Projet de football féminin de l'UEFA

Revue de la littérature - Résumé

produit par l'Ecole Carnegie de Sport de l'Université Leeds Beckett, septembre 2019

# Synthèse

Cette revue de la littérature a été commandée par l'UEFA pour développer une base de preuves pour le prochain Projet de football féminin (Girls Grassroots Project), conçu et réalisé en association avec Disney. Il est prévu que la recherche et les informations recueillies dans le cadre de cet exercice éclaireront la conception, le contenu et la prestation du programme. C'est également le point de départ d'un partenariat de [la recherche et de la collecte d'information](https://context.reverso.net/traduction/francais-anglais/la+recherche+et+l%27information) sur le football féminin de l'UEFA.

En plus de la revue de la littérature, un exercice international de cadrage des meilleures pratiques dans les programmes sportifs pour les femmes et les filles a été entrepris. Au total, 27 exemples de bonnes pratiques ont été identifiés et les principales caractéristiques de ces programmes ont été mises en évidence. Il s'agit notamment des objectifs du programme, du public cible, des stratégies de recrutement et de prestation et de l'impact.

La revue de la littérature a été structurée autour des thèmes suivants :

## Avantages et défis de la participation des filles au football

Dans l'ensemble, la documentation examinée montre des résultats positifs de la participation au sport et à l'activité physique. Entre autres, ils comprennent :

* Amélioration de la santé et du bien-être
* Développement des compétences de vie et celles sociales
* Augmentation du niveau de scolarité et des perspectives d'emploi.

Malgré les avantages bien connus, il ressort également des preuves que la participation des femmes et des filles à l'activité physique est inférieure à celle des hommes et des garçons. Les statistiques mondiales montrent que 84 % des filles de moins de 17 ans ne respectent pas les lignes directrices de l'OMS sur l'activité minimale (OMS, s.d.). Des résultats similaires ont été publiés dans des contextes européens, les garçons âgés de 15 à 24 ans étant deux fois plus susceptibles de faire régulièrement du sport que les filles du même âge (Commission européenne pour l'éducation, le sport, la jeunesse et la culture, 2018).

Il semblerait que ces statistiques puissent être liées à un certain nombre de défis rencontrés par les femmes et les filles. Par exemple, de nombreux sports, dont le football, sont considérés comme des activités masculines, où les caractéristiques associées aux hommes et aux garçons – la compétitivité, la force et l'agressivité – sont très appréciées. Ce positionnement traditionnel du football en tant que sport masculin rend indésirable la participation des femmes et des filles à ce sport (Norman, 2016). Ces types de systèmes de croyances sont inculqués aux filles dès leur plus jeune âge, des jeux comme le football étant toujours proposés dans le cadre de l'éducation physique des garçons, mais ils ne sont pas la norme pour les filles (Paetcher, 2003). Pourtant, nous devons également reconnaître que les femmes et les filles ne sont pas toutes pareilles. Par exemple, les travaux d'Ahmad (2011) et Hamzeh (2015) attirent l'attention sur les façons dont l'interdiction du hijab a exclu certaines femmes et filles musulmanes du football. Différents groupes d'âge et filles handicapées seront également confrontés à différents ensembles de défis et de besoins lors de la pratique du football.

## Besoins, influences et motivations des filles pour participer au football

En ce qui concerne les besoins des filles de manière plus générale, la revue montre que l'accent mis sur le plaisir et l'envie de s'amuser est une raison principale de s'engager dans le sport à un jeune âge (Allender et al., 2006 ; McCalpin et al., 2017 ; Yungblut et al., 2012). À l'inverse, la compétition et les activités hautement structurées sont identifiées comme démotivantes pour les jeunes enfants et les filles (Allender et al., 2006 ; Casey et al., 2014 ; Farmer et al, 2018). Il s'agit d'une distinction importante par rapport aux motivations des adultes. Peut-être plus important encore, il convient de noter que ce sont souvent les motivations des acteurs adultes (entraîneurs, décideurs, responsables d'initiatives, parents) qui sont prioritaires par rapport à celles des jeunes participantes.

Un autre besoin essentiel pour faciliter la participation au football est le soutien fonctionnel et émotionnel des parents (Allender et al, 2006 ; Knight et al., 2011). Cependant, les actions et le comportement des parents (encadrement à partir des lignes de côté, discussions avec les officiels, insistance sur la victoire) peuvent également avoir un impact négatif sur le plaisir d'une jeune fille (Knight et al., 2011 ; Goodman et James, 2017). L'importance des relations avec les pairs ne doit pas non plus être sous-estimée en raison de l'aide, des commentaires positifs, des encouragements et de l'expérience sociale qu'elles offrent (McCalpin et al., 2017 ; Yungblut et al., 2012). Il convient de noter la notion d'amitié en tant qu'outil promotionnel efficace pour encourager les nouvelles filles à assister aux séances de football (Schaillee et al., 2017).

Un autre problème mis en évidence dans la littérature est que c'est souvent l'environnement dans lequel les filles sont censées jouer au football qui pose un problème – pas les filles elles-mêmes (Kirk et Oliver, 2014). Les deux facteurs environnementaux liés entre eux et problématiques qui influencent la décision des filles de participer comprennent :

* Cadre réservé aux filles ou mixte, et
* Environnement compétitif.

Les filles qui se définissent comme sportives, préfèrent souvent les classes mixtes car elles leur offrent la possibilité de s'améliorer plus rapidement en jouant contre les garçons (Casey et al., 2014). Cependant, pour la majorité des filles, ce n'est pas le cas, les espaces unisexes étant privilégiés. Cela est lié aux préoccupations des filles concernant les taquineries des garçons et la domination des garçons sur l'activité – c'est-à-dire ne pas passer aux filles et marginaliser leur implication (Casey et al., 2014 ; Oliver et Hamzeh, 2010).

La notion de compétition et d'autres types de résultats basés sur la performance est un autre problème récurrent qui contribue aux environnements d'exclusion pour les filles. Comme c'est indiqué précédemment, la motivation principale de nombreuses jeunes filles jouant au football est le plaisir et l'envie de s'amuser, mais les environnements sportifs de compétition traditionnels peuvent supprimer cet aspect (Spencer-Cavalier et al., 2017).

## Stratégies d'entraînement pour impliquer les filles dans le football

Finalement, d'autres aspects à prendre en compte pour créer un environnement positif pour la participation des filles au football sont liés aux stratégies d'entraînement adoptées par l'entraîneur. L'une de ces stratégies implique l'utilisation de récits et de jeux imaginatifs. Cette perspective reflète la nécessité pour les entraîneurs d'adapter leur entraînement de manière à soutenir les activités de co-construction avec leurs participantes et les opportunités d'activités de jeu libre. Des recherches plus récentes ont commencé à répondre aux préoccupations concernant le manque de consultation avec les participantes, en demandant aux filles elles-mêmes les raisons de leur non-engagement. De plus, ces chercheurs ont adopté une approche qui place les filles au cœur de la recherche, en travaillant avec elles pour créer des environnements physiques plus positifs pour leur permettre de jouer (Enright et O'Sullivan, 2010).

Par conséquent, les entraîneurs devraient également être encouragés à abandonner la création d'environnements orientés vers l'ego mais ceux axés plus sur les tâches, où l'apprentissage individuel, où l'effort et l'amélioration sont célébrés par le renforcement positif. Les entraîneurs qui sont disposés à écouter leurs participantes, à réfléchir de manière critique à leur pratique et à s'éloigner des vues plus traditionnelles de la relation entraîneur-participant seront au cœur de cela. Cependant, peu importe qui soit le coaching, la manière dont les entraîneurs sont formés est également un aspect crucial à considérer. Norman (2016) identifie la formation des entraîneurs comme un facteur important dans l'aptitude des entraîneurs à travailler avec des hommes et des femmes (et des garçons et des filles) dans le sport. Plus important encore, elle plaide pour que les cours d'entraîneur dépassent une approche unique pour travailler avec les athlètes et commencent à considérer leur parcours et leur identité, y compris leur sexe (Norman, 2016).

## Exercice de cadrage des meilleures pratiques internationales

L'examen de 27 exemples locaux, nationaux et internationaux de bonnes pratiques a montré que des programmes sportifs efficaces pour les femmes et les filles devraient prendre en compte les éléments suivants :

* Approches de toute la communauté qui reconnaissent l'importance de prise en compte les besoins des parents, des amis, des enseignants, des entraîneurs et des travailleurs communautaires et de collaborer avec eux.
* Suppression des barrières de coût, de transport, d'équipement, de préjugés, de stéréotypes et d'attitudes négatives.
* Promotion du plaisir grâce aux jeux non compétitifs et / ou à la narration.
* Education centrée aux problèmes clés qui affectent la vie des jeunes femmes et des filles, par exemple la pression des pairs, la santé sexuelle, le toilettage, les problèmes corporels, la grossesse.
* Offre d’une gamme d'activités large et variée.
* Reconnaissance des filles en tant qu'experts de leurs besoins et les encourager à aider à concevoir, exécuter et évaluer des programmes.
* Développement des filles de sorte qu'elles deviennent des modèles, des leaders et des mentors pour les futurs programmes.
* Offre des activités qui développent des compétences qui permettent aux jeunes femmes et filles de prendre le contrôle de leur vie - confiance, estime de soi, résilience, leadership, communication et autonomie.

## Questions clés générales pour la conception, l'exécution et la promotion du programme

Sur la base de la revue de la littérature et de l'exercice de cadrage des meilleures pratiques, un certain nombre de questions clés a été identifié et les parties prenantes doivent les prendre en compte lors de la conception, de la prestation et de la promotion de programmes de football pour les jeunes filles.

|  |  |
| --- | --- |
| **Conception du programme** | **Plans de session :** il est important de souligner le besoin de flexibilité et de ne pas forcer les entraîneurs à les suivre à la lettre, mais à s'adapter en fonction des participantes. |
| **Éducation / formation des entraîneurs :** inclure plus que juste « quoi » encadrer - quels sont les défis auxquels les filles sont confrontées ? Comment les entraîneurs peuvent-ils créer un environnement axé sur les tâches ? Comment peuvent-ils encourager l'appropriation ? |
| **Conception centrée sur l'enfant :** le programme est-il conçu sur la base d'une vision du plaisir proposée par les adultes ? Qu'est-ce qui est le plaisir pour une fille de 5 à 8 ans ? Envisager des moyens d'obtenir leur contribution à la conception de la session. |
| **Etudier la suite possible : Comment ce programme de** 8 semaines se peut-il emmener vers le football de club ? Les clubs / les entraîneurs participent-ils à la réalisation du projet ? Les sessions sont-elles organisées dans un club ? Les entraîneurs de club connaissent-ils l'importance du plaisir / de l'appropriation ? Ou bien les filles seront-elles confrontées aux « mêmes vieux » défis une fois qu'elles auront rejoint un club ? |
| **Offrir le programme** | **Flexibilité de l'entraîneur :** importance de trouver un équilibre entre « suivre le guide » et encadrer ce qui est devant vous. |
| **Pédagogie centrée sur l'enfant :** comprendre le besoin d'appropriation et d'autonomisation – à quoi le coach veut-il que cela ressemble et à quoi les filles veulent-elles que cela ressemble ? Ces visions-ci peuvent être différentes. |
| **Évaluation du programme** | **Lacunes dans la recherche :** utiliser ce programme pour effectuer des recherches sur les filles de 5 à 8 ans jouant au football – combler les lacunes dans la recherche. |
| **Méthodes d'évaluation :** Réfléchir à la façon dont le programme est évalué – les objectifs et les méthodes sont-ils centrés sur l'adulte ou l'enfant ? |
| **La recherche future** | Très peu de recherches ont été menées auprès de filles âgées de 5 à 8 ans dans les milieux du football, de l'activité physique et sportive. |
| Reconnaître les défis liés au genre que les filles doivent surmonter pour s'engager dans des contextes de sport et de football. |
| Comprendre les différences entre les filles et les contextes européens. Différents défis et opportunités se présenteront lorsque vous travaillez dans différents endroits, avec différentes personnes. |

Cet examen a été réalisé au nom de l'UEFA par la Carnegie School of Sport de l'Université Leeds Beckett (Royaume-Uni).

Coordinateurs de projet : Dr Sergio Lara-Bercial et Dr Annette Stride

Auteurs : Dr Annette Stride, Ruth Brazier, Dr Hayley Fitzgerald, Dr Sergio Lara-Bercial, Matthew Staples et Sabrina Piggott

©UEFA

Septembre 2019