

INJEP NOTES & RAPPORTS NOTE THÉMATIQUE

■ Janvier 2024  
■ INJEPR-2024/01

# Expérimentation des « deux heures hebdomadaires supplémentaires d'activité physique et sportive pour les collégiens »

Évaluation de la première année  
de déploiement

SONIA LOUHAB

■ chargée d'études et d'évaluation INJEP



# **Expérimentation des « deux heures hebdomadaires supplémentaires d'activité physique et sportive pour les collégiens »**

## **Évaluation de la première année de déploiement**

*Sonia Louhab, chargée d'études et d'évaluation, INJEP*

#### **Pour citer ce document**

Louhab S., 2024, *Expérimentation des « deux heures supplémentaires hebdomadaires d'activité physique et sportive pour les collégiens »*, Évaluation de la première année de déploiement, INJEP Notes & rapports/Note thématique.

---

# SOMMAIRE

<b>SYNTHÈSE .....</b>	<b>5</b>
<b>L'EXPÉRIMENTATION DE « DEUX HEURES HEBDOMADAIRES SUPPLÉMENTAIRES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE POUR LES COLLÉGIENS » .....</b>	<b>9</b>
Les objectifs de l'expérimentation .....	9
Les défis à relever .....	11
<b>LE DISPOSITIF D'ÉVALUATION .....</b>	<b>13</b>
Objectifs et enjeux de l'évaluation .....	13
Une méthodologie d'évaluation mixte .....	13
Calendrier synoptique de la mission d'évaluation .....	14
Une diversité d'acteurs interrogés .....	15
<b>DYNAMIQUES DE PARTICIPATION AU DISPOSITIF ET CONTENU DE L'OFFRE SPORTIVE .....</b>	<b>19</b>
Dynamiques de participation et de l'engagement des collégiens volontaires .....	19
Contenu de l'offre sportive .....	23
<b>ÉTUDE DU PROFIL DES COLLÉGIENS VOLONTAIRES .....</b>	<b>29</b>
Les garçons et les plus jeunes davantage attirés par le dispositif .....	29
Une vision du sport très positive .....	31
Une majorité de collégiens déjà engagée dans une pratique sportive .....	32
<b>PERCEPTION, SATISFACTION ET PREMIERS EFFETS RESSENTIS .....</b>	<b>35</b>
Perception initiale et satisfaction .....	35
Des impacts positifs ressentis par les collégiens sur leur bien-être physique et psychologique .....	37
<b>FOCUS SUR LA CIBLE DU DISPOSITIF : LES « NON-SPORTIFS » .....</b>	<b>41</b>
Profil des collégiens non-sportifs participant au programme .....	41
Des collégiens issus de milieux moins favorisés .....	41
Le manque de temps comme principal motif de non-pratique .....	42
Des non-sportifs motivés par la découverte de nouvelles disciplines sportives .....	42
Une tendance significative chez les non-sportifs à se désengager du dispositif .....	43
Une perception plus contrastée des effets .....	44
<b>LES CONCLUSIONS DE L'ÉVALUATION .....</b>	<b>45</b>
Les enseignements généraux .....	45
Identification des leviers d'essaimage et de pérennisation du dispositif .....	46
<b>ANNEXES .....</b>	<b>49</b>
Questionnaire « 2H de sport en plus au collège » .....	49



## Synthèse

**L'initiative gouvernementale « Deux heures hebdomadaires supplémentaires d'activité physique et sportive pour les collégiens » (2HSC) vise à encourager la pratique sportive chez les collégiens.** Le ministère de l'éducation nationale, de la jeunesse, des sports et des jeux olympiques et paralympiques porte ce projet à travers la direction des sports (DS) et la direction générale de l'enseignement scolaire (DGESCO).

**Lancé à titre expérimental en novembre 2022 dans 167 collèges volontaires, le dispositif offre deux heures de sport supplémentaires par semaine à des collégiens également volontaires,** en complément de l'éducation physique et sportive (EPS) et de l'association sportive du collège (AS). **Sans les cibler exclusivement, cette initiative vise principalement à toucher les élèves qui sont habituellement moins enclins à la pratique sportive** (filles, élèves en situation de handicap, non-adeptes d'une pratique sportive, etc.). **Les établissements scolaires, particulièrement ceux appartenant au réseau de l'éducation prioritaire, ont saisi cette opportunité et ont bénéficié d'une large autonomie dans la définition du programme** en fonction des opportunités et contraintes locales, couvrant le choix des disciplines sportives, des intervenants, des modalités de communication et de sélection des collégiens, et du créneau horaire.

L'objectif principal est de lutter contre l'inactivité des jeunes, de prévenir le décrochage sportif et de promouvoir le bien-être physique. Cette expérimentation s'intègre dans une démarche nationale de promotion de la santé et du bien-être, en lien avec les Jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024. Sa mise en place s'est heurtée à divers défis, notamment celui de **l'identification des élèves éloignés de la pratique sportive**, dans un contexte de **première année de déploiement** qui entrave la capacité des établissements à proposer une offre optimale. De fait, **la mise en place du dispositif a été graduelle au sein des établissements**, 44 % des inscriptions ayant été enregistrées entre janvier et mars 2023 malgré un lancement survenu en novembre 2022. Une fois les difficultés initiales levées, la communauté éducative et les collégiens ont rapidement gagné en compréhension et montré plus d'intérêt pour le dispositif. En conséquence, les conclusions de l'évaluation synthétisées ci-dessous, relatives à cette première année d'expérimentation, ne reflètent pas forcément ce qu'il adviendra à l'issue de la montée en charge, **le dispositif ayant été étendu à plus de 700 collèges volontaires** à la rentrée scolaire 2023-2024.

### Une évaluation fondée sur une enquête statistique auprès des collégiens et une enquête de terrain dans trois collèges

**L'expérimentation 2HSC est accompagnée d'un dispositif de suivi et d'évaluation visant à documenter rigoureusement sa mise en œuvre et son impact,** afin notamment de déterminer les facteurs clés favorisant son efficacité et son adéquation aux besoins des collégiens. Dans ce cadre, **l'évaluation qui fait l'objet de ce rapport, confiée à l'Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire (INJEP), se concentre sur les élèves ayant participé au programme.**

Dans cette optique, l'évaluation s'appuie sur une **méthodologie mixte** : une enquête statistique, sous forme de questionnaire à l'attention des élèves, conduite par l'INJEP, et une enquête de terrain dans trois

collèges, sous forme d'entretiens individuels et collectifs, pilotée par l'INJEP et confiée au cabinet Pluricité. Cette évaluation poursuit plusieurs objectifs. Tout d'abord, elle se focalise sur **l'étude du profil des bénéficiaires et son adéquation avec la cible du dispositif**. Parallèlement, **elle mesure l'influence de cette activité sportive supplémentaire sur le bien-être des élèves**, en tenant compte des dimensions physique et psychologique, notamment en évaluant des éléments tels que la santé, la fatigue, la qualité du sommeil et la confiance en soi des participants. Enfin, l'évaluation vise à **mieux comprendre les conditions de mise en œuvre et à identifier de bonnes pratiques**, dans la perspective de la montée en charge du dispositif.

## Des participants généralement satisfaits, mais les non-sportifs peu attirés par le dispositif

Le dispositif a permis de proposer **aux collégiens une variété de sports**, l'enquête de terrain mettant en avant trois « modèles-types » : l'initiation disciplinaire, le sport récréatif et le sport-santé. Pour autant, la proposition faite aux collégiens a consisté **le plus souvent en des disciplines « traditionnelles » (notamment des sports collectifs), et plus rarement en du multisport ou des jeux sportifs**. Près de la moitié des participants ont précisé avoir testé de nouvelles disciplines grâce à ce programme.

**Les raisons majeures d'inscription sont logiquement l'envie de pratiquer davantage de sport (65 %) ou de découvrir de nouvelles activités (49 %).** En contrepartie, **les contraintes temporelles personnelles et le désintérêt pour l'activité proposée dans le cadre de l'expérimentation constituent les principaux facteurs d'abandon.**

**La majorité des collégiens inscrits ont été assidus**, puisque seulement 17 % des collégiens inscrits entre novembre et décembre 2022 ont mis fin à leur participation avant la fin de l'année scolaire. **De manière significative, 93 % des volontaires déclarent leur volonté de renouveler leur participation au dispositif pour l'année suivante**, dont 53 % seraient « tout à fait d'accord ».

Les garçons sont surreprésentés parmi les participants (57 %), tout comme les élèves de sixième (35 %) et de cinquième (30 %). **Les élèves les plus éloignés de la pratique sportive sont moins enclins à adhérer au dispositif puisque 9 volontaires sur 10 sont déjà impliqués dans des activités sportives en dehors de l'EPS**, dont plus de la moitié sont inscrits dans un club sportif, et quatre sur dix pratiquent une activité libre non encadrée (faire du vélo, jouer au foot avec des amis, aller à la piscine, etc.). Ces proportions sont en ligne avec les dernières données nationales, datant de 2019, où 93 % des jeunes de 13 à 14 ans déclaraient pratiquer une activité sportive pendant leurs loisirs depuis le début de l'année scolaire, 83 % l'ayant pratiqué au moins une fois par semaine et environ un sur deux en club.

**Un tiers des non-sportifs qui s'étaient initialement inscrits ont par ailleurs finalement décidé de quitter le dispositif**, ce pourcentage s'élevant à 38 % chez les filles. Certains collégiens peu sportifs ont vraisemblablement eu des difficultés à percevoir que le dispositif leur était destiné et **la présence d'élèves déjà très sportifs a pu les dissuader de participer**. Les activités proposées ne se sont parfois pas assez distinguées des modalités traditionnelles pour susciter l'intérêt des publics visés, les collégiens peu sportifs étant en quête d'une atmosphère particulièrement bienveillante et encourageante.



## De premiers effets positifs ressentis par les collégiens sur leur bien-être physique et psychologique

Il est difficile de déterminer de manière objective les effets du dispositif, par exemple sur le bien-être physique et psychologique des volontaires, notamment en l'absence de « groupe témoin » de collégiens n'ayant pas bénéficié des deux heures de sport en plus, qui permettrait une comparaison avec les jeunes en ayant bénéficié. Pour contourner cette difficulté, l'enquête statistique menée auprès des collégiens s'appuie sur plusieurs questions auto-évaluatives, pour lesquelles les volontaires sont invités à dire s'ils pensent que le programme a eu ou non un impact sur leur situation. Les réponses doivent être traitées avec précaution, des études antérieures ayant montré qu'elles peuvent conduire à surestimer les effets des programmes évalués, parfois dans des proportions très importantes.

Ainsi, questionnés sur l'impact global du dispositif, 55 % des collégiens interrogés se déclarent d'accord ou tout à fait d'accord avec l'idée que le dispositif n'a pas eu d'impact sur eux, contre 45 % qui sont de l'opinion contraire. Interrogés ensuite sur plusieurs types d'impact possible, une majorité des collégiens déclarent que leur participation au programme ne semble pas avoir d'effets sur leurs résultats scolaires (61 %), ni sur leur attention en classe (57 %).

À l'inverse, **une majorité des collégiens déclarent ressentir grâce au dispositif une amélioration de leur santé (72 %), de leur condition physique (70 %), de leur confiance en eux (66 %) et de leur intégration au sein de leur groupe de pairs (61 %)**. Les témoignages recueillis lors des enquêtes de terrain vont dans le même sens : le brassage entre les classes et la mixité d'âge semblent avoir renforcé la cohésion entre les participants de différentes classes, de la sixième à la troisième. La confiance en soi d'une partie des élèves semble s'être également retrouvée renforcée, et certains d'entre eux ont déclaré avoir découvert le plaisir du sport et développé un esprit d'équipe. Certains ont même ressenti des améliorations physiques et une meilleure santé générale.

En conclusion, les enseignements tirés de cette première année d'expérimentation offrent des pistes précieuses pour orienter la mise en place future du programme. Six bonnes pratiques ont notamment été identifiées à partir des enquêtes de terrain, qui sont présentées à la fin de ce rapport, mais peuvent également être retrouvées dans le rapport détaillé rédigé par le cabinet Pluricité à l'issue de leur enquête de terrain<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Pluricité, « Évaluation de l'expérimentation "2H supplémentaires d'activité physique et sportive pour les collégiens", Rapport d'évaluation final » [en ligne](#).



# L'expérimentation des « deux heures hebdomadaires supplémentaires d'activité physique et sportive pour les collégiens »

## Les objectifs de l'expérimentation

L'expérimentation du dispositif « deux heures hebdomadaires supplémentaires d'activité physique et sportive pour les collégiens » (2HSC), pilotée par le ministère de l'éducation nationale, de la jeunesse, des sports et des jeux olympiques et paralympiques (MENJSJOP)<sup>2</sup>, **constitue une réponse à l'inactivité physique et à la sédentarité des jeunes**. Son objectif principal est de combattre le décrochage de la pratique sportive à l'adolescence en offrant des opportunités d'activités physiques et sportives supplémentaires, qui peuvent apporter des bénéfices multiples aux collégiens (encadré 1).

**Sans les cibler exclusivement, cette initiative vise principalement à toucher les élèves qui sont moins enclins à la pratique sportive** (filles, élèves en situation de handicap, non-adeptes d'une pratique sportive, etc.). Elle prolonge le programme « 30 minutes d'activité physique quotidienne » au primaire (30' APQ)<sup>3</sup> et s'articule avec le Pass'Sport<sup>4</sup>, dans l'objectif de créer un environnement propice à l'épanouissement sportif des jeunes. Elle s'inscrit en outre dans une démarche gouvernementale prioritaire de promotion de la santé et du bien-être de toutes et tous, à travers la pratique d'activités physiques et sportives, en lien avec les futurs Jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024.

Les structures sportives éligibles incluent des entités affiliées à des fédérations sportives agréées (hors UNSS), des associations agréées « sport » ou « jeunesse éducation populaire », ainsi que des structures du loisir sportif marchand. Une fois sélectionnées, elles déploient une offre d'activité physique et sportive variée et ludique, sans exclusion a priori, en portant une attention particulière aux collégiens éloignés de la pratique et aux personnes en situation de handicap. Le MSJOP prend en charge le coût de la prestation d'activité physique et sportive assurée par la structure sportive signataire d'une convention avec l'établissement scolaire à travers un forfait de 100 € par séance de 2 heures, assurant un accès gratuit pour les collégiens volontaires et n'entraînant pas de frais pour le collège participant<sup>5</sup>.

**Lancé le 7 novembre 2022, le programme propose à 80 000 collégiens issus de 167 collèges volontaires d'accéder à une nouvelle offre de pratique sportive**, en complément de l'éducation physique et sportive

<sup>2</sup> NOR : MENE2221657N, Note de service du 26-8-2022, MENJ - DGESCO A1-2 - DS 1A [\[en ligne\]](#).

<sup>3</sup> La mesure « 30 minutes d'activité physique quotidienne », lancée en septembre 2020 et généralisée depuis septembre 2022, vise à offrir aux élèves du primaire 30 minutes d'activité physique et sportive par jour.

<sup>4</sup> Le Pass'Sport est une aide à la pratique sportive de 50 euros par enfant pour financer tout ou partie de son inscription dans une structure sportive. Il s'adresse aux enfants et aux jeunes les plus éloignés de la pratique sportive, en raison d'un handicap ou pour des raisons financières.

<sup>5</sup> Foire aux questions – 2 heures de sport en plus pour les collégiens [\[en ligne\]](#).

(EPS) et l'association sportive (AS) des établissements. Le dispositif 2HSC a enregistré, lors de sa première année de déploiement, la participation de 4 000 collégiens volontaires.

### ENCADRÉ 1. LES BÉNÉFICES DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE POUR LES COLLÉGIENS

La pratique d'une activité sportive améliore le bien-être physique et mental<sup>6</sup>. Le sport renforce en effet le système cardiovasculaire, améliore la santé des muscles et des os, et favorise une gestion plus efficace du poids corporel. Aussi, il stimule la libération d'endorphines, lesquelles participent à l'apaisement du stress et à l'amélioration de l'humeur. Les bénéfices du sport ne se limitent pas à ses effets physiologiques puisqu'il est associé à une amélioration de la santé mentale et au renforcement de la confiance en soi<sup>7</sup>.

À l'inverse, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) estime que **l'inactivité constitue le quatrième facteur de mortalité prématurée**<sup>8</sup>. En conséquence, pour préserver la santé des enfants et des adolescents âgés de 5 à 17 ans, l'OMS recommande un minimum de 60 minutes par jour d'activité physique d'intensité modérée à soutenue<sup>9</sup>. L'engagement dans une activité sportive dès le plus jeune âge engendre par ailleurs des bienfaits qui perdurent à l'âge adulte, indépendamment du niveau d'activité physique maintenu<sup>10</sup>.

Les collégiens ne font pas exception au paradoxe apparent constaté au sein de l'ensemble de la société : la pratique sportive s'est répandue, au point qu'on estime que deux tiers des Français pratiquent régulièrement une activité physique et sportive ; mais, dans le même temps, selon les indicateurs mobilisés en santé publique, les Français sont trop sédentaires.

**Les jeunes constituent en effet le groupe d'âge le plus impliqué dans la pratique sportive** en France<sup>11</sup>, plus de huit collégiens sur dix pratiquant une activité sportive au moins une fois par semaine (en dehors de l'EPS)<sup>12</sup>. Le taux de pratique et son intensité sont toutefois très liés au milieu social des collégiens, à la longueur de leurs vacances d'été, et à la pratique sportive de leurs parents. Pour autant, **le niveau d'engagement des collégiens dans des activités physiques demeure souvent insuffisant** : l'éducation physique et sportive (EPS) ou les activités physiques et sportives (APS) de loisirs, qu'elles soient pratiquées au sein de clubs, d'associations sportives ou en dehors des institutions, ne parviennent pas à compenser la **réduction de l'activité physique observée pour cette classe d'âge**.

Une étude<sup>13</sup>, réalisée auprès de jeunes âgés de 6 à 17 ans, révèle que seulement 51 % des garçons et 33 % des filles atteignent la recommandation de l'OMS. En outre, **l'activité physique diminue nettement au-delà de l'âge de 10 ans**, phénomène particulièrement prononcé chez les filles. Dans la tranche d'âge de 11 à 14 ans, les garçons ne sont plus que 34 % à respecter cette recommandation contre 20 % de filles. Si **le décrochage de la pratique physique semble plus marqué chez les filles**, il s'observe dès l'âge de 4 ans, persiste à 9-10 ans et perdure à l'adolescence<sup>14</sup>.

<sup>6</sup> <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

<sup>7</sup> INSERM, 2008, *Activité physique : contextes et effets sur la santé*, Paris, INSERM Expertise collective [\[en ligne\]](#).

<sup>8</sup> <https://www.emro.who.int/fr/health-education/physical-activity/background.html>

<sup>9</sup> OMS, 2020, Lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité : en un coup d'œil, Genève.

<sup>10</sup> Rostan F., Simon C., Ulmer Z. (dir.), 2011, *Promouvoir l'activité physique des jeunes. Élaborer et développer un projet de type ICAPS*, Saint-Denis, INPES, p. 22.

<sup>11</sup> Cléron É., Caruso A., 2017, « Le sport, d'abord l'affaire des jeunes », *INJEP Analyses & synthèses*, n° 1 [\[en ligne\]](#).

<sup>12</sup> Caille J.-P., 2020, « Les pratiques sportives des collégiens sont très liées au rapport au sport de leurs parents et à leurs vacances d'été », in *France portrait social. Édition 2020*, Paris, INSEE [\[en ligne\]](#).

<sup>13</sup> Santé publique France, 2020, *Étude de santé sur l'environnement, la biosurveillance, l'activité physique et la nutrition (Esteban 2014-2016), Volet Nutrition. Chapitre Activité physique et sédentarité, 2<sup>e</sup> édition*, Saint Maurice, Santé publique France [\[en ligne\]](#).

<sup>14</sup> INSERM, 2008, *Activité physique : contextes et effets sur la santé*, Paris, INSERM Expertise collective [\[en ligne\]](#).

## Les défis à relever

**La mise en place du dispositif 2HSC se traduit par une série de défis à relever**, dans un contexte de mise en œuvre accélérée s'agissant de la **première année de son déploiement**.

En premier lieu, **le public cible est constitué d'adolescents peu enclins à la pratique sportive** et n'ayant pas l'habitude de fréquenter les clubs ou les associations sportives. **Un travail d'identification** de la part des chefs d'établissements pour repérer ces élèves est donc nécessaire. Toutefois, cette tâche peut se révéler complexe, car il s'agit de mobiliser des élèves qui ne sont, par définition, pas nécessairement les plus motivés par ces activités. **La question du volontariat des élèves, et dans une certaine mesure, de l'adhésion des parents est ainsi considérée comme un double obstacle à surmonter.**

L'offre d'activités physiques et sportives doit ainsi être proposée de manière cohérente aux élèves, en **garantissant une diversité d'activités adaptées à leurs besoins et à leurs préférences**. Ainsi, le succès de l'expérimentation dépend également de la **capacité du mouvement sportif à concevoir une offre qui, d'une part, réponde de manière appropriée aux besoins spécifiques des collégiens** et qui, d'autre part, s'inscrive en cohérence avec les projets éducatifs des établissements participants.

Parallèlement, les chefs d'établissements peuvent faire face à des difficultés lors de **l'aménagement des emplois du temps** devant intégrer les créneaux dédiés à ces activités sportives supplémentaires, difficultés accrues dans des territoires éloignés des infrastructures sportives, ou lorsqu'il existe des tensions sur les équipements sportifs, notamment en termes de disponibilité et d'accessibilité.



## Le dispositif d'évaluation

---

### Objectifs et enjeux de l'évaluation

**L'expérimentation 2HSC bénéficie d'un dispositif de suivi et d'évaluation conçu pour mieux comprendre sa mise en œuvre et son impact.** Celui-ci intègre un suivi de l'exécution du dispositif, visant à mesurer la progression de sa mise en œuvre, ainsi qu'une étude des conditions de réussite, mettant en lumière les éléments déterminants qui favorisent son efficacité et son adéquation aux besoins des collégiens.

**Dans ce cadre, une évaluation spécifique auprès des élèves ayant bénéficié du dispositif, confiée à l'Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire (INJEP) et faisant l'objet de ce rapport, s'attache à établir leur profil et à approfondir l'analyse des divers éléments ayant motivé leur adhésion à ce programme ou leur désengagement.**

Par ailleurs, l'évaluation auprès des collégiens vise à **apprécier l'impact de cette pratique sportive additionnelle sur leur bien-être**, tant sur le plan physique que psychologique. Elle interroge notamment, de manière subjective, les effets sur la santé, la fatigue, la qualité du sommeil ainsi que sur la confiance en soi.

Enfin, l'évaluation s'inscrit dans une **réflexion stratégique en vue de la pérennisation du dispositif** et examine les **conditions favorisant sa réussite et son déploiement à plus grande échelle.**

### Une méthodologie d'évaluation mixte

La démarche d'évaluation s'est construite autour **de deux volets distincts, chacun apportant une perspective complémentaire à la compréhension globale du dispositif 2HSC.**

Le premier volet, quantitatif, est porté par l'INJEP et se matérialise sous la forme d'un questionnaire structuré, permettant d'obtenir **une vision globale et chiffrée de la mise en œuvre du programme.** Le second volet, de nature qualitative, est piloté par l'INJEP et a été confié au cabinet Pluricité. Il se concentre sur **l'exploration des aspects subjectifs, des motivations, et des expériences individuelles des collégiens volontaires et non volontaires**, permettant ainsi de recueillir des informations riches et contextuelles.

### L'évaluation quantitative

Le protocole établi pour l'enquête quantitative implique **l'administration d'un questionnaire** [voir Annexe] **strictement anonyme à l'ensemble des collégiens inscrits au dispositif.** Celui-ci comporte 25 questions aux formats standards (questions à choix unique, questions à choix multiples, questions ouvertes) et se structure en trois blocs : le premier vise à déterminer le rapport des collégiens au sport, le deuxième cherche à caractériser leur participation au dispositif, et le dernier a pour objectif de collecter des données sociodémographiques.

**La collecte des données a été réalisée en ligne**, en salle informatique au sein des établissements. Elle a été progressivement mise en place, **débutant le 2 mai 2023 et se clôturant le 7 juin 2023**. Ce délai a été choisi de sorte à permettre aux chefs d'établissements d'organiser l'enquête de manière optimale, en tenant compte des calendriers de vacances scolaires propres à chaque académie.

En raison d'un faible taux de retour initial, trois relances ont dû être conduites. Deux d'entre elles ont été réalisées par l'INJEP directement auprès des chefs d'établissement, tandis qu'une troisième a été réalisée à mi-collecte par l'Inspection générale de l'éducation, du sport et de la recherche (IGESR), en collaboration avec les inspecteurs académiques – inspecteurs pédagogiques régionaux (IA-IPR) –, dans le but de **sensibiliser les chefs d'établissement à l'importance de l'évaluation et de renforcer l'engagement des participants**.

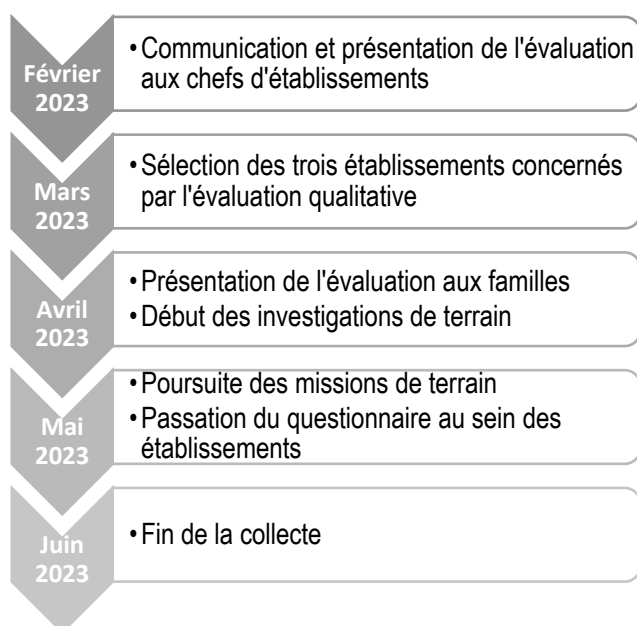
## L'évaluation qualitative

**Le volet qualitatif complète et approfondit les constats obtenus par l'évaluation quantitative** en mettant en évidence de nouvelles dimensions essentielles.

Cette approche qualitative, réalisée au travers **d'entretiens semi-collectifs ou collectifs**, se concentre notamment sur les processus d'engagement et d'abandon des participants, ainsi que sur les différentes facettes du volontariat et les perceptions qu'ont les collégiens du dispositif.

Ainsi, **trois missions de terrain ont été menées au sein de trois établissements volontaires**, choisis en amont sur la base de critères sociogéographiques. Ces missions de terrain ont eu lieu du 28 avril 2023 au 9 mai 2023.

## Calendrier synoptique de la mission d'évaluation





## Une diversité d'acteurs interrogés

### Effectifs de répondants

Le questionnaire constituant l'évaluation quantitative a été diffusé auprès de 180 établissements, conformément à la liste des collèges expérimentateurs initialement établie. Celle-ci n'ayant pas été actualisée au moment de l'envoi du questionnaire, cela a conduit à une surestimation du nombre d'établissements inclus dans l'enquête. En réalité, seuls 167 établissements auraient dû être contactés.

**Malgré cela, sur l'ensemble des collèges sollicités, 75 (42 %) ont participé à l'enquête** tandis que 36 (20 %) ont répondu être dans l'incapacité de le faire, ayant quitté le dispositif ou ne l'ayant tout simplement jamais mis en place. Sur l'ensemble des académies, 5 n'ont fourni aucun retour au questionnaire (Grenoble, Guadeloupe, La Réunion, Lyon et Orléans-Tours).

993 réponses brutes ont été enregistrées. Pour en assurer la qualité, certaines, considérées comme non valides, ont été supprimées ; il s'agit des réponses dont le temps de passation global était inférieur à 2 minutes, ainsi que celle dont les questions d'intérêt relatives à la participation au dispositif n'ont pas été renseignées. Après épurement et nettoyage, **859 réponses valides constituent la base de données du volet quantitatif de l'évaluation.**

Les investigations sur le terrain ont quant à elle été menées au sein de trois collèges volontaires. Au total, **73 collégiens ont été rencontrés individuellement et/ou en groupe.** Parmi eux, des volontaires actifs, des décrocheurs ayant abandonné le programme, ainsi que des non-recourants ayant choisi de ne pas intégrer le dispositif.

En parallèle, **10 acteurs éducatifs ont été interrogés**, incluant des chefs d'établissements, des professeurs d'EPS, des encadrants sportifs, ainsi que des parents d'élèves. Ces entretiens offrent une perspective complémentaire et mettent en lumière les dynamiques et les enjeux entourant la mise en œuvre du programme au sein des établissements scolaires.

### Caractéristiques de l'échantillon d'établissements répondants

La distribution des 75 établissements ayant pris part à l'enquête sur 48 départements français [figure 1] témoigne d'une diversité géographique significative. La comparaison des données de notre échantillon avec les statistiques nationales révèle des similitudes et des disparités importantes.

En effet, une différence significative apparaît en ce qui concerne l'appartenance des établissements au réseau d'éducation prioritaire (REP/REP+). Alors que seulement 16 % des établissements au niveau national font partie de ce réseau<sup>15</sup>, l'échantillon de répondants de l'enquête en compte une proportion beaucoup plus élevée (36 %). Cette différence s'explique par l'autosélection des collèges volontaires dans le dispositif, 42 % d'entre eux appartenant à l'éducation prioritaire. Aussi, la distribution des indices de position sociale (IPS) de l'échantillon, résumant les conditions socioéconomiques des familles des élèves, est inférieure à

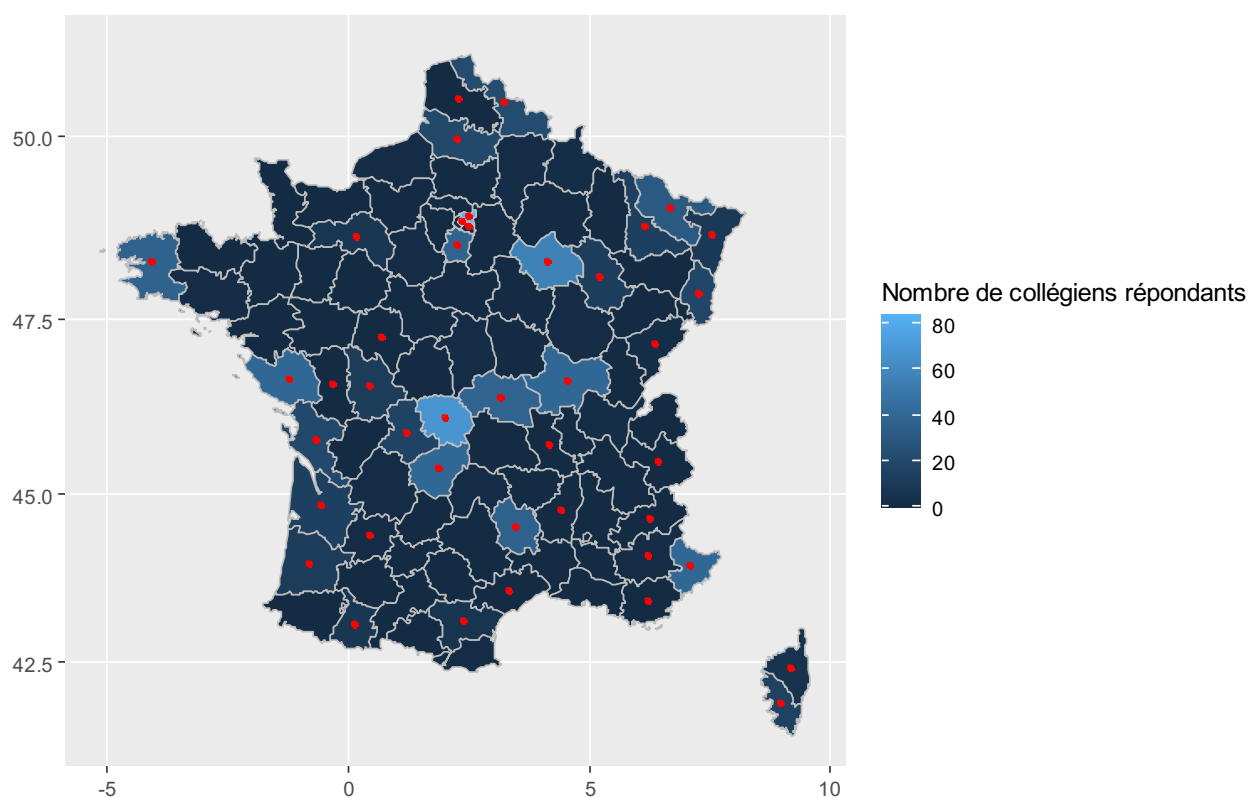
<sup>15</sup> DEPP, Ministère de l'éducation nationale et de la jeunesse.

la distribution moyenne nationale (l'IPS national moyen étant de 105 contre 91 pour les établissements ayant participé à l'enquête).

Ces observations mettent en évidence une particularité de l'échantillon étudié, à savoir **une concentration plus importante d'élèves provenant de milieux socio-économiques moins favorisés**, qu'il sera essentiel de prendre en compte lors de l'analyse des résultats.

Néanmoins, **la proportion d'établissements ruraux au sein de l'échantillon de répondants**, soit un tiers, **semble être en adéquation avec la moyenne nationale**, indiquant ainsi une représentativité satisfaisante de cette caractéristique géographique. De plus, la taille moyenne des établissements de notre échantillon, avec 422 élèves par établissement, se situe légèrement en deçà de la moyenne nationale qui est de 485 élèves.

**FIGURE 1. RÉPARTITION DES ÉTABLISSEMENTS RÉPONDANTS  
SUR LE TERRITOIRE NATIONAL**



Les départements expérimentateurs sont représentés par un point rouge.  
Des réponses ont également été enregistrées à Mayotte, en Martinique  
et en Polynésie française.

Source : INJEP, juin 2023.

Ainsi, la sélection de l'échantillon de répondants n'a pas été réalisée de manière aléatoire, celui-ci reposant sur **la participation volontaire des établissements** aux enquêtes et introduisant ainsi potentiellement des **biais dans les résultats**. De plus, les tendances observées ont également pu être

influencées par la possible **surreprésentation des établissements situés dans des milieux socio-économiques moins favorisés**. De même, l'évaluation qualitative, bien qu'ayant permis d'approfondir la compréhension des enjeux, s'est limitée à l'étude de seulement trois établissements, engendrant alors une **restriction en termes de diversité des situations observées**. **Les conclusions qui en découlent doivent être interprétées avec prudence et examinées dans le contexte spécifique de la première année de déploiement du dispositif**. En particulier, elles ne reflètent pas forcément ce qu'il adviendra à l'issue de la montée en charge.

**Finalement, la combinaison des approches qualitatives et quantitatives apporte une compréhension fine du dispositif 2HSC**. Les résultats obtenus permettent d'enrichir la compréhension des déterminants de la participation des élèves ainsi que leur perception globale du programme. Ces données peuvent utilement permettre d'ajuster et d'améliorer le ciblage et la mise en œuvre du dispositif, en vue de favoriser l'engagement des élèves sur le long terme.



# Dynamiques de participation au dispositif et contenu de l'offre sportive

## Dynamiques de participation et de l'engagement des collégiens volontaires

### Une adhésion progressive au dispositif

Le dispositif 2HSC a officiellement été lancé en novembre 2022, mais les données révèlent **une répartition temporelle des inscriptions particulièrement marquée**. En effet, bien que la majorité des inscriptions des élèves ait eu lieu au début de l'expérimentation, 44 % ont été enregistrées entre janvier et mars 2023 [tableau 1]. Cette observation met en évidence un **déploiement progressif du dispositif** au sein des établissements scolaires, phénomène en partie attribuable à la **nature innovante et expérimentale du projet**.

TABLEAU 1. DATE D'INSCRIPTION AU DISPOSITIF

Quand t'es-tu inscrit(e) au dispositif 2H de sport en plus ?	
En novembre	44 %
En décembre	12 %
En janvier	22 %
En février	8 %
En mars	14 %

Source : INJEP, juin 2023.

**Les réticences et les appréhensions de certains acteurs au sein de la communauté éducative ont initialement constitué des obstacles à la mise en place et à l'intégration des activités au sein des collèges participants** [encadré 2]. L'enquête qualitative a en outre mis en lumière plusieurs difficultés lors du lancement de l'expérimentation, notamment l'absence de processus de gouvernance bien établi et la

« En s'enfermant sur la circulaire, on rate des incidences positives du dispositif en matière d'appui à l'éducation de nos jeunes, de lutte contre le décrochage, de prévention des problématiques comportementales. Il est impératif de donner de la liberté aux équipes éducatives afin d'affiner les objectifs du dispositif et les faire raisonner avec les enjeux d'établissements. »

Entretien avec un chef d'établissement

(Cabinet Pluricité, 2023)

difficulté à mobiliser des enseignants d'EPS volontaires pour coordonner et superviser la mise en œuvre du dispositif.

Cependant, au cours de la période d'expérimentation, **les équipes éducatives ont réussi à surmonter les incertitudes initiales concernant les finalités et les objectifs du dispositif**. Les élèves et l'ensemble des encadrants éducatifs semblent avoir progressivement développé une meilleure compréhension du dispositif, les rendant ainsi de plus en plus enclins à y participer au fil du temps.

## ENCADRÉ 2. UNE LEVÉE DE BOUCLIER INITIAL DES ÉQUIPES D'EPS QUI PRÉCÈDE UNE APPROPRIATION DU DISPOSITIF

Pour bon nombre d'enseignants d'EPS, y compris au sein des établissements expérimentateurs, une défiance vis-à-vis du dispositif a pu être exprimée à la publication de la circulaire ministérielle. En question, la crainte d'un modèle d'enseignement de l'EPS délégué aux associations sportives. Si cette première lecture du dispositif a systématiquement pu être dépassée au sein des collèges expérimentateurs, cette situation initiale a pu freiner l'installation et la mise en place des activités au sein des collèges expérimentateurs. En outre, ont pu être regrettés au lancement du dispositif expérimental :

- l'absence de temps de co-construction des objectifs éducatifs des activités ;
- le manque d'enseignants d'EPS volontaires pour coordonner, faire vivre et suivre l'implémentation du dispositif ;
- la rareté des temps de bilan, entre enseignants d'EPS et opérateurs du dispositif ou encore entre enseignants et collégiens volontaires.

Après les doutes levés sur les finalités et objectifs du dispositif, les équipes éducatives engagées dans l'expérimentation ont pu identifier des opportunités éducatives sur lesquelles capitaliser, motivant leur engagement dans le processus d'expérimentation. Parmi ces opportunités ont été remontées :

- la possibilité de travailler en « effectifs réduits » et ainsi faire profiter les volontaires de temps de pratique plus conséquents qu'en EPS ;
- l'adaptation des activités et de l'encadrement aux besoins des collégiens peu ou pas sportifs, souvent en retrait lors des cours d'EPS et absents des activités de l'AS ;
- l'opportunité de désengorger les temps d'aide au devoir, ou de permanence, concomitants à la programmation du dispositif dans certains établissements expérimentateurs ;
- la création d'un sas de « décompression » pour les élèves en fin de semaine, lorsque la tension monte et que les problématiques comportementales se manifestent au sein des établissements scolaires.

*Extrait de l'enquête qualitative réalisée par le Cabinet Pluricité, 2023.*

## Une majorité de collégiens engagés de manière régulière dans le dispositif

Afin d'évaluer de manière précise le niveau de participation des élèves dans le temps au sein du dispositif, seules les inscriptions enregistrées au cours des premiers mois de sa mise en place, en novembre et décembre, ont été considérées. L'exclusion des inscriptions intervenues plus tardivement, entre janvier et mars 2023, a permis d'établir une référence plus robuste et cohérente pour évaluer l'engagement des élèves dans le dispositif.

**La majorité des collégiens s'engage dans la durée, mais une minorité significative est moins assidue.**

En effet, 61 % des collégiens inscrits entre novembre et décembre se déclarent comme étant des inscrits réguliers plusieurs mois après leur entrée dans le dispositif, assistant à toutes les séances de sport proposées [tableau 2]. Parallèlement, 22 % ont une participation plus sporadique et se déclarent inscrits occasionnels, n'assistant qu'à quelques séances de sport. **La proportion de décrocheurs**, c'est-à-dire ceux qui déclarent avoir été volontaires, mais ne sont aujourd'hui plus inscrits, **est de 17 %**.

**TABLEAU 2. STATUT DE L'INSCRIPTION DES PREMIERS INSCRITS**

Actuellement, es-tu toujours inscrit(e) au dispositif 2H de sport en plus ?	
Oui et j'assiste à toutes les séances	61 %
Oui, mais je n'assiste qu'à quelques séances	22 %
Non	17 %

Champ : collégiens inscrits en novembre ou décembre 2022

Source : INJEP, juin 2023.

Dans l'ensemble, sur l'ensemble des collégiens inscrits entre novembre et décembre, 57 % ont déclaré avoir assisté à dix séances ou plus [tableau 3], et 30 % ont participé à au moins 5 séances.

**TABLEAU 3. NOMBRE DE SÉANCES EFFECTUÉES PAR LES PREMIERS INSCRITS**

À combien de séances as-tu assisté ?			
1 séance	10 %	6 séances	5 %
2 séances	7 %	7 séances	3 %
3 séances	4 %	8 séances	4 %
4 séances	5 %	9 séances	1 %
5 séances	4 %	+10 séances	57 %

Champ : collégiens inscrits en novembre ou décembre 2022

Source : INJEP, juin 2023.

## Le désir de pratiquer davantage de sport et la découverte de nouvelles disciplines comme principales motivations

Les collégiens qui se sont portés volontaires pour participer au dispositif ont exprimé une diversité de motifs d'adhésion [tableau 4]. Logiquement, **pour près de deux tiers d'entre eux, le désir de pratiquer davantage de sport a été la principale motivation.**

**La possibilité de découvrir de nouveaux sports a également été un facteur déterminant** pour environ la moitié des collégiens, attirés par l'opportunité d'explorer des activités physiques différentes et d'élargir leurs horizons sportifs. **27 % des volontaires ont exprimé leur volonté de participer au dispositif dans le but d'améliorer leur santé.**

**Un aspect social et relationnel a également été cité** par 15 % des collégiens comme une des raisons pour lesquelles ils se sont inscrits. Ils ont exprimé le désir de rencontrer de nouvelles personnes et de créer des liens sociaux plus étroits à travers leur participation au dispositif.

TABLEAU 4. MOTIFS D'ADHÉSION AU DISPOSITIF

Pourquoi t'es-tu inscrit(e) au dispositif ? (Plusieurs réponses possibles)	
Pour faire plus de sport	65 %
Pour découvrir de nouveaux sports	49 %
Pour être en meilleure santé	27 %
Pour rencontrer de nouvelles personnes et créer des liens nouveaux	15 %
Autre	15 %

Source : INJEP, juin 2023.

L'enquête qualitative vient enrichir ces constats en mettant en lumière que certains participants ont adopté le dispositif comme **principale source d'occupation, particulièrement lorsque d'autres activités n'étaient pas disponibles**, afin de remplir les moments libres de leur journée.

**La dimension sociale a également été mise en avant dans l'enquête qualitative.** Les séances qui encourageaient les **interactions "intergénérationnelles", entre différentes classes d'âge, ou entre filles et garçons, ont renforcé les liens entre les participants et contribué à renforcer l'engagement des collégiens.** De même, lorsque les activités étaient axées sur le jeu et le plaisir sportif plutôt que sur une initiation disciplinaire stricte, **l'ambiance conviviale a encouragé les collégiens à persévérer dans leur engagement sur le long terme dans le programme.**

« Je me suis dit, c'est ça ou je vais m'ennuyer dès que j'aurais terminé mes devoirs. Alors pourquoi pas ! »

Entretien avec un élève volontaire

(Cabinet Pluricité, 2023)

## Des abandons bien souvent liés aux contraintes personnelles des collégiens

À l'inverse, plusieurs facteurs semblent avoir contribué au désengagement des collégiens décrocheurs.

**35 % des collégiens ayant décidé de mettre fin à leur participation ont souligné avoir d'autres priorités et ne plus avoir suffisamment de temps pour assister aux séances de sport, 11 % ayant même jugé leur organisation trop contraignante** [tableau 5].

Par ailleurs, 31 % des participants qui ont choisi d'arrêter ont déclaré ne pas prendre pleinement de plaisir dans l'activité pratiquée. L'enquête qualitative vient renforcer ces observations en mettant en avant **la**

« Trop pénible ! On faisait les mêmes exercices tout le temps, on n'avait pas beaucoup de matchs. Moi je voulais m'amuser, au final c'était un vrai cours de sport. »

Entretien avec un élève décrocheur  
(Cabinet Pluricité, 2023)

**monotonie des activités, soulignant que la répétition des séances a pu être un facteur de découragement pour certains.**

De plus, la tentation de s'engager dans des activités concurrentes, en dehors du dispositif, a également été évoquée comme une raison possible d'abandon. Parallèlement, des aspects liés au cadre institutionnel ont également été mis en avant comme raisons du décrochage. **Certains participants ont mentionné les règles strictes encadrant les séances, ainsi que le manque de**



**liberté dans la pratique des activités sportives.** La réalisation d'activités exclusivement au sein des infrastructures scolaires ou associatives a également été signalée comme un élément influençant la décision d'abandon.

TABLEAU 5. MOTIFS D'ABANDON DU DISPOSITIF

Pourquoi as-tu arrêté d'assister aux séances ? (Plusieurs réponses possibles)	
Je n'ai plus le temps, j'ai d'autres priorités	35 %
Je n'aime pas l'activité choisie	31 %
L'organisation des séances est compliquée	11 %
L'ambiance avec les autres participants n'est pas satisfaisante	5 %
L'ambiance avec les encadrants n'est pas satisfaisante	2 %
Autre	32 %

Source : INJEP, juin 2023.

**Bien que les aspects relationnels liés au dispositif aient été moins déterminants, ces derniers contribuent tout de même à expliquer certaines décisions d'abandons.** En effet, 5 % des décrocheurs ont trouvé l'ambiance avec les autres participants peu satisfaisante et 2 % ont exprimé une insatisfaction envers l'ambiance avec les encadrants.

Les investigations de terrain offrent des éclairages complémentaires sur les raisons pour lesquelles certains collégiens n'ont pas adhéré ou rejeté le dispositif, en mettant en lumière des **préoccupations liées au contexte sportif de l'offre**. Certains d'entre eux ont exprimé des inquiétudes quant à **l'image du sport renvoyée comme élitiste et compétitive**, ce qui a pu les intimider. La peur d'être jugé par d'autres, notamment par des sportifs plus expérimentés, a été identifiée comme un élément dissuasif. En parallèle, **l'aversion envers l'effort physique** a été évoquée comme un autre facteur influençant la décision de ne pas participer, certains élèves ayant éprouvé de fortes réticences face à l'engagement physique requis par le dispositif.

« J'aime m'amuser, discuter avec mes amis, pouvoir regarder mon téléphone, faire des activités en extérieur et sans prise de tête. L'inverse du sport en fait ! »

Entretien avec un élève non-recourant  
(Cabinet Pluricité, 2023)

## Contenu de l'offre sportive

**Le dispositif a été mis en œuvre de manière flexible, afin de s'ajuster aux besoins particuliers des collégiens et des contextes d'établissements, mais aussi en raison du contexte d'expérimentation et de première année de mise en œuvre.** L'objectif était notamment de concilier deux objectifs essentiels, à savoir répondre aux besoins éducatifs spécifiques de chaque établissement scolaire en fonction de son contexte local et éviter tout chevauchement ou rivalité avec l'offre sportive déjà existante au sein des collèges. Sans viser l'exhaustivité, l'enquête qualitative a permis de mettre en lumière trois types d'offres proposées aux collégiens [encadré 3].

### ENCADRÉ 3. LES TYPOLOGIES D'OFFRES OBSERVÉES

**L'initiation disciplinaire** : il s'agit d'une offre qui vise la découverte de nouvelles disciplines. Tout son intérêt réside en sa capacité à se différencier des pratiques sportives habituelles des collégiens ciblés ; elle s'adresse aux sportifs comme aux non-sportifs.

**Le sport-santé** : il s'agit d'une offre à visée sanitaire. Elle est encadrée par un animateur sportif diplômé spécifiquement pour la prise en charge des publics dits « vulnérables », et permet une mise en pratique adaptée et sécurisée à tous les types de participants. L'objectif est de cibler les non-sportifs via sa dimension sanitaire, avec le risque qu'elle puisse sembler « stigmatisante » pour les publics concernés.

**Le sport récréatif** : il s'agit d'une offre à visée ludique et aventureuse. La dimension récréative vise à toucher les publics à qui le sport paraît laborieux, mais également à favoriser la mixité de profil d'usagers.

*Extrait de l'enquête qualitative réalisée par le Cabinet Pluricité, 2023.*

## Une offre sportive généralement traditionnelle

Il existe un éventail varié d'activités sportives pratiquées dans le cadre du dispositif. Le multisports a été proposé à 9 % des collégiens participant au dispositif, tandis que **d'autres disciplines plus traditionnelles jouissent d'une représentation aussi importante, voire davantage** [tableau 6]. Le football se hisse en tête de liste avec une part de 15 % parmi les sports les plus fréquemment proposés et pratiqués au sein du dispositif. De fait, il rassemble le plus grand nombre de licenciés âgés de 10 à 14 ans<sup>16</sup>.

TABLEAU 6. NATURE DE L'ACTIVITÉ PRATiquÉE DANS LE CADRE DU DISPOSITIF

Quelle activité pratiques-tu dans le cadre des 2H de sport en plus ?			
Football	15 %	Natation	3 %
Multisports	9 %	Athlétisme	3 %
Handball	8 %	Tennis	3 %
Basket-ball	7 %	Équitation	1 %
Gymnastique	6 %	Volleyball	1 %
Tennis de table	4 %	Autre	44 %

Source : INJEP, juin 2023.

Le handball, le judo et le basket-ball ont été pratiqués par respectivement 8 %, 7 % et 7 % des collégiens participant au programme, ces disciplines se détachant également en tête du classement des sports délivrant le plus de licences aux adolescents.

<sup>16</sup> Recensement des licences et clubs sportifs 2022, données INJEP

FIGURE 2. ENSEMBLE DES ACTIVITÉS PRATIQUÉES\* DANS LE CADRE DU DISPOSITIF



\* Cette figure présente une compilation de tous les sports pratiqués par les collégiens volontaires dans le cadre du dispositif, y compris les activités mentionnées par les collégiens ayant sélectionné la modalité « Autre », voir tableau 6.

Source : INJEP, juin 2023.

Bien que la majorité des sports pratiqués soient relativement familiers, **43 % des participants ont déclaré avoir découvert une nouvelle activité dans le cadre du dispositif 2HSC.**

L'analyse exploratoire des retours des élèves concernant la nature spécifique des activités pratiquées a mis en lumière la grande diversité des sports offerts au cours de cette expérimentation [figure 2]. Des disciplines peu conventionnelles telles que le kin-ball, le parkour, le va'a, la zumba ou le laser run ont été intégrées au programme, apportant ainsi une dimension non seulement innovante, mais également stimulante pour les participants.

## L'offre sportive dépend du contexte de l'établissement

### ***Davantage de sports de plein air en milieu rural***

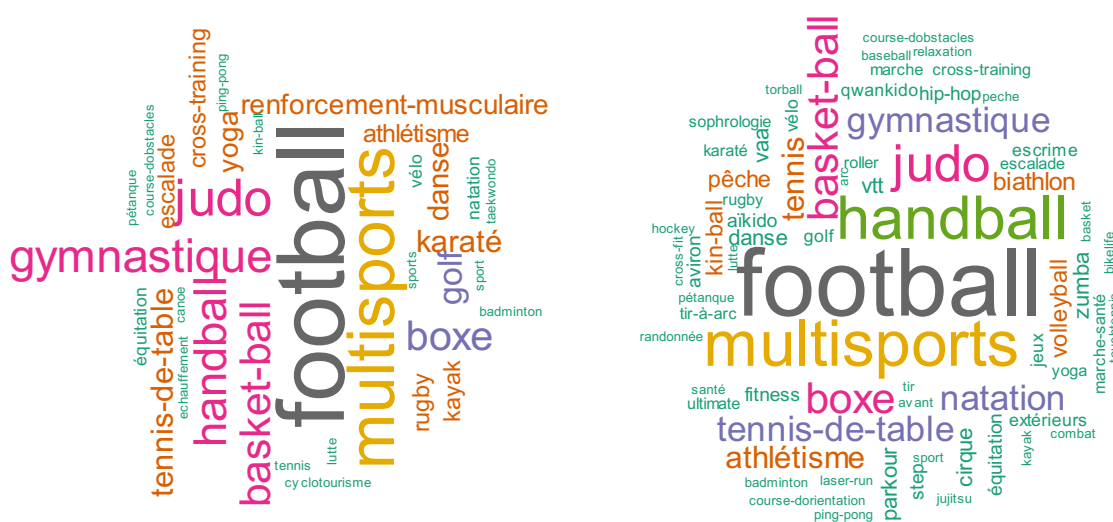
Si la pratique sportive semble être relativement comparable en milieu urbain et rural<sup>17</sup>, les préférences en termes de disciplines et les modalités de pratique diffèrent considérablement selon le contexte

<sup>17</sup> Millery E., Lombardo P., Zimmer C., 2022, « Loisirs des villes, loisirs des champs : territoires et caractéristiques sociales des personnes influent sur leurs loisirs sportifs et culturels », in *France Portrait social 2022*. Paris, INSEE.



Dans les établissements dont les effectifs dépassent ceux de la moyenne nationale, les disciplines traditionnelles (football, multisports, basket-ball, handball, etc.) demeurent prépondérantes parmi les activités proposées. Cependant, **d'autres catégories sportives, notamment celles axées sur la mise en forme**, comme le cross-training, le renforcement musculaire ou encore le yoga, sont relativement plus fréquemment proposées.

FIGURE 4. ACTIVITÉS PRATIQUÉES SELON LA TAILLE DE L'ÉTABLISSEMENT



Établissements de taille supérieure à la moyenne à gauche, et inférieure à la moyenne à droite

Source : INJEP, juin 2023.

## Les installations des établissements mobilisées

**La mise en place de l'expérimentation 2HSC a priorisé l'utilisation des infrastructures sportives intégrées au sein des établissements.** Dans les cas où ces dernières étaient indisponibles, des séances ont été organisées à proximité, que ce soit en plein air ou grâce aux installations mises à disposition par les collectivités locales, les clubs ou les associations sportives, avec pour objectif de **limiter les déplacements des élèves et de leur offrir un accès simplifié à des activités sportives**. Effectivement, les contraintes liées aux déplacements peuvent jouer un rôle déterminant dans la pratique du sport, en particulier pour les populations vivant dans des zones rurales. Des recherches ont d'ailleurs souligné que, pour un tiers des jeunes, ces **déplacements constituent un obstacle à leur participation à des activités de loisirs**, qu'elles soient sportives ou culturelles<sup>19</sup>.

**Les activités sportives se sont déroulées à la fois au sein des établissements et en dehors. En effet, plus de la moitié des collégiens volontaires (55 %) ont signalé que les deux heures supplémentaires d'activités physiques et sportives se sont déroulées au sein même de leur établissement** [tableau 7]. Cette proportion est légèrement plus élevée, atteignant 59 %, pour les établissements situés en milieu rural.

<sup>19</sup> Guisse N., Hoibian S., Lautié S., Labadie F., Timoteo J., Saint Pol T. de, 2017, « Les difficultés de transport : un frein à l'emploi pour un quart des jeunes », *INJEP Analyses & synthèses*, n° 6 [\[en ligne\]](#).

**TABLEAU 7. LIEU DE PRATIQUE DES SÉANCES DANS LE CADRE DU DISPOSITIF**

<b>Où pratiques-tu cette activité sportive ?</b>	
Au sein des installations de mon établissement	55 %
En dehors de mon établissement, en extérieur ou au sein des installations de la ville	41 %
Autre	4 %

Source : INJEP, juin 2023.

## Étude du profil des collégiens volontaires

La variété de méthodes employées par les établissements scolaires pour cibler et mobiliser les élèves participant au dispositif a été mise en avant par l'enquête qualitative [encadré 4]. Cette diversité d'approches souligne l'importance d'adapter les stratégies en fonction des besoins spécifiques de chaque contexte. L'enquête quantitative vient compléter ces observations et permet une exploration approfondie du profil des participants.

### ENCADRÉ 4. LES MÉTHODES DE DÉTECTION DES ÉLÈVES UTILISÉES PAR LES COLLÈGES EXPÉRIMENTATEURS

**La libre adhésion, permise par l'ouverture du dispositif à tous les collégiens, indépendamment de leur profil sportif initial.** L'ouverture du dispositif à tous les collégiens a été une méthode de sélection (ou de non-sélection) pragmatique. Les établissements scolaires concernés ont souhaité faire valoir la notion de « volontariat » pour s'assurer de l'adhésion des publics participants. Dans ce cas de figure, les publics ont souscrit aux activités selon leur affinité avec la nature de l'offre proposée.

**La sélection des publics spécifiques, sur la base de besoins éducatifs ou sanitaires identifiés par les équipes du collège.** La sélection des publics ciblés par les équipes éducatives a été réalisée lors de concertations réunissant chef d'établissement, professeurs d'EPS et infirmière scolaire. Grâce à ce travail, les publics ciblés par les équipes éducatives ont tous eu l'opportunité de se voir présenter individuellement le dispositif expérimental. Cette méthode a donc permis de réduire le risque de dispersion de l'information au sein de l'établissement scolaire. Pour autant, l'adhésion des élèves concernés est restée très dépendante de la qualité de la relation entre élèves et acteurs éducatifs, ainsi que de la manière dont les activités ont pu être présentées.

**L'autoprescription, rendue possible par une offre construite autour des envies exprimées par une majorité d'élèves.** Le recensement des souhaits/envies des élèves via Pronote a permis à l'offre de facilement trouver son public puisque l'offre a été une émanation directe des envies exprimées par les élèves. Néanmoins, les souhaits des publics « cibles » du dispositif n'ont pas toujours été retenus, les établissements privilégiant les envies majoritairement exprimées par les collégiens (généralement celles des publics déjà sportifs).

*Extrait de l'enquête qualitative réalisée par le Cabinet Pluricité, 2023*

## Les garçons et les plus jeunes davantage attirés par le dispositif

**Au niveau national, on observe une disparité significative dans la pratique sportive entre les filles et les garçons.** À titre d'illustration, parmi les filles âgées de 13 à 14 ans, seulement 78 % participent à une activité sportive au moins une fois par semaine en dehors des cours d'éducation physique et sportive (EPS), tandis que ce pourcentage s'élève à 87 % chez les garçons du même groupe d'âge<sup>20</sup>. Cette différence entre les deux genres se reflète également dans l'inscription à des clubs sportifs : chez les 10-

<sup>20</sup> Caille J.-P., 2020, « Les pratiques sportives des collégiens sont très liées au rapport au sport de leurs parents et à leurs vacances d'été », in *France portrait social. Édition 2020*, Paris, INSEE [en ligne].

14 ans<sup>21</sup>, les garçons représentent plus de 60 % des titulaires de licences délivrées par les fédérations sportives agréées.

**Les chiffres reflètent une dynamique similaire au sein du dispositif 2HSC**, puisque 57 % des inscrits sont des garçons [tableau 8]. Cette participation plus importante des garçons par rapport aux filles dans ce type d'initiative s'accompagne également d'une **motivation plus marquée chez les garçons à rechercher des opportunités de pratiques d'activités sportives supplémentaires**, 73 % ayant déclaré s'être inscrits dans le but de pratiquer davantage de sport, contre 55 % de filles.

**Dans les établissements situés en zones rurales, cette répartition s'accroît**, les garçons étant proportionnellement plus nombreux (+2 points par rapport à l'ensemble des répondants). À l'inverse, alors que la littérature<sup>22</sup> indique que les filles appartenant aux réseaux d'éducation prioritaire (REP/REP+, anciennement ZEP) sont généralement nettement moins enclines à s'engager dans des activités sportives, avec des taux de participation sensiblement inférieurs aux moyennes nationales, **le dispositif a réussi à renverser cette dynamique et à promouvoir une participation sportive plus équilibrée, attirant une proportion significative de filles (49 %) dans les collèges classés comme moins favorisés.**

TABLEAU 8. PROFILS SOCIODÉMOGRAPHIQUES DES COLLÉGIENS VOLONTAIRES

<b>Sexe</b>	Garçons	57 %
	Filles	43 %
<b>Âge</b>	- 12 ans	14 %
	12 ans	33 %
	13 ans	27 %
	14 ans	16 %
	+ 14 ans	10 %
<b>Classe</b>	6 <sup>e</sup>	35 %
	5 <sup>e</sup>	30 %
	4 <sup>e</sup>	20 %
	3 <sup>e</sup>	15 %

Source : INJEP, juin 2023.

Par ailleurs, **bien que le dispositif ait réussi à toucher un large spectre d'élèves de différents niveaux scolaires, les plus jeunes sont surreprésentés et totalisent 65 % des inscriptions**. Plus spécifiquement, 35 % des inscrits sont en classe de sixième, et 30 % en classe de cinquième.

Une analyse plus fine révèle également des **disparités genrées dans les différents groupes d'âge** puisque les **garçons sont davantage représentés en sixième (58 %), cinquième (59 %), et quatrième (59 %)**, alors que **les filles sont plus représentées parmi les collégiens de troisième** inscrits au dispositif (52 %).

<sup>21</sup> Recensement des licences et clubs sportifs 2022, données INJEP.

<sup>22</sup> Guérandel C., 2016, *Le sport fait mâle. La fabrique des filles et des garçons dans les cités*, Grenoble, PUG.



Les filles, plus réticentes à s'engager dans les activités sportives offertes par le dispositif, sont également moins nombreuses que les garçons à assister à toutes les séances (38 %). Elles sont aussi nombreuses que les garçons (5 sur 10) à ne participer qu'à quelques séances de manière aléatoire ou à abandonner le dispositif en cours d'année. De manière similaire, si les élèves de quatrième et de troisième ne représentent qu'un tiers des collégiens volontaires, leur proportion parmi ceux ayant choisi d'abandonner le dispositif est en revanche plus élevée.

**TABEAU 9. PROFIL DES COLLÉGIENS SELON LE STATUT DE LEUR INSCRIPTION**

	Inscrits réguliers	Inscrits irréguliers	Abandon
<b>Sexe</b>			
Garçon	62 %	49 %	49 %
Fille	38 %	51 %	51 %
<b>Classe</b>			
6 <sup>e</sup>	32 %	39 %	25 %
5 <sup>e</sup>	35 %	28 %	24 %
4 <sup>e</sup>	18 %	22 %	28 %
3 <sup>e</sup>	15 %	11 %	24 %
<b>Profil sportif</b>			
Sportif avéré	57 %	49 %	54 %
Sportif « libre »	34 %	45 %	26 %
Non-sportif	9 %	6 %	20 %

Source : INJEP, juin 2023.

## Une vision du sport très positive

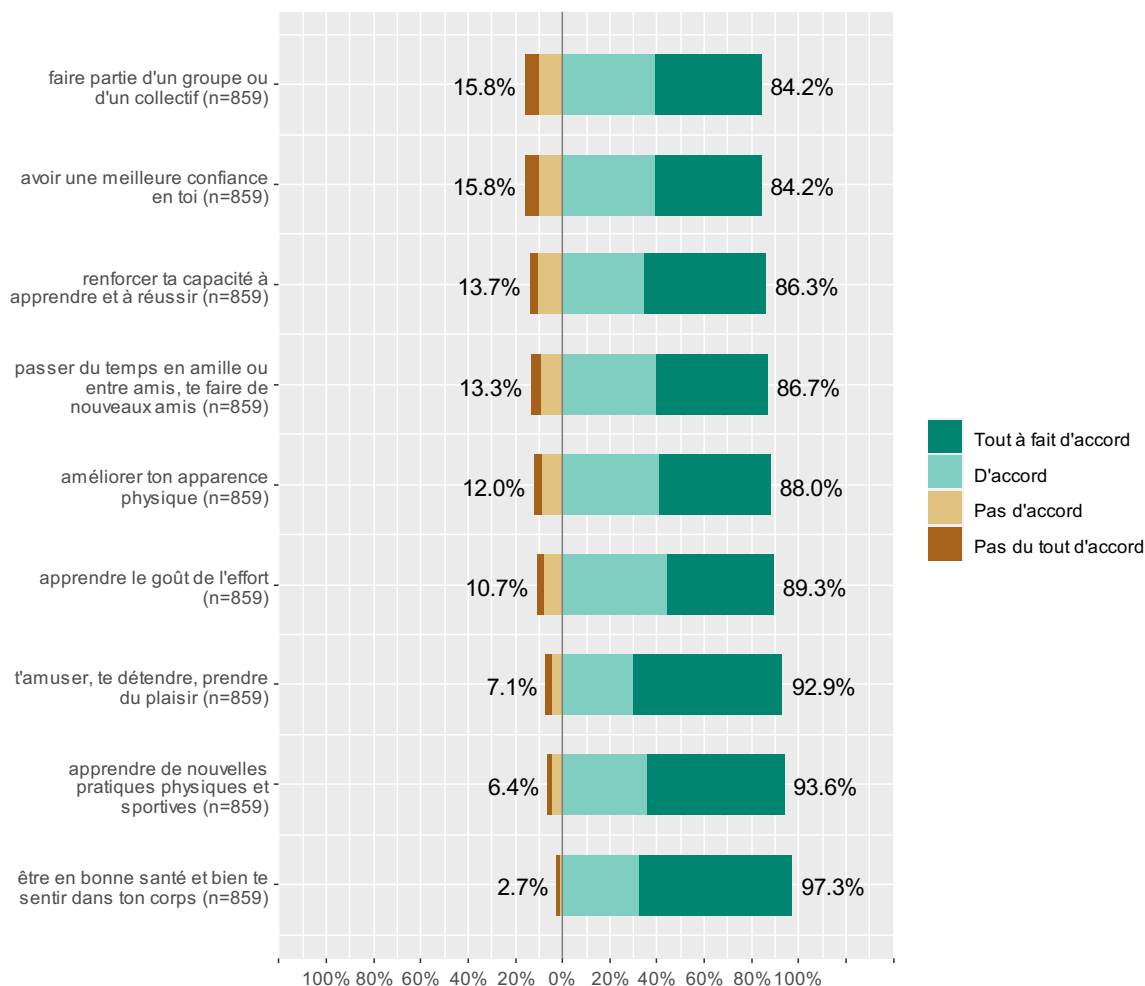
**Les collégiens volontaires ont une vision généralement positive du sport**, reflétant leur préoccupation envers leur santé physique et mettant en lumière l'impact positif qu'ils attribuent à la pratique sportive sur leur bien-être global.

Bien que 16 % d'entre eux ne considèrent pas le sport comme un moyen efficace pour favoriser la sociabilisation ou renforcer la confiance en soi, **une large majorité de collégiens, soit 84 %, reconnaît l'importance du sport dans le développement social et personnel**, ainsi que son rôle crucial dans ces aspects [figure 5]. Respectivement, **87 % et 93 % voient le sport comme un moyen d'occupation, que ce soit en famille ou entre amis, pour se faire de nouveaux amis, mais aussi comme un moyen de s'amuser, de se détendre et de prendre du plaisir.**

De plus, **84 % estiment que le sport améliore la confiance en soi**, 86 % pensent qu'il renforce leurs capacités d'apprentissage et de réussite, et 93 % sont d'accord sur le fait que le sport leur enseigne la valeur de l'effort. En outre, **97 % des participants partagent un constat presque unanime selon lequel le sport contribue de manière significative à la santé et au bien-être physique**, soulignant ainsi l'aspect hygiénique du sport.

FIGURE 5. VISION DU SPORT DES COLLÉGIENS VOLONTAIRES

« Pour toi, le sport est un bon moyen pour... »



Source : INJEP, juin 2023.

## Une majorité de collégiens déjà engagée dans une pratique sportive

Parmi les collégiens volontaires, la moitié a déclaré faire du sport au sein d'un club depuis le début de l'année scolaire en dehors de l'EPS. En outre, 56 % disent pratiquer une activité avec l'UNSS (Union nationale du sport scolaire) ou l'association sportive (AS) de leur collège, une part probablement largement surestimée en raison d'une possible confusion par les répondants entre l'UNSS, l'AS, l'EPS et le dispositif 2H de sport en plus, sachant que les licences délivrées par cette fédération ne représentent que 15 % des licences totales détenues par les 10-14 ans<sup>23</sup>. Pour éviter toute confusion, n'ont été considérées comme pratiques sportives encadrées que celles déclarées être pratiquées en club. Il convient également de souligner qu'une large majorité de répondants (84 %) a indiqué pratiquer une

<sup>23</sup> Recensement des licences et clubs sportifs 2022, données INJEP.

**activité sportive « libre », de manière non encadrée** (faire du vélo, jouer au foot avec des amis, aller à la piscine, etc.) [tableau 10].

**TABLEAU 10. ACTIVITÉS SPORTIVES RÉALISÉES EN DEHORS DE L'EPS**

<i>Depuis le début de l'année, as-tu pratiqué du sport :</i>	
Au sein de l'AS/UNSS de ton collège	56 %
Dans un club sportif ou autre association sportive	50 %
De manière « libre »	84 %

Source : INJEP, juin 2023.

Trois profils sportifs ont été établis. Le premier correspond aux « sportifs avérés », définis comme ceux qui s'engagent exclusivement dans une pratique encadrée ou qui allient une pratique encadrée à une pratique libre. Le deuxième est celui des « sportifs libres », ne pratiquant que des activités libres et donc non encadrées. Enfin, le troisième profil est celui des « non-sportifs », déclarant ne pratiquer aucune activité physique et sportive.

- **Parmi les collégiens volontaires, 50 % correspondent au profil des « sportifs avérés ».**
- **Le profil des « sportifs libres » regroupe 40 % des volontaires.**
- **La proportion des « non-sportifs », ne pratiquant aucune activité physique et sportive, s'élève à 10 %.**

Finalement, **9 collégiens volontaires sur 10 sont déjà impliqués dans des activités sportives en dehors des cours d'éducation physique et sportive (EPS)**. Ce chiffre est en ligne avec les dernières données nationales, datant de 2019, où 93 % des jeunes de 13 à 14 ans déclaraient pratiquer une activité sportive pendant leurs loisirs depuis le début de l'année scolaire, dont 83 % l'ayant pratiqué au moins une fois par semaine.

Aussi, la pratique sportive des parents influence fortement celles de leurs enfants (deux tiers des 13-14 ans dont les parents font du sport plusieurs fois par semaine sont inscrits dans un club sportif)<sup>24</sup>. L'enquête confirme cette tendance puisque **68 % des collégiens volontaires ont déclaré avoir des parents sportifs ou très sportifs** [tableau 11].

**TABLEAU 11. PRATIQUE SPORTIVE DES PARENTS DES COLLÉGIENS VOLONTAIRES\***

<i>Dirais-tu que tes parents ou représentants légaux sont :</i>	
Très sportifs : l'un au moins pratique de manière régulière	25 %
Sportifs : l'un au moins pratique de manière occasionnelle	43 %
Pas sportifs	32 %

\* Les collégiens ayant choisi la modalité « Je ne sais pas » n'ont pas été inclus dans les calculs.

Source : INJEP, juin 2023.

<sup>24</sup> Caille J.-P., 2020, « Les pratiques sportives des collégiens sont très liées au rapport au sport de leurs parents et à leurs vacances d'été », *op. cit.* [en ligne](#).



# Perception, satisfaction et premiers effets ressentis

## Perception initiale et satisfaction

### Une perception conditionnée par la promotion du dispositif

La perception initiale du dispositif par les collégiens apparaît comme étroitement liée aux différentes techniques de communication employées par les établissements expérimentateurs. Selon que la promotion des activités a été réalisée par les équipes éducatives des collèges, par les encadrants sportifs des associations et clubs mobilisés, ou encore par les élèves entre eux directement, la perception du dispositif varie significativement.

« Je fais du sport tout le temps, j'adore ça. J'avais jamais fait de handball, donc j'ai trouvé ça super pour m'initier. »

**Entretien avec un décrocheur**  
(Cabinet Pluricité, 2023)

L'enquête qualitative met en lumière trois types de perception distincts. Tout d'abord, le dispositif a pu apparaître comme une « offre découverte » lorsque les établissements ont utilisé divers moyens pour le promouvoir. Cette communication inclusive a amené les élèves à percevoir le dispositif comme une opportunité de découvrir de nouvelles pratiques.

Le dispositif a été perçu comme une « offre récréative », organisée autour du plaisir du jeu, lorsque les collégiens ont été informés du dispositif par leurs pairs déjà participants. Ces témoignages ont influencé leur compréhension des objectifs et de la nature des activités sportives proposées. Pour les élèves présentant des vulnérabilités éducatives, l'information de leurs pairs a renforcé leur confiance dans l'offre, les incitant à y participer. Cependant, ceux qui ont reçu l'information des membres de l'équipe éducative ont eu tendance à ne pas percevoir l'aspect ludique de l'offre expérimentale, la comparant plutôt à des activités scolaires.

« Quand il m'a dit comment ça se passait, je lui ai dit : "Ah bon, c'est pas de la compétition et plutôt fait pour les non-sportifs du collège ?" Ça m'a tout de suite donné envie de tester le dispositif. J'avais vraiment une tout autre image des activités que celle que m'a donnée ma copine ! »

**Entretien avec un élève volontaire**  
(Cabinet Pluricité, 2023)

Enfin, la perception d'une « offre compétitive et disciplinaire » a été observée lorsque ce sont les clubs sportifs partenaires qui ont eu l'occasion de promouvoir directement leurs activités. Malgré les ajustements pour rendre l'offre plus accessible et orientée vers l'initiation et le divertissement, les élèves n'ont pas toujours saisi les distinctions entre le dispositif et les clubs traditionnels. Cette confusion a été alimentée par la présentation prématurée de « passerelles » entre le dispositif et les clubs partenaires. De plus, le nom attribué

« On m'a parlé d'EPS+, je me suis dit que c'était exactement comme l'EPS, mais pour en faire plus. J'aime pas trop l'EPS, donc j'aime pas trop l'EPS plus. »

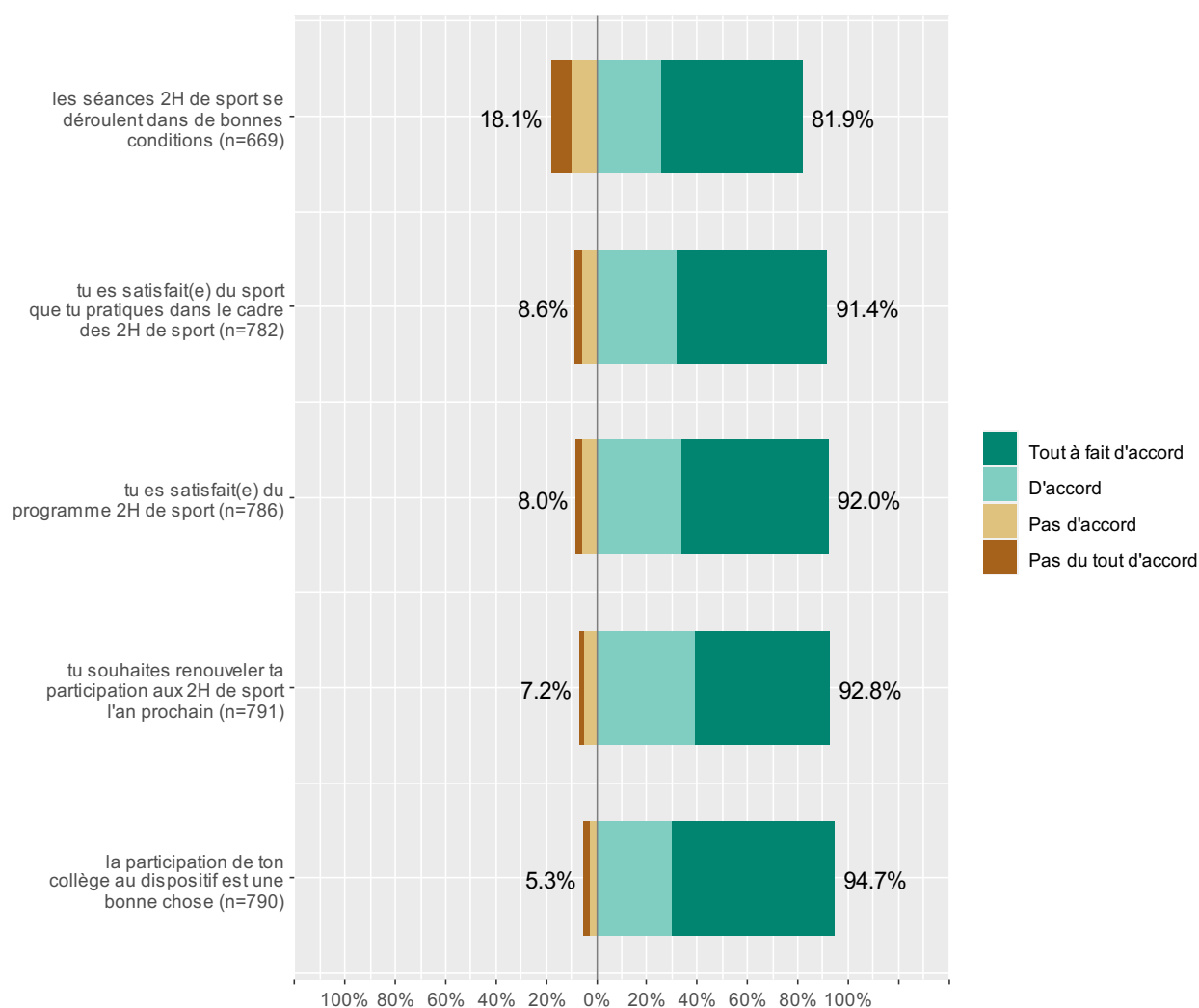
**Entretien avec un élève non-recourant**  
(Cabinet Pluricité, 2023)

au dispositif au sein des établissements a contribué à cette confusion entre l'offre expérimentale et le sport scolaire, attirant alors les élèves adeptes du sport tout et dissuadant ceux qui en sont le plus éloignés dans les établissements.

## Des collégiens très majoritairement satisfaits du dispositif

La satisfaction globale des collégiens à l'égard du dispositif est élevée, avec 92 % de ceux qui y ont participé se déclarant satisfaits, dont 58 % tout à fait d'accord, et 34 % d'accord [figure 6]. Parallèlement, une très large majorité, soit près de 95 %, considère que l'implication de leur collège dans le dispositif est une bonne chose et 93 % seraient d'accord pour renouveler leur participation l'an prochain. Aussi, la satisfaction vis-à-vis des activités pratiquées s'élève à 91 %. 18 % ont toutefois signalé que les séances de sport ne se déroulent pas dans de bonnes conditions.

FIGURE 6. SATISFACTION DES COLLÉGIENS VIS-À-VIS DU DISPOSITIF



Source : INJEP, juin 2023.

## Des impacts positifs ressentis par les collégiens sur leur bien-être physique et psychologique

Il est difficile de déterminer de manière objective les effets du dispositif, par exemple sur le bien-être physique et psychologique des volontaires, en l'absence de « groupe témoin » de collégiens n'ayant pas bénéficié des deux heures de sport en plus, qui permettrait une comparaison avec les jeunes en ayant bénéficié, ou sans disposer de deux enquêtes auprès des volontaires, l'une conduite immédiatement avant le démarrage du programme et l'autre juste après.

**Pour tenter d'estimer de manière approximative ces potentiels effets, plusieurs questions autoévaluatives ont été posées aux volontaires. Celles-ci doivent être traitées avec précaution,** d'autant qu'elles sont sujettes au « biais d'acquiescement », c'est-à-dire la tendance des enquêtés à répondre plus fréquemment positivement aux questions posées (« oui » plutôt que « non », ou « d'accord » plutôt que « pas d'accord ») et tout autant à celui de « désirabilité sociale », la tendance des individus à donner des réponses socialement désirables lorsqu'ils répondent à des enquêtes. Les recherches académiques sur l'évaluation montrent que **ce type d'approche subjective peut conduire à surestimer les effets des programmes évalués**, parfois dans des proportions très importantes<sup>25</sup>.

Les questions posées aux collégiens dans le cadre de cette évaluation fournissent une bonne illustration de ces difficultés méthodologiques. D'abord interrogés sur l'impact global du dispositif, près de **55 % des collégiens se déclarent d'accord ou tout à fait d'accord avec l'idée que le dispositif n'a pas eu d'impact sur eux**. Pour autant, interrogés ensuite de manière plus détaillée sur plusieurs impacts possibles, avec une formulation qui invitait davantage à répondre positivement (par ex. "dirais-tu que les 2 heures de sport ont eu un impact sur tes notes ?"), ils sont plus nombreux à déclarer percevoir un impact du programme sur leur situation.

**Ainsi, respectivement 70 % et 72 % des collégiens se disent d'accord avec le fait que dispositif a impacté leur forme physique et leur santé** [figure 7]. Les témoignages obtenus lors de l'enquête qualitative confirment ces impressions positives, plusieurs élèves ayant exprimé une amélioration de leur condition physique, et ayant réalisé plus d'exercices physiques qu'à l'accoutumée. Les séances, notamment celles en fin de journée, ont permis à certains de se libérer et de ressentir ensuite une fatigue bénéfique, ce qui a pu les amener à ajuster leur heure de coucher les jours où ils participaient au dispositif. Une partie d'entre eux ont noté une amélioration de la qualité de leur sommeil et de la rapidité d'endormissement (environ la moitié des collégiens déclarent que le dispositif a eu un impact sur leur sommeil, et l'autre moitié qu'il n'a pas eu d'impact).

« Après l'activité, je me sens à la fois excitée et reposée. Mais quand vient le soir, je sens que je suis fatiguée et que j'ai besoin de dormir. Par rapport à d'habitude, je m'endors rapidement ! »

**Entretien avec une élève volontaire**  
(Cabinet Pluricité, 2023)

<sup>25</sup> Smith, Jeffrey, Alexander Whalley, and Nathaniel Wilcox. 2021. Are Participants Good Evaluators? Kalamazoo, MI: W.E. Upjohn Institute for Employment Research.[\[en ligne\]](#).

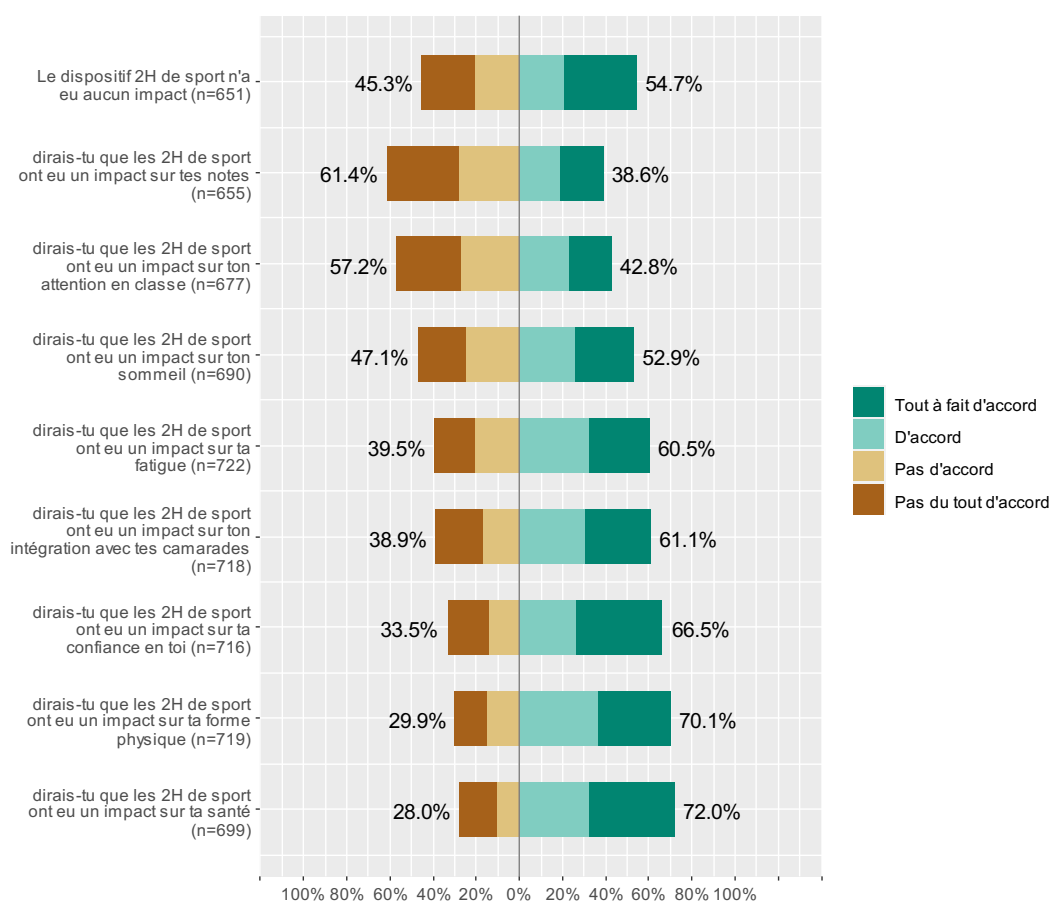
Concernant l'effet du dispositif sur la cohésion au sein du collège, 61 % des collégiens signalent une meilleure intégration avec leurs camarades depuis leur participation au dispositif. Les investigations de terrain ont montré que le dispositif permet en effet d'offrir aux adolescents un espace de socialisation régulier et que les séances sportives ont parfois favorisé l'établissement de liens particuliers, décrits comme des « relations uniques ». Ces connexions se manifestent principalement pendant les séances et sont différentes des interactions habituelles pouvant avoir lieu lors d'autres temps scolaires. Par ailleurs, le brassage entre les classes et la mixité d'âge semblent avoir renforcé la cohésion entre les participants de différentes classes, de la sixième à la troisième. La mixité est perçue positivement, favorisant les interactions entre les élèves plus jeunes et les aînés, qui endossent parfois un rôle de mentor.

« Dans la cour maintenant on a des 5<sup>e</sup> qui viennent jouer avec nous, avant ils ne le faisaient pas. Ils étaient intimidés par les 3<sup>e</sup>. »

**Entretien avec un élève volontaire**  
(Cabinet Pluricité, 2023)

**Deux tiers des collégiens sont d'accord ou tout à fait d'accord avec l'idée que le dispositif a eu des effets sur leur confiance en eux.** En écho, pour certains jeunes volontaires rencontrés dans le cadre de l'enquête qualitative, leur participation au dispositif les a aidés à mieux se comprendre. Après avoir pris part à plusieurs séances, ces collégiens se rendent compte que leur réticence par rapport à certaines activités était davantage liée au cadre et à l'atmosphère des sessions, plutôt qu'à un désintérêt pour les disciplines en elles-mêmes.

FIGURE 7. PREMIERS EFFETS RESSENTIS



Source : INJEP, juin 2023.



« On découvre des gens nouveaux et on coopère dans les jeux, on se fait des amis de confiance avec qui on ose plus qu'en classe. »

**Entretien avec un élève volontaire**  
(Cabinet Pluricité, 2023)

Une partie des participants attribuent au dispositif la capacité de créer un esprit d'équipe propice à une coopération efficace pendant les séances. Certains expliquent qu'ils se sentent évoluer dans un environnement de confiance qui encourage leur prise d'initiatives. Plusieurs d'entre eux osent désormais « interagir avec de nouvelles personnes », « demander de l'aide à des adultes » et exprimer leurs désirs plus librement.

Enfin, **une majorité des collégiens déclarent que la pratique supplémentaire de sport ne semble pas avoir d'effets sur leurs résultats ou leur comportement scolaires**. En effet, 61 % ne sont pas d'accord avec l'idée que le dispositif ait amélioré leurs notes, ni, à 57 %, avec l'idée que le dispositif ait eu un impact sur leur attention en classe.



## Focus sur la cible du dispositif : les « non-sportifs »

Le dispositif vise explicitement les publics les plus éloignés d'une pratique sportive. Il ne parvient cependant à en toucher qu'une faible minorité : la part des « non-sportifs », ne pratiquant aucune activité physique et sportive, s'élève à 10 % des participants au programme. L'étude de leur profil peut permettre de mieux cerner leurs motivations et leurs freins à la pratique sportive pour identifier les leviers qui pourraient les encourager à s'engager davantage dans des activités sportives.

### Profil des collégiens non sportifs participant au programme

Rappelons en préambule, d'une part, que les collégiens considérés comme « non-sportifs » dans cette enquête sont ceux déclarant ne pas être inscrits en club et ne pratiquer aucune activité sportive « libre », de manière non encadrée (faire du vélo, jouer au foot avec des amis, aller à la piscine, etc.). L'effectif des non-sportifs qui ont adhéré au dispositif est faible (89) et représente 10 % de l'échantillon. En ce sens, les analyses réalisées ci-dessous doivent être appréhendées avec précaution.

Les filles représentent la majorité des non-sportifs (57 %). Cette tendance est cohérente avec les données mises en évidence dans les sections précédentes et vient ainsi confirmer **l'écart dans la participation sportive entre les genres**.

La corrélation entre les habitudes sportives des parents et celles de leurs enfants est de nouveau mise en évidence. Près de la moitié des non-sportifs (49 %) ont des parents eux-mêmes non sportifs alors qu'à l'inverse, 76 % des sportifs avérés ont des parents sportifs ou très sportifs.

Enfin, la participation sportive des élèves dépend de leur lieu de résidence, et est plus élevée en milieu rural. En effet, 5 % des collégiens résidant dans ces zones sont non sportifs, alors que cette proportion s'élève à 13 % en milieu urbain.

### Des collégiens issus de milieux moins favorisés

Les données concernant l'indice de position sociale (IPS) des établissements fréquentés par les collégiens non sportifs mettent en évidence une situation socio-économique particulièrement défavorable. En effet, l'IPS moyen de ces établissements s'élève à 88, valeur nettement inférieure à la moyenne nationale (105) et même en deçà de la moyenne de l'échantillon de répondants (91).

De la même manière, le constat que plus de **la moitié des non-sportifs sont scolarisés dans des collèges faisant partie des réseaux d'éducation prioritaire (REP/REP+)** vient corroborer cette tendance et rejoint les observations selon lesquelles **les adolescents issus de milieux sociaux moins favorisés**

**ont tendance à pratiquer moins d'activités physiques** et à être plus sédentaires que leurs pairs issus de milieux plus aisés<sup>26</sup>.

## Le manque de temps comme principal motif de non-pratique

Le manque d'intérêt et le non-engagement des collégiens non sportifs par rapport aux activités physiques et sportives en dehors de celles imposées par l'EPS s'expliquent par plusieurs raisons.

Pour près de 20 % des collégiens non sportifs participant au programme, **la contrainte de temps se révèle être un obstacle majeur à leur pratique d'activités sportives**. De plus, un peu **moins de 5 % des collégiens indiquent être déjà engagés dans d'autres activités**, ce qui les empêche de s'investir davantage dans le sport. Cette réalité rejoint celle de leurs aînés (les 16-25 ans), pour qui le manque de temps constitue également le motif principal de non-pratique sportive<sup>27</sup>.

D'autre part, **13 % des collégiens éloignés de la pratique sportive expriment tout simplement leur manque d'attrait pour le sport de manière générale**. Cette perception est particulièrement prononcée chez les filles, atteignant un taux de 17 %. En outre, **15 % des collégiens expriment un désintérêt pour les activités sportives proposées**, proportion qui atteint 23 % parmi les filles.

**10 % des répondants non sportifs mettent en avant la distance géographique comme obstacle supplémentaire**, en particulier les élèves résidant en zone rurale, chez lesquels ce pourcentage s'élève à 15 %. Enfin, **6 % des répondants évoquent le coût financier associé à la pratique sportive comme une barrière significative**.

## Des non-sportifs motivés par la découverte de nouvelles disciplines sportives

**Le désir de découvrir de nouveaux sports constitue le principal facteur d'adhésion pour 53 % des non-sportifs**. Cette motivation est particulièrement forte chez les élèves résidant en milieu rural, où elle atteint un taux de 76 %.

En parallèle, **le souhait de pratiquer davantage de sport est moins cité par les non-sportifs** par rapport à l'ensemble des répondants (49 %), **mais cette intention est fortement marquée chez les garçons** (75 %), tandis qu'elle est moins fréquente chez les filles (31 %).

---

<sup>26</sup> Stalsberg R., Pedersen A.V., 2010, « Effects of socioeconomic status on the physical activity in adolescents: a systematic review of the evidence. Scandinavian », *Journal of Medicine & Science in Sports*, n°20, p. 368-383.

<sup>27</sup> Müller J., 2022, « Les jeunes éloignés du sport n'y sont pas hostiles mais sont freinés par trop de contraintes », *Consommation & modes de vie*, n° 323.

## Une tendance significative chez les non-sportifs à se désengager du dispositif

Bien que les non-sportifs ne constituent qu'un dixième des inscriptions initiales, leur proportion parmi ceux ayant quitté le dispositif s'élève à 20 % [tableau 9]. Cela signifie qu'un **tiers des non-sportifs qui s'étaient initialement inscrits ont finalement décidé de quitter le dispositif**, et ce pourcentage s'élève à 38 % chez les filles.

Pour les non-sportifs, **le fait de ne pas aimer l'activité pratiquée dans le cadre du dispositif constitue le principal motif d'abandon**, rapporté par 48 % d'entre eux, et contraste nettement avec l'ensemble des participants pour qui cette raison est moins prédominante (31 %).

De plus, **les contraintes temporelles, déjà évoquées comme principal motif de non-pratique, demeurent une des principales raisons d'abandon chez les non-sportifs (32 %)**, qui rencontrent des difficultés à concilier leur emploi du temps et les séances du dispositif.

**L'ambiance et les relations avec les autres élèves pendant ces activités sportives sont perçues de manière négative par 8 % des non-sportifs**, soit 3 points de plus que la moyenne. Des entretiens réalisés

« Le dispositif, on m'a fait comprendre que c'était pour s'amuser. Mais j'ai vu qu'il y avait les plus sportifs du collège qui y vont. Je sais que dès que je vais perdre la balle, je vais me faire crier dessus, qu'il y aura une mauvaise ambiance, et que je vais juste passer un mauvais moment. Du coup non, je ne veux pas y aller ! »

**Entretien avec un élève non recourant**  
(Cabinet Pluricité, 2023)

auprès des collégiens moins enclins au sport ont révélé que ces derniers **préfèrent rester en retrait, en partie parce que la participation active des sportifs avérés entraîne une hausse des attentes en termes de compétences** et crée une atmosphère compétitive pouvant alors jouer un rôle négatif significatif dans la décision d'abandon des non-sportifs, soulignant l'importance de créer un environnement inclusif et favorable au sein du dispositif pour cette population spécifique.

### ENCADRÉ 5. ZOOM SUR LA COMPOSITION INITIALE DES GROUPES DE COLLÉGIENS PARTICIPANT AU DISPOSITIF AINSI QUE SUR LES PHÉNOMÈNES DE NON-RECOURS ET DE DÉCROCHAGE QU'ELLE PEUT INDUIRE

Les publics touchés par le dispositif expérimental au sein des établissements scolaires expérimentateurs se déclinent en trois catégories distinctes. Tout d'abord, les « **sports-addicts** » **considèrent le sport comme un élément central dans leur vie** et intègrent cette pratique de manière omniprésente, la plaçant au cœur de leurs activités quotidiennes. Ensuite, les « **opportunistes du sport** » **voient cette activité comme l'une parmi d'autres**, avec des degrés d'investissement variables. Enfin, les « **craintifs du sport** » **redoutent cette pratique, la percevant comme élitiste et compétitive**. Ils sont plus enclins à apprécier les jeux sportifs que les disciplines sportives traditionnelles.

La composition des cohortes de collégiens qui prennent part aux activités physiques et sportives est un élément clef de la participation des publics cibles du dispositif. En effet, les publics éloignés de la pratique sportive le sont généralement pour différentes raisons : notamment des problématiques de santé, mais aussi des soucis personnels, des difficultés éducatives et scolaires, des vulnérabilités familiales ou sociales, qui viennent parfois fragiliser leur capacité à se projeter dans une activité qui les engage physiquement et psychologiquement auprès d'un collectif de pairs.

Aussi au lancement du dispositif, la présence des « sport addicts » peut dans certains collèges se révéler majoritaire. Celle-ci a l'effet d'un répulsif pour les publics vulnérables, les plus éloignés des APS, les « craintifs du sport ». Les cohortes de participants trouvent donc leur point d'équilibre autour des « sport-addicts » et quelques « opportunistes du sport ». La majorité des non-sportifs se mettent de côté volontairement, s'autocensurent, notamment parce que la participation des élèves les plus sportifs contribue à :

- rehausser les standards de niveau pratique requis ;
- instaurer un esprit de compétition entre les élèves ;
- concentrer l'attention des encadrants sportifs sur les élèves les plus performants.

Paradoxalement, la prédominance initiale des « sport addicts » peut s'étioler, puisqu'un lent décrochage de ces élèves a été constaté dans certains collèges. Puisque l'offre est tournée vers le loisir et le récréatif, certains élèves initialement très sportifs ne sont pas assez stimulés par le dispositif et se détournent de l'offre qui leur convient logiquement moins. Finalement, dans ce cadre, persistent majoritairement dans le dispositif les « opportunistes du sport », pour qui la pratique ludo-sportive est appréciée et constitue une option parmi d'autres activités.

*Extrait de l'enquête qualitative réalisée par le Cabinet Pluricité, 2023*

## Une perception plus contrastée des effets

**Les non-sportifs semblent avoir des perceptions plus modérées quant aux effets du dispositif sur leur bien-être physique.**

En effet, 35 % d'entre eux estiment que le dispositif n'a pas eu d'impact significatif sur leur santé en général. Cette proportion est légèrement plus élevée que celle observée chez l'ensemble des répondants (28 %) et chez les sportifs avérés (27 %). L'enquête qualitative souligne que pour plusieurs participants novices dans les activités sportives en dehors des cours d'EPS, **les améliorations ressenties sont certes légères, mais concrètes et leur procurent de meilleures sensations physiques**. Celles-ci se manifestent principalement par un meilleur contrôle de leur corps en termes de coordination et de motricité, ainsi qu'un sentiment de maîtrise de l'évolution de leur corpulence.

« Je saute plus haut, je cours plus vite.  
Bon je ne suis pas le plus rapide, mais  
je progresse à mon rythme. »

**Entretien avec un élève volontaire non sportif**  
(Cabinet Pluricité, 2023)

D'autre part, les non-sportifs sont en proportion plus nombreux (+7 points par rapport à la moyenne de l'ensemble des volontaires) à percevoir une **amélioration de leur intégration avec leurs camarades grâce à leur participation au dispositif**.

## Les conclusions de l'évaluation

---

### Les enseignements généraux

**Les investigations, qu'elles soient quantitatives ou qualitatives, convergent dans leurs constats et partagent de larges conclusions.** Parmi les résultats les plus marquants, il ressort **que la mise en place du dispositif a été graduelle au sein des établissements**, 44 % des inscriptions ayant été enregistrées entre janvier et mars 2023 malgré un lancement survenu en novembre 2022. **La majorité des collégiens inscrits ont été assidus**, puisque seulement 17 % des collégiens inscrits entre novembre et décembre 2022 ont mis fin à leur participation. **De manière significative, 93 % des volontaires déclarent leur volonté de renouveler leur participation au dispositif pour l'année suivante.**

Le dispositif a permis de proposer **aux collégiens une variété de sports, le plus souvent des disciplines « traditionnelles » (notamment des sports collectifs), et plus rarement du multisport ou des jeux sportifs.** Près de la moitié des participants ont d'ailleurs précisé avoir testé de nouvelles disciplines grâce à cette initiative.

**Les raisons majeures d'inscription au dispositif sont l'envie de pratiquer davantage de sport (65 %) ou de découvrir de nouvelles activités (49 %).** En contrepartie, **les contraintes temporelles personnelles et le désintérêt pour l'activité proposée dans le cadre de l'expérimentation constituent les principaux facteurs d'abandon.**

Parmi les volontaires, les garçons se distinguent comme le groupe prédominant (57 %), tout comme les élèves de sixième (35 %) et de cinquième (30 %), qui sont également représentés de manière significative. **Les élèves moins enclins à la pratique sportive ne sont pas les premiers à adhérer au dispositif puisque 9 volontaires sur 10 sont déjà impliqués dans des activités sportives en dehors de l'EPS**, dont plus de la moitié sont inscrits dans un club sportif.

Enfin, **les deux enquêtes concordent dans leurs observations quant aux impacts positifs que ressentent les collégiens grâce à leur participation au dispositif.** Ainsi, interrogés sur l'impact global du dispositif, 55 % des collégiens interrogés se déclarent d'accord ou tout à fait d'accord avec l'idée que le dispositif n'a pas eu d'impact sur eux, contre 45 % qui sont de l'opinion contraire. Interrogés ensuite sur plusieurs types d'impact possible, une majorité des collégiens déclarent que la pratique supplémentaire de sport ne semble pas avoir d'effets sur leurs résultats scolaires (61 %), ni sur leur attention en classe (57 %). À l'inverse, une majorité des collégiens déclarent ressentir grâce au dispositif une amélioration de leur santé (72 %), de leur condition physique (70 %), de leur confiance en eux (66 %) et de leur intégration au sein de leur groupe de pairs (61 %).

## Identification des leviers d'essaimage et de pérennisation du dispositif

À la rentrée scolaire 2023, **le dispositif a été étendu à plus de 700 collèges volontaires** à travers l'ensemble des départements français, en conformité avec les directives spécifiques de l'instruction adressée fin avril aux recteurs et rectrices de région académique ainsi qu'aux directeurs et directrices académiques des services de l'éducation nationale<sup>28</sup>.

Cette décision de poursuivre et d'étendre le dispositif marque une étape significative dans son évolution, mais souligne également **l'importance de comprendre davantage les facteurs qui influencent son succès et son impact**, en particulier en ce qui concerne les publics les plus éloignés des activités physiques et sportives. Les résultats de l'évaluation, menée dans ce but, fournissent de premiers **enseignements qui ont d'ores et déjà permis d'orienter la mise en œuvre future du dispositif**. L'enquête qualitative a notamment mis en lumière six conditions essentielles [encadré 6] pour l'essaimage et la pérennisation du dispositif.

### ENCADRÉ 6. UNE MONTÉE EN CHARGE ET UN ESSAIMAGE DU DISPOSITIF À ACCOMPAGNER D'UNE FEUILLE DE ROUTE PRÉCISE SUR DIFFÉRENTS POINTS

#### *Un cycle éducatif à privilégier*

Le ciblage spécifique des élèves en classe de sixième et de cinquième revêt une importance significative, car ces années représentent une phase cruciale dans le parcours scolaire des élèves, marquant la transition entre l'école primaire et le collège. En axant le dispositif sur cette tranche d'âge, leur adaptation et leur intégration dans leur nouvel environnement scolaire peuvent être facilitées. De plus, encourager une participation intergénérationnelle au sein du dispositif promeut une diversité d'échanges et de partages d'expérience entre les différentes générations d'élèves, renforçant ainsi le sentiment d'appartenance à la communauté scolaire et créant un environnement éducatif dynamique, inclusif et propice à l'enrichissement mutuel de tous les participants.

#### *Contenu de l'offre sportive*

**Le contenu de l'offre sportive doit être abordé de manière précise** en qualifiant les objectifs pédagogiques locaux du dispositif **en collaboration avec les élèves qui sont concernés**. En impliquant activement les élèves dans ce processus, leur sentiment d'implication et d'importance est renforcé, ce qui favorise leur adhésion à des activités dont les bénéfices sont immédiatement évidents.

La coconstruction de la programmation offre également la possibilité de **personnaliser les activités en fonction des préférences et des besoins spécifiques de ces élèves**. Mettre l'accent sur les « **jeux sportifs** » plutôt que sur des disciplines sportives strictes permet de briser les idées préconçues souvent associées aux activités physiques et sportives, perçues comme compétitives et demandant des aptitudes physiques particulières. **Les activités deviennent plus accessibles et divertissantes**, et les collégiens peuvent maintenir leur intérêt et engagement à plus long terme.

#### *Place dans l'emploi du temps*

**L'inscription du dispositif dans l'emploi du temps gagnerait à se faire sur les créneaux de fin de semaine**, créant ainsi une sorte de « **sas de décompression** » qui serait particulièrement apprécié par les élèves éprouvant des difficultés scolaires. Aussi, les collégiens les plus éloignés de la pratique sportive considèrent **l'introduction de temps de**

<sup>28</sup> NOR : SPOV2311246J du 26-4-2023 MSJOP – DS – 1A – MENJ – DGESCO A1-2 [[en ligne](#)].



**convivialité et festifs** comme un ajout bénéfique, permettant **d'élargir l'attrait du dispositif et de le rendre accessible à un public plus large**. Ces moments ne se limiteraient pas uniquement à des activités sportives, mais pourraient inclure des instants de partage et de célébration.

#### **Sélection des élèves**

La mise en place d'un processus de sélection réfléchi garantissant la participation des publics qui se trouvent les plus éloignés des activités physiques et sportives, ainsi que ceux qui rencontrent des difficultés d'ordre scolaire ou comportemental nécessitant leur intégration au dispositif, est primordiale.

Dans cette optique, **des critères d'éligibilité**, tels que le niveau d'engagement antérieur dans des activités sportives, les performances scolaires, ainsi que les défis spécifiques que peuvent rencontrer certains élèves, **doivent être pris en compte**. Ce processus de sélection doit être mené en collaboration étroite avec les équipes éducatives et des intervenants spécialisés, pour garantir une prise en charge adaptée à chaque élève.

#### **Outils de promotion du dispositif**

Le choix des outils de promotion et de communication revêt une grande importance pour assurer le succès et la pérennité du dispositif. Dans cette optique, la promotion par les pairs en tant que moyen stratégique de sensibilisation et d'adhésion des élèves au dispositif est à privilégier. Cette approche s'appuie sur le principe selon lequel les élèves qui ont déjà participé et s'engagent activement dans les activités du dispositif sont les meilleurs ambassadeurs pour encourager leurs pairs à rejoindre l'initiative.

En effet, les témoignages et les recommandations émanant des pairs ont un **impact significatif sur la perception et l'adhésion des autres élèves**. Ces retours d'expérience authentiques et concrets sont perçus comme étant plus crédibles et pertinents que les communications institutionnelles et permettent aux élèves de s'identifier plus facilement à leurs camarades et de se projeter dans l'expérience proposée par le dispositif.

Le dispositif, en encourageant et en valorisant cette promotion par les élèves déjà parties prenantes, s'inscrit dans une **dynamique positive où les élèves deviennent les moteurs de leur propre engagement et de celui de leurs camarades**.

#### **Lieux des activités**

L'idée d'investir des lieux extérieurs aux infrastructures scolaires, voire d'explorer des espaces en pleine nature, représente une perspective attrayante pour le développement du dispositif.

L'organisation d'activités en dehors de l'école offre la possibilité de **rompre avec le cadre formel et parfois contraignant des activités scolaires**, ce qui peut stimuler l'enthousiasme et l'intérêt des élèves, et **de proposer aux élèves une expérience inédite en dehors de ces locaux**. Les environnements extérieurs, tels que les parcs, les terrains de sport, les centres de plein air ou même la nature environnante, créent un **contexte propice à l'exploration et à la découverte**. Les élèves ont ainsi l'opportunité de développer une connexion plus profonde avec leur environnement et d'apprécier la diversité des activités physiques et sportives.

*Extrait de l'enquête qualitative réalisée par le Cabinet Pluricité, 2023*



## Annexes

### Questionnaire « 2H de sport en plus au collège »

#### 1. Tes habitudes sportives

Pour commencer, nous souhaitons en savoir plus sur tes habitudes sportives et ton ressenti par rapport au sport.

Les questions suivantes portent sur ta pratique sportive au sein d'un club ou d'une association sportive, ou encore à d'autres moments, lorsque tu pratiques du sport librement (par exemple quand tu fais du vélo, quand tu joues au foot avec des amis, quand tu vas à la piscine, etc.). Ne prends donc pas en compte le sport que tu pratiques dans le cadre de l'EPS ou du programme 2H de sport en plus au collège dans tes réponses.

##### Q1. Depuis le début de l'année scolaire, as-tu pratiqué du sport...

(Coche **pour chaque ligne** la case correspondante à ta situation. Pour rappel, ne prends pas en compte tes horaires d'EPS et les 2H de sport en plus.)

	Oui	Non
a. avec l'association sportive (AS/UNSS) de ton collège ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. avec une autre association ou un autre club sportif ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c. librement (par exemple : faire du vélo, aller jouer au foot avec des amis, aller nager à la piscine...) ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

SI Q1a = OUI | Q1b = OUI | Q1c = OUI

##### Q2. À quelle fréquence dirais-tu que tu pratiques du sport ?

(Coche **pour chaque ligne** la case correspondante à ta situation. Comme pour la question précédente, ne prends pas en compte les horaires d'EPS et les 2H de sport en plus.)

	Jamais	Moins d'1 fois par mois	1 ou 2 fois par mois	1 fois par semaine	Plusieurs fois par semaine
a. avec l'association sportive (AS/UNSS) de ton collège ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. avec une autre association ou un autre club sportif ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c. librement (par exemple : faire du vélo, aller jouer au foot avec des amis, aller nager à la piscine...) ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

SI Q1a = OUI | Q1b = OUI | Q1c = OUI

### Q3. Quelle(s) activité(s) sportive(s) pratiques-tu ?.

(Tu peux choisir plusieurs réponses. Comme pour les questions précédentes, ne prends pas en compte les horaires d'EPS et les 2H de sport en plus.)

	Avec l'association sportive (AS) de ton collège	Avec une autre association ou un autre club sportif ?	Librement (par exemple : faire du vélo, aller jouer au foot avec des amis, aller nager à la piscine...)
Football	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tennis	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Basket-ball	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Équitation	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Handball	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tennis de table	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Natation	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Athlétisme	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gymnastique	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Volleyball	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Multisports	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Autre, peux-tu préciser...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Parmi les activités sportives que tu pratiques, nous aimerions maintenant que tu penses à celle que tu pratiques le plus souvent.

### Q4. Depuis combien de temps pratiques-tu cette activité sportive ?

(Coche la ou les cases correspondant à ta situation. Pour rappel, pense uniquement à l'activité sportive que tu pratiques le plus souvent.)

- ☐ Moins d'1 an
- ☐ Moins de 2 ans
- ☐ Entre 2 et 5 ans
- ☐ + de 5 ans

### Q5. Dans le cadre de cette activité sportive, as-tu, depuis le début de l'année scolaire, participé à...

(Coche **pour chaque ligne** la case correspondante à ta situation. Comme pour les questions précédentes, ne prends pas en compte les horaires d'EPS et les 2H de sport en plus.)

	Oui	Non
a. à une compétition officielle ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. à une autre forme de compétition (match amical...) ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Q6. Pratiquais-tu déjà du sport l'année dernière...

(Coche **pour chaque ligne** la case correspondante à ta situation. Pour rappel, ne prends pas en compte tes horaires d'EPS et les 2H de sport en plus.)

	Oui	Non
d. avec l'association sportive (AS/UNSS) de ton collège ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. avec une autre association ou un autre club sportif ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f. librement (par exemple : faire du vélo, aller jouer au foot avec des amis, aller nager à la piscine...) ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Q7. Pour toi, le sport est un bon moyen pour...

(Coche pour **chaque ligne** la case correspondant le plus à ce que tu penses.)

	Tout à fait d'accord	D'accord	Pas d'accord	Pas d'accord du tout
a. Être en bonne santé et bien me sentir dans mon corps	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Améliorer mon apparence physique	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c. Apprendre de nouvelles pratiques physiques et sportives	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d. Apprendre le goût de l'effort	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. Renforcer ma capacité à apprendre et à réussir	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f. Passer du temps en famille ou entre amis, me faire de nouveaux amis	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g. M'amuser, me détendre, prendre du plaisir	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h. Faire partie d'un groupe ou d'un collectif	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i. Avoir une meilleure confiance en moi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

SI Q1a = NON | Q1b = NON | Q1c = NON

## Q8. Pourquoi ne pratiques-tu pas d'activités sportives ?

(Coche la case correspondant à ta situation. Comme pour les questions précédentes, ne prends pas en compte les horaires d'EPS et les 2H de sport en plus.)

	Avec l'association sportive (AS) de ton collège	Avec une autre association ou un autre club sportif ?	Librement (par exemple : faire du vélo, aller jouer au foot avec des amis, aller nager à la piscine...)
a. Je n'aime pas le sport	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Cela coûte trop cher	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c. Je n'ai pas le temps	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d. Les activités proposées ne m'intéressent pas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. Les endroits pour pratiquer sont trop éloignés de chez moi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f. Je participe à d'autres activités	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

---

g. Autre

---

☐

☐

☐

## 2. Le programme 2H de sport en plus au collège

Nous allons maintenant t'interroger sur le programme 2H de sport en plus au collège et les motivations qui t'ont poussé à t'y inscrire.

### Q9. Actuellement, es-tu toujours inscrit(e) au dispositif 2H de sport en plus au collège ?

(Coche la case correspondant à ta situation.)

- ☐ Oui, j'assiste à toutes les séances
- ☐ Oui, mais je n'assiste qu'à quelques séances
- ☐ Non

### Q10. À combien de séances du programme 2H de sport en plus as-tu assisté ?

Menu déroulant :

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 ou plus

SI Q9 = NON

### Q11. Pourquoi as-tu arrêté d'assister aux séances ?

(Coche la ou les cases correspondant à ta situation.)

- ☐ Je n'aime pas l'activité choisie
- ☐ Je n'ai plus le temps, j'ai d'autres priorités
- ☐ L'ambiance avec les encadrants n'est pas satisfaisante
- ☐ L'ambiance avec les autres participants n'est pas satisfaisante
- ☐ L'organisation des séances est compliquée
- ☐ Autre

### Q12. Quand t'es-tu inscrit(e) aux 2H de sport en plus ?

(Coche la case correspondant à ta situation.)

- ☐ En novembre
- ☐ En décembre
- ☐ En janvier
- ☐ En février
- ☐ En mars

### Q13. Pourquoi t'es-tu inscrit(e) au dispositif 2H de sport en plus au collège ?

(Coche la ou les cases correspondant à ta situation.)

- ☐ Pour faire plus de sport
- ☐ Pour découvrir de nouveaux sports
- ☐ Pour rencontrer de nouvelles personnes et créer des liens nouveaux
- ☐ Pour être en meilleure santé

- Autre, peux-tu préciser...

**Q14. Quelle activité sportive pratiques-tu dans le cadre des 2H de sport en plus ?**

(Coche la case correspondant à ta situation.)

- Football
- Tennis
- Basket-ball
- Équitation
- Handball
- Tennis de table
- Natation
- Athlétisme
- Gymnastique
- Volleyball
- Multisports
- Autre, peux-tu préciser...

**Q15. Où pratiques-tu cette activité sportive ?**

(Coche la case correspondant à ta situation.)

- Au sein de mon établissement
- Dans une installation sportive municipale (gymnase, stade, etc.)
- Autre

**Q16. As-tu déjà pratiqué cette activité auparavant ?**

(Coche la case correspondant à ta situation.)

- Oui, en cours d'EPS
- Oui, en club ou dans une association sportive
- Non, c'est une activité nouvelle

**Q17. Dirais-tu que...**

(Coche pour chaque ligne la case correspondant le plus à ce que tu penses.)

	Tout à fait d'accord	D'accord	Pas d'accord du tout	Pas d'accord	Je ne sais pas
a. La participation de ton collègue au dispositif est une bonne chose	○	○	○	○	○
b. Les séances se déroulent dans de bonnes conditions	○	○	○	○	○
c. Tu souhaites renouveler ta participation l'an prochain	○	○	○	○	○

d. Tu es satisfait(e) du programme 2H de sport en plus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. Tu es satisfait(e) du sport que tu pratiques dans le cadre des 2H de sport en plus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Q18. Ta participation aux 2H de sport en plus au collège a eu un impact sur...**(Coche pour **chaque ligne** la case correspondant le plus à ce que tu penses.)

	Tout à fait d'accord	D'accord	Pas d'accord du tout	Pas d'accord	Je ne sais pas
a. Pas d'effet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Ta forme physique	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c. Ton sommeil	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d. Ta fatigue	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. Ta santé	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f. Ton attention en classe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g. Ton intégration avec tes camarades	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h. Tes notes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i. Ta confiance en toi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Q19. En quelques mots, selon toi, que faudrait-il ajouter ou modifier concernant le dispositif 2H de sport en plus au collège ?**

(Question ouverte)

**3. À propos de toi**

Pour terminer, nous souhaitons te poser quelques questions sur toi et ta famille.

**Q20. Tu es :**  
(Coche la case correspondant à ta situation.)

Une fille	Un garçon
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Q21. Quel âge as-tu ?**

(Coche la case correspondant à ta situation.)

- ☐ Moins de 12 ans



- ☐ 12 ans
- ☐ 13 ans
- ☐ 14 ans
- ☐ Plus de 14 ans

**Q22. En quelle classe es-tu ?**

*(Coche la case correspondant à ta situation.)*

- ☐ 6<sup>e</sup>
- ☐ 5<sup>e</sup>
- ☐ 4<sup>e</sup>
- ☐ 3<sup>e</sup>

**Q23. Dans quel département résides-tu ?**

*(Menu déroulant à choix unique.)*

**Q24. Quel est le nom du collège dans lequel tu es scolarisé(e) ?**

*(Menu déroulant à choix unique.)*

**Q25. Pour terminer, dirais-tu que tes parents ou tes représentants légaux sont :**

*(Coche la case correspondant à la situation de tes parents ou de tes représentants légaux.)*

- ☐ Très sportifs : au moins l'un des deux pratique de manière régulière
- ☐ Sportifs : au moins l'un des deux pratique de manière occasionnelle
- ☐ Pas sportifs
- ☐ Je ne sais pas

## EXPÉRIMENTATION DES « DEUX HEURES SUPPLÉMENTAIRES HEBDOMADAIRES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE POUR LES COLLÉGIENS ». ÉVALUATION DE LA PREMIÈRE ANNÉE DE DÉPLOIEMENT

L'institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire (INJEP) a été mandaté pour conduire une évaluation, auprès des élèves, de l'expérimentation des « deux heures hebdomadaires supplémentaires d'activité physique et sportive pour les collégiens ». Ce dispositif, fruit d'une collaboration entre le ministère des sports et des Jeux olympiques et paralympiques (MSJOP) et celui de l'éducation nationale et de la jeunesse (MENJ) a été lancé en novembre 2022 et s'inscrit dans une stratégie nationale visant à encourager la pratique sportive chez les collégiens qui en sont le plus éloignés.

Le dispositif, déployé dans 167 collèges volontaires durant l'année scolaire 2022-2023, propose deux heures de sport supplémentaires par semaine aux collégiens, en complément de l'éducation physique et sportive (EPS) et de l'association sportive (AS) du collège. Son objectif central est multiple : contrer la tendance à l'inactivité croissante des jeunes, prévenir le décrochage sportif et favoriser le bien-être physique et psychologique des collégiens.

L'évaluation repose sur une méthodologie mixte, combinant une approche quantitative à travers un questionnaire adressé aux élèves bénéficiant du dispositif, et une approche qualitative à travers des entretiens semi-directifs réalisés auprès de collégiens, qu'ils participent ou non au dispositif. Au cœur de cette démarche, l'INJEP tire de premiers enseignements quant aux enjeux et à l'impact d'un dispositif expérimental en cours de déploiement.

Les principaux résultats révèlent que les élèves moins enclins à la pratique sportive ne sont pas les premiers à adhérer au programme, soulignant ainsi la nécessité de mieux cibler ce public spécifique. Malgré ce constat, les retours positifs rapportés par certains participants, tels qu'une amélioration de leur condition physique et de leur confiance en eux, suggèrent que le dispositif a eu des effets positifs.

Tout en identifiant des aspects à améliorer, cette évaluation offre une base solide pour ajuster le dispositif en vue de son extension dans plus de 700 collèges pour l'année scolaire 2023-2024.