



GUIDE PROJET

Pratiques en mixité





SOMMAIRE

INTRODUCTION

PLAY International et le contexte.....	4
Présentation du projet	6
Les partenaires du projet.....	6

APPORTS SCIENTIFIQUES ET PEDAGOGIQUES

Introduction	8
La question de la diversité des corps	9
Il n'existe pas de pratiques plus favorables que d'autres pour construire l'égalité entre les sexes	10
La posture de l'encadrant-e est déterminante, peu importe la pratique proposée	10
Quelques exemples de pratiques dites non oppressives.....	11

LES PRATIQUES MIXTES

Pratique 1	14
Pratique 2	16

CONCLUSION

Remerciements	19
---------------------	----

PRÉSENTATION

PLAY INTERNATIONAL ET CONTEXTE

PLAY International

PLAY International est née en 1999 de l'idée que le sport pouvait être catalyseur de changement social. Depuis cette date, l'ONG a développé et géré des projets d'éducation dans une quinzaine de pays pour le bénéfice de plus d'un demi-million d'enfants. Cette action de terrain, souvent au sein de contextes précaires, a permis à l'ONG de développer une approche du sport qui permet de transformer sa pratique en

réponse concrète à un problème d'éducation, de société ou de santé. PLAY International a ainsi inventé de nouvelles façons d'apprendre, de grandir, ou de surmonter un traumatisme. Aujourd'hui, l'ONG s'est réinventée pour répondre à une ambition : démultiplier l'impact social du sport en France et dans le monde avec un fil conducteur : l'innovation sociale.

L'engagement de PLAY International en faveur de la mixité

Depuis sa création en 1999, PLAY International est engagé en faveur de l'émancipation des femmes et de l'égalité filles-garçons. En Afghanistan ou en Haïti, PLAY International et ses partenaires ont développé des solutions pour favoriser l'accès de toutes et tous au sport et à l'éducation. En France, l'association poursuit cet engagement pour lutter contre les stéréotypes qui entretiennent la division et la séparation entre filles et garçons dès l'enfance, grâce notamment à la méthode Playdagogie. Cette méthode pédagogique active et participative utilise le jeu sportif et le débat comme leviers éducatifs pour prévenir et sensibiliser les enfants entre 8 et 12 ans aux enjeux sanitaires et sociaux. Par ailleurs, l'association élabore aujourd'hui à travers le Playlab de nouvelles solutions concrètes pour favoriser la mixité dans les activités sportives, et contribuer à créer les conditions de maintien des jeunes dans l'activité physique, au premier rang desquels, les filles.



Objectifs du guide

Ce guide s'adresse aux professionnel·les de l'éducation et/ou du monde sportif qui recherchent des solutions pour mettre en place une pratique sportive favorable à l'égalité filles garçons, c'est-à-dire permettant un engagement de niveau égal des filles comme des garçons. Les objectifs de ce guide sont pluriels :

- Présenter la démarche de PLAY International ainsi que les enjeux du projet ;
- Apporter des connaissances aux professionnel·les sur le sujet de la mixité dans les pratiques sportives ;
- Présenter les deux pratiques sportives pensées pour la mixité et co-construites à l'occasion de ce projet.



Contexte et problématiques

À l'adolescence, les stéréotypes véhiculés dans la société et intégrés par les enfants dès leur plus jeune âge induisent souvent une différenciation des filles et des garçons, notamment en raison de la non-mixité d'une grande majorité des pratiques sportives, à partir de 12-13 ans. À partir de ce constat, et pour lutter contre ce phénomène de cloisonnement, PLAY International a lancé un projet avec des spécialistes universitaires et des acteurs·trices de terrain afin de produire des outils

à destination de la communauté sportive et éducative favorisant la mixité dans la pratique sportive. Quelles sont les clés pour favoriser le « jouer ensemble » et « l'apprendre ensemble » à la période de l'adolescence, où l'ancrage définitif de stéréotypes peut encore être évité ? Comment une pratique mixte régulière et vécue positivement pourrait contribuer à diminuer le taux d'abandon de la pratique sportive chez les jeunes, notamment les filles ?



Une méthodologie : la recherche-action

La recherche-action ambitionne de « transformer la réalité et produire des connaissances concernant ces transformations » (Hugon & Seibel, 1998). Dans ce cas, l'intervention elle-même sur le problème produit les connaissances en « utilisant les savoirs et les expériences » de l'ensemble des acteurs et actrices du projet. D'après Susman (1983), il existe cinq phases cycliques dans la recherche-action :

- 1 L'identification d'une situation problématique sur laquelle il est possible d'agir ;
- 2 L'investissement et l'évaluation du terrain afin d'identifier les différentes causes possibles du problème, de créer des hypothèses et de définir un plan d'action ;
- 3 La mise en place du plan d'action ;
- 4 La collecte et l'analyse des résultats obtenus ;
- 5 La réévaluation du problème et de sa (non) résolution.

PRÉSENTATION DU PROJET

Objectifs du projet

Grâce à la mobilisation d'acteurs et d'actrices engagés dans la réflexion et la mise en pratique sur le terrain, ce projet a pour objectifs :

- 1 D'identifier les "règles d'or" ou grands principes à mettre en place pour construire des activités sportives mixtes dans lesquelles filles et garçons occupent la même place et s'engagent de façon équivalente ;
- 2 D'imaginer, de cocréer et de mettre en place des pratiques sportives mixtes innovantes s'appuyant sur ces règles d'or.

Le projet

Le projet « pratiques en mixité » a débuté en décembre 2019 et s'est étendu sur toute l'année 2020. Ce guide présente l'ensemble des conclusions et productions de ce projet, avec notamment la cocréation de deux pratiques sportives mixtes. Il a impliqué un total de douze structures, tous acteurs du sport et de l'éducation par le sport parmi lesquelles des associations, des fédérations, des clubs sportifs, un laboratoire universitaire ou encore une fondation. Cette diversité de partenaires a

permis d'initier une réflexion collective riche et stimulante autour de la cohabitation entre filles et garçons dans la pratique sportive. Dans ce guide sont présentés l'état des lieux des connaissances scientifiques, les principaux enjeux autour de la mixité dans la pratique sportive tels qu'identifiés avec les partenaires, ainsi que les deux pratiques créées et la démarche réflexive y ayant mené.

Un projet de recherche-action en 4 étapes

1

Atelier 1 « Définition des règles d'or ». Lors de cet atelier, douze structures ont participé à l'identification des critères essentiels pour favoriser le fait de « jouer et apprendre ensemble » entre filles et garçons, dans le cadre d'une pratique sportive.

2

Ateliers 2 & 3 : « Cocréation de nouvelles pratiques mixtes par les cinq structures sélectionnées ». A partir des expériences des cinq structures sélectionnées et des règles identifiées lors de l'atelier 1, deux pratiques sportives adaptées à la mixité ont été créées lors de ces deux ateliers.

3

Expérimentation & accompagnement à la mise en œuvre des pratiques créées : chacune des cinq structures lauréates a testé et mis en œuvre sur le terrain les pratiques créées, avec l'accompagnement de PLAY International.

4

Evaluation d'impact des pratiques par le laboratoire universitaire L-VIS.



LES PARTENAIRES DU PROJET

LES LAUREATS DE L'APPEL À PARTICIPATIONS



Sport dans la Ville (SDLV)

Association d'insertion par le sport, Sport dans la Ville met notamment en œuvre le programme « L dans la Ville », dédié aux 1 400 jeunes filles de l'association. Ce programme les accompagne dans leur épanouissement personnel et leur insertion professionnelle en leur offrant des activités diverses et dédiées, sportives ou professionnelles.



Le Comité Régional d'Ile-de-France de la Fédération Sportive et Culturelle de France

La FSCF développe des activités sportives, culturelles et socio-éducatives et des actions de loisir pour tous. Son objectif est de contribuer à l'épanouissement de la personne dans toutes ses dimensions. Elle accueille tous les publics, chacun selon son niveau, son âge et ses aptitudes. Elle propose des activités sportives variées.



CA Paris 14

Ce club de football parisien affilié à la Fédération Française de Football accueille des filles et des garçons de tous âges. Il a constitué un pôle « Foot pour tous » dans lequel plusieurs activités sont accessibles aux filles comme aux garçons.



AJN Bagnolet

Ce club de basketball, badminton et football a pour objectif de créer des liens interindividuels, intergénérationnels et interculturels à travers l'organisation et le développement de la pratique sportive, des événements culturels et la vie sociale, en mettant en avant l'aspect social du sport avant l'aspect compétitif.



Racing Club de France Football

Créée en 1896, la section football du Racing Club de France dispose d'un palmarès exceptionnel. Le club a évolué dans l'élite du football français, sous différents noms durant quatre décennies remportant 3 titres de champion de France et gagnant à 5 reprises la prestigieuse Coupe de France. Le club regroupe aujourd'hui plus de 1,000 licencié-es répartis dans différentes équipes masculines et féminines évoluant au plus haut niveau régional et national.

LE PARTENAIRE UNIVERSITAIRE



Le laboratoire L-VIS de l'université de Lyon 1

Le L-VIS Laboratoire sur les Vulnérabilités et l'Innovation dans le Sport est un laboratoire de recherche de l'Université Lyon 1 regroupant près de 50 personnes (enseignant-es-chercheur-es et doctorant-es) réunies autour d'une recherche interdisciplinaire du phénomène sportif dans le domaine des Sciences Humaines et Sociales. Cette pluridisciplinarité est mise au service de deux thèmes fédérateurs : les vulnérabilités et l'innovation en lien avec les Activités Physiques et Sportives, notamment au filtre des études sur le genre.

APPORTS SCIENTIFIQUES ET PEDAGOGIQUES

Introduction

Proposer une pratique physique et sportive en mixité peut sans doute apparaître peu innovant et ambitieux en 2020 tant la mixité entre les filles et les garçons est considérée, par beaucoup, comme une évidence.

Pourtant, cette mixité est encore loin d'aller de soi. Dans le cadre sportif fédéral, les principes de l'organisation des pratiques sportives, dès le 19^{ème} siècle, étaient ceux de la séparation des femmes et des hommes dans la pratique, et de la différenciation des manières de pratiquer selon le sexe (aménagement des règles). Au cours du 20^{ème} siècle, les femmes ont dû conquérir leurs droits d'accéder à de nombreuses pratiques et compétitions sportives, puis d'y être considérées et reconnues avec la même valeur que les hommes¹. Ce combat n'est malheureusement pas fini.

Les inégalités de traitement, de reconnaissance et d'accès à tous les sports sont encore nombreuses. C'est particulièrement vrai dans les quartiers en politique de la ville, où la précarité sociale et la répartition traditionnelle des rôles sociaux font davantage obstacle à l'égalité réelle entre les femmes et les hommes : **les filles ont accès à moins d'activités que les garçons, celles-ci sont souvent peu adaptées à leurs motivations, elles se déroulent la plupart du temps entre filles, et les rares situations de mixité sont vécues comme une « véritable épreuve »**². De même en EPS où les travaux scientifiques montrent que les pratiques en mixité ne sont pas exemptes de stéréotypes, de croyances sur « la » différence des sexes, et de manifestations de la domination masculine³.

Ainsi, réunir des filles et des garçons dans une même pratique sportive, en même temps et au même endroit ne fonctionne pas comme par magie. **La mixité n'est pas synonyme ou garantie d'égalité.** Elle ne peut pas être utilisée de façon dogmatique (toujours et à tout prix) ou de façon banalisée (comme si de rien n'était, et nécessite une démarche réfléchie qui en définit les enjeux, les étapes et les limites.

La recherche-action engagée par PLAY International en partenariat avec le Laboratoire sur les Vulnérabilités et l'Innovation dans le Sport (LVIS)³ de l'Université Lyon 1 s'inscrit dans cette perspective à double objectif :

1

Promouvoir l'égalité entre les sexes : le fait de recevoir, expérimenter et apprendre du « même » pour les filles et les garçons ;

2

La mettre en œuvre dans une pratique en mixité, où il s'agit de travailler ensemble.

L'égalité est ici envisagée comme un principe politique visant à ce que les différences ne se transforment pas en inégalités. Alors que la mixité est un choix d'organisation des pratiques visant à faire travailler et apprendre ensemble les filles et les garçons. L'enjeu est par conséquent d'articuler ces deux notions dans une forme de pratique inédite, réfléchie, autour de ce double objectif « ensemble et à égalité » (Davis, 2010).



1 Terret et al., 2013 ; Ottogalli, 2018.

2 Guérandel, C. (2016). *Le sport fait mâle. La fabrique des filles et des garçons dans les cités*. Presses universitaires de Grenoble.

3 Garcia, M. C. (2007). Représentations « genrées » et sexuation des pratiques circassiennes en milieu scolaire. *Sociétés Représentations*, (2), 129-143

4 Cécile Ottogalli-Mazzacavallo, Virginie Nicaise (Maitresses de conférences au LVIS) et Alix Parfait (stagiaire M2 Egal/APS au LVIS) sont les auteures de l'apport théorique de l'étude.

La question de la diversité des corps

Pour beaucoup, le fait que les corps des femmes et des hommes ne se ressemblent pas anatomiquement constitue un premier obstacle à la mixité, ainsi qu'à l'objectif d'égalité entre les sexes. Du coup, au fait que les corps seraient dissemblants devrait correspondre la distinction des pratiques. **Cette croyance trouve ses racines dans une histoire de discours médicaux et/ou sportifs au fil du 20^{ème} siècle**, où la fonction de maternité constituait l'alpha et l'omega d'une vision **dévalorisante des capacités des femmes et de leurs rôles sociaux**. Aux femmes étaient assignés la reproduction, l'éducation et les soins ; aux hommes, la production et l'exercice du pouvoir. Cette représentation permettait de justifier la marginalisation des femmes dans le mouvement sportif par l'organisation des pratiques discriminantes (c'est-à-dire portant préjudice en limitant les possibilités d'apprentissage des femmes).

Certain-es peinent encore à appréhender les corps dans leur grande diversité physique et physiologique (certaines filles sont grandes, d'autres massives, certains garçons sont petits, d'autres minces et filiformes, etc.). De plus, **ces corps sont le résultat d'un environnement social, géographique, culturel, sportif qui les façonnent**. Or, les filles et les garçons ne profitent pas des mêmes avantages, que ce soit dans la famille⁴ ou à l'école⁵, et ce dès leur enfance, pour se développer et s'épanouir. Leur socialisation est sexuée⁶, ce qui amène par exemple les filles à **privilégier les activités de maîtrise du langage** (lire, écrire, danser, etc.) et les garçons les **activités sportives**, dans lesquelles elles et ils sont fortement encouragés. En sport, il est demandé aux garçons de performer par la force physique, l'esprit de compétition et les signes de la domination, aux filles est demandé de performer par l'esthétique, de se montrer sérieuses, persévérantes et bienveillantes. Ces conditionnements influencent souvent involontairement les pratiques pédagogiques des enseignant-es, leurs attentes vis-à-vis des jeunes et par conséquent les expériences vécues par les adolescent-es.



Ainsi, les corps sont le résultat des expériences vécues et toujours en devenir. Rappelons que tous les corps, de femmes comme d'hommes, ont les mêmes registres de ressources physiques, que celles-ci sont plus ou moins développées du fait de l'entraînement et que le sexe ne dit pas tout des prédictions ou limitations des performances⁸.

D'autres facteurs comme l'entraînement, la motivation et la maîtrise de techniques efficaces distinguent davantage les individus entre eux dans l'acquisition de compétences. **Rappelons que les performances ne se réduisent pas à l'expression de la force, la puissance ou la vitesse mais que d'autres capacités physiques sont nécessaires dans la production de performance** : l'adresse/précision, la souplesse, la résistance, l'agilité dont il ne faut sous-estimer l'importance. Enfin, rappelons que les facultés cognitives (prendre de bonnes décisions), émotionnelles (gérer le stress), sociales (travailler avec les autres) et méthodologiques (élaborer des stratégies) contribuent également à la production de performances et sont elles aussi mobilisables chez les filles comme les garçons.

AINSI, PENSER UNE PRATIQUE ÉGALITAIRE C'EST :

- 1 • Penser tous les jeunes comme capables ;
- 2 • Imaginer des situations qui mobilisent un large panel de capacités, afin d'obtenir une forme d'alternance de l'avantage ;
- 3 • Proposer des situations où tous les jeunes peuvent être débutant-es, sur un ensemble de capacités, à un moment ou un autre.



5 Mennesson, 2011

6 Morin-Messabel, C., & Salle, M. (2013). À l'école des stéréotypes. *Comprendre et déconstruire*. Paris : L'Harmattan.

7 Rouyer, V., Mieyaa, Y., & Blanc, A. L. (2014). Socialisation de genre et construction des identités sexuées. *Contextes sociétal et scientifique, acquis de la recherche et implications pratiques*. *Revue française de pédagogie. Recherches en éducation*, (187), 97-137.

8 Vigneron, C. (2006). Les inégalités de réussite en EPS entre filles et garçons : déterminisme biologique ou fabrication scolaire ? *Revue française de pédagogie. Recherches en éducation*, (154), 11-124.

Il n'existe pas de pratiques plus favorables que d'autres pour construire l'égalité entre les sexes

Certain-es pensent que pour innover en matière d'égalité, il vaudrait mieux renoncer aux activités sportives compétitives traditionnelles, pour investir des activités plus récentes, ludiques, récréatives, voir hygiéniques, dans lesquelles les jeunes et notamment les filles seraient moins en difficulté. **Cette croyance est alimentée par l'ignorance des inégalités d'accès, de traitement et de reconnaissance qui, au fil du 20^{ème} siècle et aujourd'hui encore, défavorisent les filles.** Certaines pratiques sportives sont anciennes et ont été longuement interdites aux femmes comme le rugby, le football, le marathon ou le sabre. Elles s'appuient sur un imaginaire viril et sont surinvesties par des garçons, bien que des femmes s'y épanouissent, souvent dans la plus grande invisibilité depuis des décennies. D'autres

sont anciennes et ont été plébiscitées pour l'éducation des jeunes filles comme la gymnastique rythmique, la natation, le basket et les danses. Elles s'appuient sur un imaginaire de la « bonne féminité » et sont surinvesties par les filles. D'autres sont plus récentes et du fait de l'évolution des mœurs s'organisent simultanément pour les hommes et les femmes (badminton, ultimate, fitness, cirque moderne) sans pour autant échapper aux logiques de domination masculine⁹. **Les sports n'ont pas de sexe mais une histoire ! Et même les pratiques les plus récentes ou en rupture avec le patrimoine sportif traditionnel, n'échappent pas au risque d'une reproduction des stéréotypes, des rôles sexués, d'un clivage féminin/masculin ou à une valorisation des attentes et socialisations des garçons.**



La posture de l'encadrant-e est déterminante, peu importe la pratique proposée

Note : c'est en EPS que les recherches ont le plus investi la question des enjeux et limites de la mixité.

Sexisme caché et « loi des garçons » en Education Physique et Sportive

Pendant les leçons d'EPS, la domination masculine se retrouve dans le comportement d'enseignant-es, qui se comportent différemment à l'égard des filles et des garçons¹⁰. En contexte mixte, les enseignant-es ont tendance à avoir des attentes moins élevées pour les filles¹⁰. Les garçons sont plus souvent utilisés pour réaliser des démonstrations en cours¹¹, et parfois des expressions stéréotypées sont utilisées pour décrire l'activité des filles, comme « lancer comme une fille »¹².

Marginalisation des filles (dans l'engagement, la réussite, l'appréhension de l'espace et du matériel)

En contexte mixte, alors que les garçons sont au centre des préoccupations des enseignant-es et du terrain, les filles auront plus tendance à intérioriser l'idée que leur place est d'être secondes¹³. Le sentiment de compétence des filles vis-à-vis de leur réussite est donc inférieur à celui des garçons, et ces différences s'accroissent avec les activités de performance et de compétition¹⁴. Dans le discours des enseignant-es, les filles sont le plus souvent perçues comme des « problèmes », manquant de motivation, ne faisant aucun effort : manque de courage, de qualités physiques, de compétence¹⁵. Les filles se retrouvent dans des rôles stéréotypés (disciplinées et invisibilisées, là où les garçons occupent la majeure partie de l'espace et du matériel) dans lesquels elles occupent le statut de régulatrices de la classe (c'est-à-dire qu'elles coopèrent au bon fonctionnement de la classe)¹⁶.

9 Garcia, M. C. (2007). Représentations « genrées » et sexualité des pratiques circassiennes en milieu scolaire. *Sociétés Représentations*, (2), 129-143. Grall, J. (2015). Sport ou pratique infantine ? La construction manquée du badminton en tant que « vrai sport » en France dans l'entre-deux-guerres. *Staps*, 107(1), 75-89. doi:10.3917/sta.107.0075. Louchet, C., & Neys, O. H. (2018). "Women only" fitness centers: A new kind of health pressure?. *Sciences sociales et sante*, 36(3), 5-30

10 Guérandel, C. (2016). *Le sport fait mâle. La fabrique des filles et des garçons dans les cités*. Presses universitaires de Grenoble.

11 Chalabaev, A., Sarrazin, P., Trouilloud, D., & Boiché, J. (2005). "Girls Work Harder But Achieve Lower Than Boys." *How Gender Stereotypes Influence Physical Education Teachers' Expectations*. *Social Psychology*, 39, 2469-2498.

12 Davis, K. (2003). *Dubious equalities and embodied differences: Cultural studies on cosmetic surgery*. Rowman & Littlefield.

13 Roinholt, 2002

14 Cogérimo, G. (2006). *La mixité en EPS: de la gestion des groupes à une réflexion sur l'équité. La mixité en éducation physique et sportive. Paroles, réussites, différenciations*, 9-27.

15 Lyu & Gill, 2011

16 Patinet-Bienaimé, C., & Cogerino, G. (2011). *La vigilance des enseignant-es d'éducation physique et sportive relative à l'égalité des filles et des garçons. Questions Vives. Recherches en éducation*, 8(15).

17 Guérandel, C., & Beyria, F. (2010). *La mixité dans les cours d'EPS d'un collège en ZEP: entre distance et rapprochement des sexes. Revue française de pédagogie. Recherches en éducation*, (170), 17-30.

Des interactions négatives (moqueries, intimidations) pour les filles (et les garçons moins forts) dans un contexte mixte

Les filles doivent parfois faire face aux comportements agressifs des garçons, moqueries, intimidations ou insultes¹⁷, à l'importance pour les garçons de gagner contre les filles (« pour sauver la face ») et aux conséquences néfastes qu'une défaite pourrait entraîner (bousculades, insultes)¹⁸. Leurs alternatives sont alors soit de reproduire les stéréotypes de genre (accepter la domination des garçons et faire de même), soit de réagir, au risque d'être traitées de « garçon manqué »¹⁷. Comme pour certaines adolescentes, certains garçons qui sont moins en réussite peuvent aussi faire l'objet de nombreuses moqueries et se sentir gênés, dans un contexte qui valorise le modèle d'un corps musclé, puissant, compétitif²⁰.

Reproduction de stéréotypes entre les filles et les garçons

Les stéréotypes sexués (ex. : les filles doivent être douces, sensibles aux autres ; les garçons doivent être autoritaires, agressifs, bons en sports) contribuent à limiter les possibilités de chacun-e. En contexte de mixité, à niveau de compétence égale, les filles reçoivent des commentaires de nature différente (plus d'encouragements, d'informations techniques ; moins de retours d'information, de félicitations, de critiques) et de quantité différente (moins de temps d'échanges) que les garçons²¹. Ces inégalités font que les écarts de réussite entre les sexes ne sont pas seulement dus à des différences de capacités naturelles entre les sexes, mais découlent aussi d'un environnement de pratique moins favorable, où les filles bénéficient de moins d'opportunités pour s'entraîner et progresser, et donc progressivement se désengagent.

Au regard de ces travaux, il est donc possible de dire que penser une pratique égalitaire, c'est promouvoir des modèles de participation non-oppressifs (non discriminants), avec des formes de jeu et des règles adaptées à la diversité des expériences et non à une représentation stéréotypée des sexes. Notons par ailleurs que les discriminations, et les exclusions induites, sont proportionnelles à la médiatisation des sports, sous-entendus masculins.

Quelques exemples de pratiques dites non oppressives

Afin de favoriser l'inclusion, des études s'appuyant sur les modèles *Sport for Peace Curriculum* incitent²² :



À mettre en place des cycles longs,



À renforcer la stabilité des équipes pour apprendre à bien se connaître,



À créer une dynamique de groupe,



À valoriser tous les rôles au sein des situations (pas que les postes privilégiés comme attaquant.e),



À créer une culture commune autour de l'activité enseignée,



À améliorer le sentiment de réussite des filles,



À rendre plus riches les relations entre les deux sexes, c'est-à-dire favoriser la coopération et l'échange verbal entre les filles et les garçons.



18 Guérandel, C. (2016). *Le sport fait mâle. La fabrique des filles et des garçons dans les cités*. Presses universitaires de Grenoble.

19 Guérandel, C., & Beyria, F. (2010). *La mixité dans les cours d'EPS d'un collège en ZEP: entre distance et rapprochement des sexes. Revue française de pédagogie. Recherches en éducation*, (170), 17-30.

20 Garcia, M. C. (2007). Représentations « genrées » et sexualité des pratiques circassiennes en milieu scolaire. *Sociétés Représentations*, (2), 129-143.

21 Hickey, 2008

22 NIÇAISE, Virginie. *Les feedback de l'enseignant-e en EPS: perceptions des élèves et observation: différences filles-garçons et effets sur les réponses psychologiques*

et sur la performance. 2006. Thèse de doctorat. Lyon 1.

23 Ennis et al., 1999 Hastie, P. A. (1998). *The participation and perceptions of girls within a unit of sport education. Journal of teaching in physical education*, 17(2), 157-171.



Une expérience menée au Canada dans le cadre du projet « DesÉquilibre » a permis d'observer d'autres critères favorables à l'inclusion et la cohésion sociale : la mise en place de rites de passages permettant à chaque jeune de constater ses propres progrès (à travers les entrainements et les défis) **ou l'importance du collectif et de la coopération** (grâce à un aménagement spécifique des règles). Les situations choisies plaçaient volontairement les filles et les garçons au même niveau d'inexpérience, afin de limiter l'exploitation d'aptitudes physiques déjà acquises. En conséquence et déconnecté.es de leur passé sportif, les jeunes se voyaient contraint.es, par la médiation de l'éducateur-trice, **d'apprendre de nouvelles techniques sportives et de coopérer pour atteindre leur but.**

Van Acker et al. (2010)²³ ont expérimenté un jeu d'invasion comme le korfbal avec aménagement des règles (ex. : pas de dribble ; 2-1, 3-2, puis 3-3 et non 5-5 comme le propose normalement le règlement ; modification de la taille du terrain de 26x17m ; distribution égale des rôles actifs entre filles et garçons). **En favorisant la mobilisation d'habiletés variées, d'une forme de jeu coopératif et d'un engagement physique contrôlé, l'expérience a permis d'augmenter significativement l'engagement des filles dans l'activité, contrairement à une pratique traditionnelle.**

Dans le champ des pratiques artistiques, Cathy Patinet (2013)²⁴ travaille à créer une culture commune en reprenant des « codes » de la masculinité et de la féminité, afin que tou-te-s se retrouvent, à la fois dans un imaginaire familier et lointain (Patinet, 2013)²⁴. **Elle propose également d'alterner dans les rôles de leaders, traditionnellement dévolus aux garçons. Par le jeu de contraintes pédagogiques, elle travaille contre les attendus du genre (inviter les filles à faire l'exploit, à improviser et à être leader ; inviter les garçons à maîtriser, reproduire, construire de la solidarité, prendre leur tour à bon escient, etc.) tout en minimisant les sollicitations trop physiologiques.**

Enfin, dans le champ des pratiques sportives traditionnelles, par exemple au basket-ball, Nina Charlier propose de travailler en priorité le tir pour marquer, mais également le fait de savoir construire des actions décisives afin d'accéder au panier. Comme ce type d'action se construit en coopération avec ses équipier.es, l'enseignant-e doit avoir pour objectif de faire comprendre que pour progresser sur le terrain et aller marquer, il faut aussi pouvoir jouer en coopérant, en exploitant le collectif. **Pour que les jeunes ne jouent pas qu'entre individus de même sexe, des « fiches égalités » sont également mises en place, afin d'objectiver le nombre de paniers marqués par chaque jeune, en fixant une limite à ne pas dépasser (sous peine d'être sanctionné-e), ce qui encourage la nécessité de coopérer entre filles et garçons²⁶.**

24 Van Acker, R., Carreiro da Costa, F., De Bourdeaudhuij, I., Cardon, G., & Haerens, L. (2010). Sex equity and physical activity levels in coeducational physical education: exploring the potential of modified game forms. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 15(2), 159-173.

25 Patinet, C., & Cogérino, G. (2013). Expériences de mixités vécues par les enseignants d'éducation physique et sportive : lien entre vigilance et équité sexuée. *Revue française de pédagogie. Recherches en éducation*, (182), 93-106.

26 Charlier, N. « Basket : des savoirs émancipateurs pour toutes et tous ! EPS & Société », 2013, <http://www.epsetsociete.fr/Basket-des-savoirs-emancipateurs>.



PRATIQUE 1

BASKET-BALL EN MIXITÉ



OBJECTIF

Jouer un match de basket-ball mixte, adapté, équilibré et inclusif.



ORGANISATION

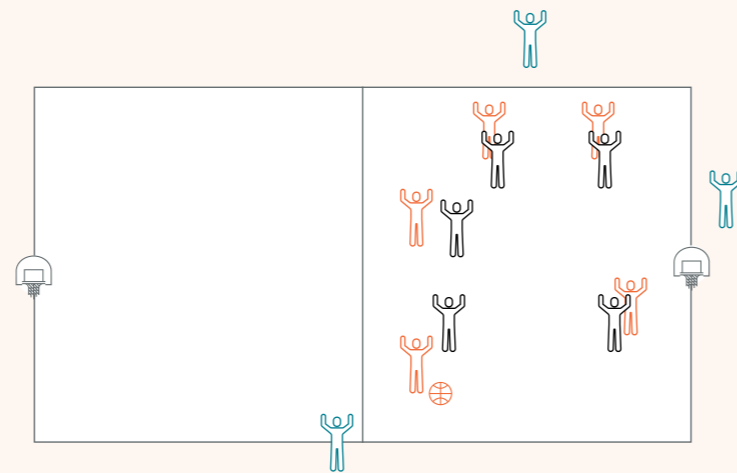
Durée : 4x8min

Taille des équipes : 6 joueurs minimum
Espace : terrain de basket-ball (28x15m)



MATÉRIEL

- 1 terrain de basket-ball avec 2 paniers
- 1 ballon de basket-ball de taille 5 ou 6
- 3 jeux de chasubles
- 1 chronomètre



CONSIGNES

Les règles dites « classiques » du basket-ball s'appliquent : le marché, la reprise et le porté de balle, etc.

Organiser trois équipes mixtes et équilibrées entre elles d'au moins six joueurs et joueuses (cinq joueurs et joueuses de champ et un/une remplaçant/remplaçante). Il y a deux équipes sur le terrain et une équipe qui arbitre. Les rôles tournent au cours du match, de sorte que chacun et chacune passe dans tous les rôles. S'assurer qu'il y ait le même nombre de filles et garçons dans chaque équipe.

L'équipe qui arbitre s'organise de la façon suivante : trois joueurs ou joueuses tiennent le score (un annonceur ou une annonceuse par équipe, et un rapporteur ou une rapporteuse qui note le score), tandis que les trois autres arbitrent le match en se répartissant sur ou autour du terrain.

Dans chaque quart-temps, un ou une capitaine est désigné.e dans chaque équipe. **Le ou la capitaine change d'un quart-temps à l'autre. Il est interdit de désigner un ou une capitaine du même sexe que le ou la précédente.**

Avant le début de chaque quart-temps, le ou la capitaine doit choisir et annoncer aux arbitres le système de jeu « bonus » de son équipe (voir ci-dessous). Les deux capitaines annoncent leur choix aux arbitres en même temps, ce qui permet à chacun ou chacune de connaître celui de l'autre équipe. Ce bonus s'applique sur tout le quart-temps et prend effet lorsque des points sont marqués en respectant les exigences du bonus choisi. Avant chaque quart-temps, chaque équipe se rassemble pour discuter de la stratégie à adopter de la manière suivante : chaque joueur et joueuse donne son avis (sans obligation) en respectant un tour de parole, sauf le ou la capitaine qui est

seulement à l'écoute des arguments de ses partenaires. À la fin de ce temps, les joueurs et joueuses votent en montrant avec les doigts le numéro du bonus choisi (organiser un vote les yeux fermés pour limiter les effets d'influence). Le vote du ou de la capitaine compte double. Le ou la capitaine bénéficie également d'un temps-mort d'une minute à chaque période, qu'il peut choisir d'activer ou non, en le signalant aux arbitres. Pour prendre un temps-mort, il faut que son équipe soit en possession du ballon.

Il est possible de choisir entre ces deux bonus offensifs, qui **rapportent chacun 8 points pour 2 paniers marqués en respectant leur règle attitrée** :

Bonus 1 : les paniers marqués avec au minimum quatre joueurs ou joueuses ayant touché le ballon durant l'action comptent double ;

Bonus 2 : lorsqu'une passe décisive est réalisée d'un joueur vers une joueuse, quatre points supplémentaires sont accordés en suspens (en plus des points rapportés par le panier marqué). Pour valider ces quatre points, il faut réaliser une passe décisive d'une joueuse vers un joueur (peu importe lesquels, ce ne sont pas forcément les mêmes que pour le premier panier). Il est possible de commencer par une passe d'une joueuse vers un joueur, tant que pour le second panier les rôles sont inversés. Ex. : Sophie fait une passe décisive à Adil pour un panier à 2 points. L'équipe marque donc 2 points et obtient 4 points en réserve. Si un garçon (Adil ou un autre) fait une passe décisive à une fille (Sophie ou une autre) pour un panier à 2 points, les 4 points seront accordés en plus du panier à 2 points. Au total, l'équipe score 2+2+4=8 points.

RÈGLES

- Il doit y avoir en permanence au moins une fille et un garçon sur le terrain, dans chaque équipe.
- Il est interdit de dribbler après avoir franchi la ligne médiane.
- Les règles du basketball s'appliquent.

TENUE DU SCORE :

- Les points seront également comptés de la manière suivante :
- **Le premier panier de chaque joueur et joueuse compte double.**
 - **Si les cinq joueurs et joueuses ont marqué au moins un point dans un même quart-temps, le score de celui-ci est doublé.**

ENJEUX DE LA PRATIQUE 1

Les défis identifiés et relevés

Les contacts et le rapport de force :

Au basket-ball, les rapports de taille, vitesse et force sont déterminants dans les duels entre attaquants et défenseurs. Nous avons pris le parti de limiter l'impact physique de ces duels en limitant le dribble et les possibilités de profiter de ses qualités physiques pour se déplacer avec le ballon. Cela doit favoriser l'engagement de tous et toutes dans l'activité, en diminuant l'impact des différences d'ordre physique, et en limitant une forme de stigmatisation possible des filles par des règles différenciées (ex. : les garçons n'ont pas le droit de contrer ou de défendre sur les filles, les garçons défendent sur les garçons et les filles sur les filles).

Les règles favorisant le collectif :

Dans les sports collectifs, et notamment les sports de ballon, les garçons ont souvent un avantage d'entraînement sur les filles. Les garçons ont en moyenne plus pratiqué au cours de leur parcours sportif, autant en temps de pratique qu'en diversité de pratiques. Il en résulte une différence de niveau significative dans ce type d'activités. Pour limiter cet effet nous avons choisi d'intégrer des règles permettant de favoriser un jeu collectif, en limitant l'impact de la performance individuelle

sur le résultat final. Le calcul du score est donc modifié pour donner un avantage conséquent aux équipes qui y font contribuer un maximum de joueurs et joueuses de leur équipe. Les bonus sont aussi orientés pour favoriser l'organisation collective au sein de chaque équipe.

Les rôles sociaux :

Il existe une différence conséquente d'engagement et de prise de responsabilités entre filles et garçons dans les activités sportives. Nous avons donc mis en place un rôle spécifique, pour partager la prise d'initiative et le leadership. Il s'agit du rôle de capitaine, qui doit assumer une partie des décisions stratégiques de son équipe, en ayant consulté ses coéquipiers et coéquipières pour les prendre. Les joueurs et joueuses tournent dans ce rôle entre chaque quart-temps et alternent entre filles et garçons. Cela permet de donner à tous et toutes un espace dans lequel s'exprimer et faire des choix, ce que les filles ont tendance à moins faire culturellement dans ce type d'activité. Les rôles d'arbitres et de tenue du score, engageants et responsabilisants autour de la pratique en elle-même, sont eux aussi pensés dans cette rotation, toujours en alternant entre les sexes.

INDICATEURS DE RÉUSSITE

Voici quelques éléments sur lesquels se baser pour juger si la séance s'est rapprochée de l'objectif d'égalité. Il convient de préciser que ces éléments ne seront pas toujours observables dès la première séance, et que la répétition de séances favorisera leur émergence.

Indicateurs de réussite	Observables (exemples)
Une majorité de joueurs et de joueuses sont engagé-e-s dans le jeu pour contribuer à l'atteinte de l'objectif (victoire collective).	Le nombre d'appels de balle par joueur/joueuse. Le nombre de prises de balle en zone avant par joueur/joueuse. Le nombre de tentatives de tir par joueur/joueuse.
Les filles et les garçons contribuent au score de manière homogène, voire égale.	Le nombre de joueurs et joueuses ayant marqué au moins un panier à la fin du match/quart-temps. Le nombre de joueurs et joueuses ayant réalisé des actions défensives positives (décisives et/ou réussies). Le nombre de joueurs et joueuses ayant réalisé au moins une passe décisive à la fin du match/quart-temps.
Les filles s'emparent du rôle de capitaine et s'engagent dans la stratégie d'équipe	Le nombre de prise de parole des filles dans l'activité (conseils, réflexions stratégiques, encouragements...) Le nombre de prise de parole lors des discussions autour du choix du bonus.
Les filles prennent de l'assurance dans le rôle d'arbitre et s'approprient les règles.	Nombre de coups de sifflets. Capacité des filles à argumenter et justifier par les règles leurs coups de sifflet. Les filles maîtrisent les règles et sont capable d'identifier des situations de violation des règles, dans le jeu ou en tant qu'arbitre.

PRATIQUE 2

TIC-TAC-BALL



OBJECTIF

Jouer un match de tic-tac ball, une nouvelle activité sportive mixte, adaptée, équilibrée et inclusive.



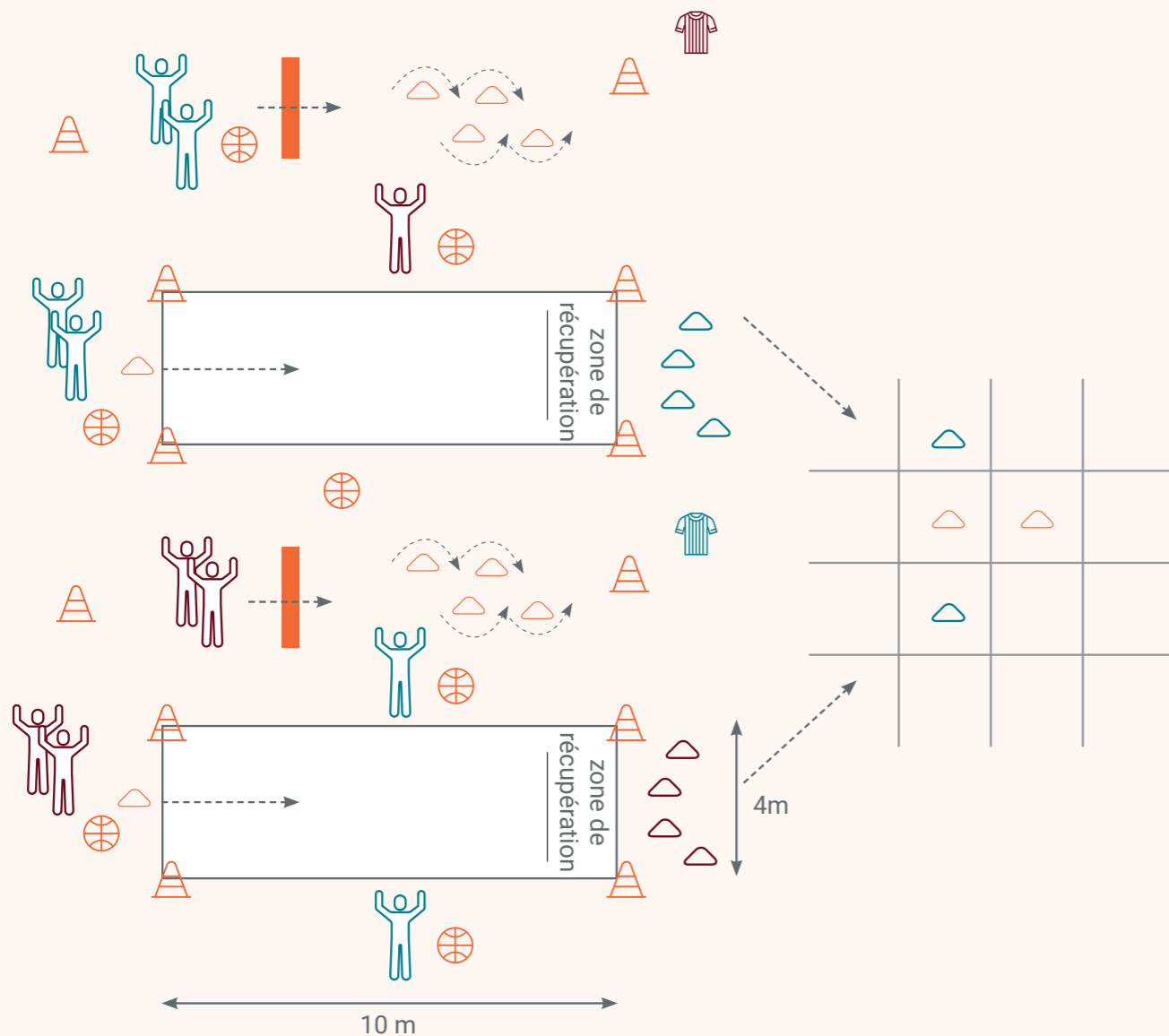
ORGANISATION

Durée : Au meilleur des 9 manches
Taille des équipes : 12 joueurs
Espace : 30x30m



MATÉRIEL

- 8 à 10 ballons en mousse
- 2 jeux de chasubles
- 20 coupelles : 2x5 (grille) + 10 (slalom)
- 10-15 cônes
- 2 haies
- Craies, lattes ou autre pour délimiter la grille



CONSIGNES

But : Remporter le match en étant la première équipe à atteindre cinq points.

L'aire de jeu se compose de deux terrains (un pour chaque équipe) et d'une grille de 4x4 cases. Chaque terrain est divisé en deux parcours. Il est possible de placer les deux terrains de part et d'autre de la grille plutôt que comme sur le schéma.

Le jeu se joue en équipes de douze avec sept attaquants et attaquantes, deux défenseurs et défenseuses et trois arbitres. **Chaque match se joue au meilleur des neuf points, la première équipe à marquer cinq points remporte donc le match.** Au total, il faudra six arbitres pour veiller au bon déroulement du match (trois joueurs ou joueuses par équipe). Les arbitres se répartissent de la manière suivante : un ou une arbitre par parcours et un ou une arbitre au niveau de la grille.

Pour marquer un point, il faut aligner quatre coupelles dans la grille : à l'horizontale, à la verticale ou en diagonale. Après chaque point marqué, la grille est vidée et réinitialisée. Pour interagir avec la grille, les attaquants et attaquantes ont deux possibilités, qu'ils et elles peuvent choisir sans contrainte :

Terminer le parcours 1 pour **prendre une coupelle dans la réserve (5 coupelles) de son équipe et la placer dans une case inoccupée de la grille ;**

Terminer le parcours 2 pour **enlever une coupelle de l'équipe adverse dans la grille.**

Les attaquants et attaquantes partent au signal de l'animateur ou animatrice sur le parcours de leur choix (un seul parcours par passage). L'animateur ou l'animatrice donne le signal du départ dès que l'une des deux équipes a terminé son parcours. Les attaquants et attaquantes qui ont réussi un parcours peuvent effectuer leur action dans l'ordre d'arrivée sur la grille. L'animateur ou l'animatrice arbitre les litiges. **Les rôles changent entre chaque point marqué** (attaquants et attaquantes, défenseurs et défenseuses, arbitres). **Il est obligatoire d'avoir au moins une fille et un garçon en attaque et en défense, dans chaque équipe.** Les trois arbitres se répartissent de la manière suivante : dans chaque équipe, deux arbitres vont s'occuper chacun des deux parcours d'une équipe et le troisième sera en charge de la zone de la grille.

RÈGLES

- Il est interdit pour un joueur ou une joueuse d'interagir avec la grille s'il ou elle est du même sexe que le dernier joueur ou la dernière joueuse de son équipe ayant interagi avec la grille. Il est interdit pour les défenseurs et défenseuses de pénétrer dans le terrain, même pour y récupérer un ballon.
- Il est interdit pour les défenseurs et défenseuses de toucher

Parcours 1 :

Les attaquants et attaquantes, organisés par binômes doivent tenter « un tir parfait » : depuis la zone de départ, l'un des partenaires du binôme doit faire rouler un ballon en visant la zone de récupération. **Si le ballon s'arrête exactement dans la zone de récupération (sans intervention extérieure), alors l'autre joueur ou joueuse du binôme peut traverser le terrain en étant intouchable.** A l'inverse, si le ballon s'arrête avant ou après la zone de récupération ou sort des limites du parcours, l'autre joueur ou joueuse doit traverser le parcours sans se faire toucher par les ballons des défenseurs et défenseuses. S'il ou elle atteint la zone de récupération, alors le parcours est réussi, comme en cas de « tir parfait ». Si il ou elle est touché avant, alors il ou elle doit sortir du parcours pour se replacer dans la colonne des attaquants et attaquantes. Enfin, **si et seulement si le binôme est mixte, alors les deux partenaires peuvent tenter chacun un tir parfait et tenter une traversée en même temps si au moins un des deux tirs est réussi. Ils peuvent déposer une coupelle si au moins un des deux partenaires réussit sa traversée.** Dans ce cas, n'importe quel joueur ou joueuse du binôme peut aller déposer une coupelle sur la grille.

Parcours 2 :

Les attaquants et attaquantes doivent réaliser un parcours en binôme : chaque binôme doit transporter un ballon à deux, en utilisant ni les mains, ni les bras. Les binômes doivent respecter le parcours en franchissant la haie (hauteur d'environ 40cm) puis en réalisant le slalom. Le ballon doit être en contact avec les deux personnes en permanence pour valider le parcours. Si le ballon est touché avec le bras, la main ou qu'il touche le sol, le binôme doit sortir du parcours et se replacer dans la colonne des attaquants et attaquantes, et attendre le prochain signal de l'animateur ou de l'animatrice. Si et seulement si le binôme est mixte, au lieu d'enlever une coupelle adverse de la grille, les attaquants et attaquantes peuvent remplacer une coupelle adverse par l'une de leur équipe.

les attaquants et attaquantes dans la zone de récupération ainsi qu'en dehors du terrain.

- Il est interdit de placer ou d'enlever plus d'une coupelle à la fois sur la grille.
- Il est interdit pour les défenseurs et défenseuses de tirer au-dessus de la ceinture : les lancers doivent se faire par-dessous.

ENJEUX DE LA PRATIQUE 2

Les défis identifiés et relevés

Les contacts et le rapport de force : La diversité des habiletés motrices :

Dans le développement de cette pratique, nous avons mis l'accent sur la variété des habiletés motrices sollicitées dans le jeu, en essayant de proposer des habiletés moins mises en valeur dans les activités sportives traditionnelles. Ceci permet de limiter les différences d'entraînement entre filles et garçons et donc de rééquilibrer les niveaux en les plaçant dans des conditions similaires d'inexpérience. Ainsi, le parcours 1 requiert de l'adresse sous une forme peu utilisée traditionnellement, de la vitesse, de l'esquive et de la prise d'information en cas d'échec sur l'adresse. Le parcours 2 propose lui de travailler la coordination, la proprioception et la communication.

La transformation des habiletés motrices genrées :

Malgré cette volonté de mettre en avant des capacités motrices moins ou non genrées, certaines d'entre elles demeurent, comme le lancer à une main et à « bras cassé » des défenseurs, qui est particulièrement discriminant pour les filles (on retrouve le même type de geste moteur au handball, dans certains lancers, dans des jeux traditionnels comme la balle au prisonnier, ou dans certains sports de raquettes comme le badminton). Dans cet exemple, pour rééquilibrer les probables différences entre filles et garçons, une technique de lancer spécifique est imposée : « le lancer à la ceinture ».

L'alternance des rôles sociaux :

Pour limiter les différences de prises d'initiatives et d'implication dans le jeu, nous avons choisi de faire tourner les « rôles sociaux » lors de la pratique. Ainsi, les arbitres, attaquants et défenseurs de chaque équipe alternent entre chaque point marqué, et leur répartition est la plus mixte possible au sein de chaque rôle.

L'enjeu de coopération :

Être ensemble n'est ni garantie ni synonyme de faire ensemble. Pour réfléchir cette pratique, nous avons tenté de privilégier la coopération entre filles et garçons, en mettant en place des règles accordant des avantages aux équipes qui fonctionnent en mixité, ainsi qu'en imaginant une logique de jeu mettant en avant des compétences variées. Les choix stratégiques y sont importants, et nécessitent une communication effective entre joueurs et joueuses. La répartition mixte et équilibrée favorise et encourage la communication entre joueurs et joueuses de sexe différents, et rend la coopération indispensable pour être performants et réussir.

INDICATEURS DE RÉUSSITE

Voici quelques éléments sur lesquels se baser pour juger si la séance s'est rapprochée de l'objectif d'égalité. Il convient de préciser que ces éléments ne seront pas toujours observables dès la première séance, et que la répétition de séances favorisera leur émergence.

Indicateurs de réussite	Observables (exemples)
Les filles et les garçons se répartissent sur les deux parcours équitablement.	Nombre de binômes mixtes formés (spontanément). Nombre de passages des filles et garçons sur chacun des deux parcours.
Les filles prennent des initiatives stratégiques et communiquent plus qu'habituellement sur les moyens pour atteindre l'objectif, la relation avec les garçons s'équilibre.	Nombre d'interventions, remarques, encouragements... des filles dans l'activité. Proportion de filles qui tirent ou avancent en premier dans les actions par binômes. Nombre de filles communiquant des informations stratégiques à leur équipe.
Les filles s'engagent autant que les garçons dans le jeu.	Ordre de passage sur les différents parcours (est-ce que les garçons sont toujours les premiers ?). Intensité et implication émotionnelle des filles dans le jeu.
Les différences de niveau sont faibles entre filles et garçons, et dépendent plus des différents profils (sportif ou non sportif) que du sexe.	Nombre de filles et de garçons en réussite sur chacun des parcours. Nombre de filles et de garçons en réussite en défense.

REMERCIEMENTS

L'équipe de PLAY International remercie l'ensemble des acteurs-trices qui ont participé et contribué à l'élaboration et au déploiement du projet depuis la création des pratiques, jusqu'à leur évaluation.

Ce projet n'aurait pas pu se concrétiser sans l'appui de Nike et de la Fondation de France. Nike accompagne depuis plusieurs années PLAY International et est très engagé dans le secteur de l'inclusion des filles dans le Sport, avec son programme Made to Play. La Fondation de France s'attache à promouvoir le sport comme un levier de reconstruction et d'insertion notamment pour les jeunes femmes, et considère que le sport est un vecteur pour combattre les inégalités.

Nous tenons à remercier tout particulièrement les structures qui n'ont pas été retenues mais qui ont joué le jeu et ont apporté leurs contributions lors du premier atelier : la fondation Alice Millat, Les spotif.ve.s, Kabubu, la fédération française de Quidditch et le collectif « Egal' Sport ».





PLAY
INTERNATIONAL

PLAYLAB

Siège PLAY International
173 rue de Vaugirard 75015, Paris - France
01 53 27 66 47

www.play-international.org

www.play-international.org/le-playlab