inactive/inactif	6236	Plus souvent des femmes, plutôt de nationalité suisse, niveau de formation plutôt bas, motivées par le fitness et le bodyforming, peu d'intérêt pour le sport dans les médias, associent peu le sport à la santé.



Près de 30'000 personnes: plus souvent des femmes, en partie de nationalité étrangère. Formation plutôt supérieure à la moyenne et encore en formation. Ne semblent pas (encore) avoir trouvé un véritable accès au sport, même si la majorité d'entre elles/eux ont déjà fait un peu de sport par le passé et ont parfois de bons souvenirs du sport à l'école. L'enjeu est ici de permettre aux «inactives/inactifs motivés» d'accéder à une offre de sport adaptée, à bas seuil et abordable, axée avant tout sur le fitness et le bodyforming.

Qui sont les «non sportives/sportifs convaincus»?

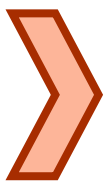
	Activité sportive précédente	Nombre de personnes	Description de ces personnes
catégorie 3	A toujours inactive/inactif	13205	Plus souvent en Suisse alémanique, niveau de formation plutôt bas, activité professionnelle à plein temps, pas d'envie de faire du sport et majoritairement pas de bons souvenirs du sport à l'école, pas de fréquentation des piscines, peu d'intérêt pour le sport dans les médias, associent moins le sport à la santé, au plaisir ou à une «belle silhouette».
	B anciennement active/actif	29712	Souvent en Suisse alémanique, formation plutôt basse, se laisseraient éventuellement convaincre par l'aspect santé, mais associent moins le sport à une «belle silhouette», peuvent avoir de bons souvenirs du sport à l'école.
	C parfois un peu active/actif, parfois inactive/inactif	19808	Plus souvent en Suisse alémanique, formation plutôt basse avec moins de bons souvenirs du sport à l'école, se laisseraient éventuellement motiver par l'argument de la santé et par des objectifs clairs.



Un peu plus de 60'000 personnes: résidant plus souvent en Suisse alémanique. Niveau de formation plutôt inférieur à la moyenne et activité professionnelle à plein temps pour certaines. Ne se laissent pas ou difficilement enthousiasmer par le sport, n'ont pour la plupart pas de bons souvenirs du sport à l'école, mais ne sont pas totalement opposées à l'activité physique et pourraient se laisser tenter à bouger plus (vélo «non sportif», randonnée, etc.), en particulier avec l'argument de la santé.

Qui sont les «non sportives/sportifs amateurs de sport»?

	Activité sportive précédente	Nombre de personnes	Description de ces personnes
catégorie 4	A toujours inactive/inactif	6603	Nettement plus de femmes, souvent de nationalité étrangère, plus souvent en Suisse latine, moins de bons souvenirs du sport à l'école, motivé-e-s par des objectifs clairs, le fitness, le bodyforming et la santé, un peu plus souvent en surpoids, le manque d'offres et de moyens, ainsi que des raisons de santé sont parmi les raisons de l'inactivité, associent le sport à la santé et à une «belle silhouette».
	B anciennement active/actif	47319	Plus souvent des femmes, motivé-e-s par des objectifs clairs, le fitness, le bodyforming et la santé, associent le sport à la santé et au plaisir.
	C parfois un peu active/actif, parfois inactive/inactif	22742	Plus souvent des femmes, ont pour la plupart de bons souvenirs du sport à l'école, motivées par des objectifs clairs, le fitness, le bodyforming et la santé, le manque d'offres et de moyens font partie des raisons de l'inactivité, associent le sport à la santé, au plaisir et à une «belle silhouette».



Plus de 75'000 personnes: souvent des femmes, dont la grande majorité a déjà eu une expérience sportive (parfois positive) et souhaiterait s'y remettre. Peuvent être approchées et convaincues par des offres appropriées et des objectifs sportifs clairs, le fitness, le bodyforming et la santé. Les obstacles à la (re)mise au sport sont relativement faibles. Il faut toutefois une impulsion décisive, provenant par exemple du cercle d'ami-e-s.

CONCLUSION

- Les non sportives/sportifs âgés de 15 à 25 ans vivant en Suisse (totalement inactives/inactifs ou rarement actives/actifs) se répartissent en 4 catégories principales et 12 sous-catégories en fonction de leur comportement en matière d'activité physique, de leur désir de faire du sport et de leur expérience sportive antérieure.
- Il est possible d'identifier des groupes de non sportives/sportifs pour lesquels la promotion de l'activité physique serait particulièrement importante, mais aussi particulièrement exigeante (catégorie 1), tandis que d'autres non sportives/sportifs sont déjà physiquement actives/actifs et pourraient être relativement facilement motivés à faire plus d'exercice et de sport (catégorie 4).
- Les différentes catégories se distinguent par l'âge, le sexe, la nationalité, la région linguistique, le lieu de résidence, le niveau de formation, le statut professionnel et le revenu du ménage, mais aussi par les motivations sportives, les raisons de l'inactivité, l'indice de masse corporelle, l'expérience sportive antérieure, et l'utilisation des infrastructures et des associations sportives. Il ne s'agit toutefois que de liens lâches et de modèles simples sans délimitations claires. Même dans les catégories où la proportion de jeunes femmes est supérieure à la moyenne, il y a beaucoup de jeunes hommes.
- Les schémas identifiés peuvent toutefois aider à mieux cibler les groupes respectifs et, le cas échéant, à les approcher de manière plus spécifique.

Littérature (1)

La présente bibliographie énumère les études sur lesquelles les présentes analyses complémentaires se sont basées. Outre les références bibliographiques mentionnées dans le texte, différentes études portant sur les adolescent-e-s non sportives/sportifs en Suisse sont également listées.

- Braun, S., & Nobis, T. (Hrsg.). (2011). Migration, Integration und Sport: Zivilgesellschaft vor Ort. Wiesbaden: VS Verlag.
- Bringolf-Isler B., Hänggi, J., Kayser, B., Suggs, S., & Probst-Hensch, N. (2022): SOPHYA2 – Rapport final. Bâle: Swiss TPH.
- Bringolf-Isler, B., Probst-Hensch, N., Kayser, B., & Suggs, S. (2016). Rapport final de SOPHYA. Swiss Tropical and Public Health Institute.
- Burrmann, U., & Mutz, M. (2017). Sport- und Bewegungsaktivitäten von Jugendlichen in Deutschland: ein aktueller Überblick im Spannungsfeld von «Versportung» und «Bewegungsmangel». Diskurs Kindheits- und Jugendforschung / Discourse. Journal of Childhood and Adolescence Research, 12(4), 385-401. Doi.org/10.3224/diskurs.v12i4.01.
- Burrmann, U., Mutz, M., & Zender, U. (2010). Integration von Jugendlichen mit Migrationshintergrund in Sport und Gesellschaft. BISp-Jahrbuch – Forschungsförderung 2009/10: 253-258.
- Burrmann, U., Mutz, M., & Zender, U. (Hrsg.). (2015). Jugend, Migration und Sport: Kulturelle Unterschiede und die Sozialisation zum Vereinssport. Wiesbaden: Springer.
- Gerber, M., Mallett, C., & Pühse, U. (2011). Beyond intentional processes: The role of action and coping planning in explaining exercise behaviour among adolescents. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 9, 3: 209–226. Doi.org/10.1080/1612197x.2011.614846.
- Gut, V., Schmid, J., Imbach, L., & Conzelmann A. (2022). Stability of context in sport and exercise across educational transitions in adolescence: hello work, goodbye sport club? BMC Public Health, 22, 152. Doi.org/10.1186/s12889-021-12471-4.
- Lamprecht, M., Bürgi, R., Gebert, A. & Stamm, H.P. (2021). Sport Suisse 2020: Rapport sur les enfants et les adolescents. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.

Littérature (2)

- Lamprecht, M., Bürgi, R. & Stamm, H.P. (2020). Sport Suisse 2020: Activité et consommation sportives de la population suisse. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.
- Laxer, R., Brownson, R., Dubin, J., Cooke, M., Chaurasia, A., & Leatherdale, S. (2017). Clustering of risk-related modifiable behaviours and their association with overweight and obesity among a large sample of youth in the COMPASS study. BMC Public Health. 17, 102. DOI 10.1186/s12889-017-4034-0.
- Parker, K., Salmon, J., Costigan, S., Villanueva, K., Brown, H., & Timperio, A. (2019). Activity-related behavior typologies in youth: a systematic review. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 16, 44. Doi.org/10.1186/s12966-019-0804.
- Radtke, T., Luszczynska, A., Schenkel, K., Biddle, S., & Scholz, U. (2018). A cluster randomized controlled trial comparing the effectiveness of an individual planning intervention with collaborative planning in adolescent friendship dyads to enhance physical activity (TWOgether). BMC Public Health, 18, 911. Doi.org/10.1186/s12889-018-5818-6.
- Sauter, D., & Wyss, K. Velonutzung von Jugendlichen im Kanton Basel-Stadt (2014). Rapport final. Département des travaux publics et des transports du canton de Bâle-Ville, avec le soutien l'Office fédéral des routes, OFROU, section mobilité douce.
- Schmid, J., Gut, V., Conzelmann, A., & Yanagida, T. (2019). Who Stays On? The Link between Psychosocial Patterns and Changes in Exercise and Sport Behaviour When Adolescents Make Transitions in Education. Applied Psychology: Health and Well-Being. Doi:10.1111/aphw.12186
- Van Sluijs, E., Ekelund, U., Crochemore-Silva, I., Guthold, R., Ha, A. Lubans, D., Adewale O, Ding, D., & Katzmarzyk P. (2021). Physical activity behaviours in adolescence: current evidence and opportunities for intervention. The Lancet, 398: 429-442.
- Zehnder, C., & Benzing V. (2022). «Bewegungsbarrieren bei Jugendlichen» - Eine Untersuchung im Zusammenhang mit dem Health Action Process Approach. Rapport scientifique. Berne (confidentiel).