ALERTE COVID

IMPACT DE LA PANDÉMIE SUR LES FILLES DANS LE SPORT

JUILLET 2021

FEMMES ET SPORT AU CANADA

E·Alliance
Centre de recherche pour l'équité des genres+ en sport | Research hub for gender+ equity in sport

Bon départ Jumpstart

Financé par le gouvernement du Canada | Canada

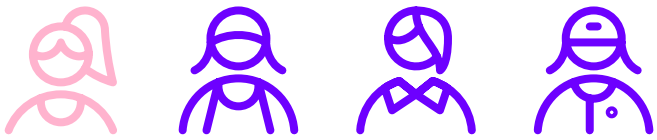
UN BESOIN URGENT D'ATTENTION ET D'ACTION

La COVID-19 a eu un impact profond sur la société, un impact que nous ressentirons dans les années à venir. Bien que la COVID ait modifié la vie de tout le monde d'une manière ou d'une autre, les recherches montrent que les femmes et les filles ont été touchées de manière disproportionnée par les pertes d'emploi, le fardeau des soins familiaux et la violence à la maison[1].

Dans le sport, la COVID-19 a entraîné d'énormes pertes de revenus et des coupes importantes dans la programmation[2]. Chaque personne impliquée dans le sport, des dirigeants aux athlètes en passant par les entraîneurs, quel que soit le niveau, a ressenti ces changements. Mais, encore une fois, les impacts de ces changements ne seront probablement pas ressentis de la même manière par tous.

Pour cette raison, ce rapport est entièrement consacré aux filles.

Si l'on examine les statistiques relatives à la participation sportive avant l'épidémie de COVID-19, on constate que les filles sont moins nombreuses que les garçons à pratiquer un sport et qu'elles se heurtent à des obstacles particuliers[3]. De plus, une pandémie qui a eu un impact négatif sur la participation au sport pour plus de 90 % des filles, en raison de la fermeture des installations, de la mise à l'écart de l'entraînement en personne et de l'affaiblissement des liens sociaux, a renforcé les principaux obstacles et érodé les avantages liés à la participation au sport tels qu'ils ont été évoqués par les filles avant la pandémie.



LA RÉALITÉ EST LA SUIVANTE : UNE FILLE SUR QUATRE N'EST PAS DÉCIDÉE À REPRENDRE LE SPORT.

Si nous n'agissons pas maintenant pour contrer cette tendance, nous risquons d'assister à une nouvelle normalité où plus de 350 000 filles resteront à l'écart dans le monde postérieur à la COVID-19. Imaginez que toutes les filles âgées de 6 à 18 ans quittent le terrain, le court ou le centre d'entraînement de Victoria, Calgary, Regina, Winnipeg, Ottawa, Québec et Halifax réunis. Il ne s'agit pas seulement d'être physiquement active. Si ces filles ne reviennent pas, plus de 350 000 d'entre elles ne profiteront pas des bienfaits potentiels pour la santé mentale et physique, des possibilités de contacts sociaux et du développement du leadership que le sport peut leur apporter dans leur future carrière et dans leur communauté.

Le succès du sport au Canada dépendra de l'engagement et de la contribution des filles; il est donc temps de repenser la façon dont nous pouvons reconstruire le sport pour et avec elles. Alors que nous nous préparons à un retour du sport, nous avons l'occasion de faire évoluer la pensée des filles pour que celles-ci s'engagent à revenir. Nous devons prêter attention à ce que veulent les filles. Nous devons concevoir des programmes en considérant leurs besoins comme étant les plus importants. Il est temps d'agir.

REMERCIEMENTS

Ce projet a été rendu possible en partie grâce au gouvernement du Canada. En plus de contribuer au financement de ce rapport, le gouvernement du Canada a annoncé dans le budget 2018 un objectif visant à atteindre l'équité entre les genres dans le sport à tous les niveaux d'ici 2035. Nous apprécions l'engagement financier du gouvernement du Canada pour atteindre cet objectif énoncé.

Nous sommes également particulièrement reconnaissants du soutien financier de la Fondation Bon départ de Canadian Tire pour la production de ce rapport. Bon départ s'engage à faire en sorte que les enfants dans le besoin aient un accès égal aux sports et à l'activité physique – une chance égale de donner le meilleur d'eux-mêmes. Nous sommes fiers de poursuivre notre partenariat avec Bon départ afin d'attirer l'attention sur l'égalité des genres dans le sport et de prendre des mesures pour l'améliorer.

Ann Pegoraro, Ph. D., (Université de Guelph) et Heather Kennedy, Ph. D., (Université de Guelph) ont dirigé la conception, la collecte et l'analyse des données, et nous leur sommes reconnaissants d'avoir interprété les informations que nous ont fournies les femmes et les filles de tout le pays.

MÉTHODOLOGIE

Plus de 5 000 familles canadiennes ont été contactées et invitées par la firme de sondage Léger au nom de Femmes et sport au Canada et de l'E-Alliance afin d'explorer l'impact de la COVID-19 sur la participation aux sports et aux loisirs des enfants et des adultes. La collecte des données a eu lieu de la fin mars 2021 au début mai 2021. Ce rapport se concentre sur les tendances actuelles chez les filles (âgées de 6 à 18 ans) qui ont participé à un sport organisé au moins une fois par semaine avant la pandémie de COVID-19.

La participation sportive est définie comme la participation à un sport organisé, collectif ou individuel, au moins une fois par semaine; cette définition est conforme au rapport précédent (c'est-à-dire *Le signal de ralliement*, publié par Femmes et sport au Canada en 2020).

Le rapport sur les filles âgées de 6 à 12 ans est basé sur les réponses des parents. Dans l'échantillon complet des filles de 6 à 12 ans, 63,9 % ont participé à un sport organisé au moins une fois par semaine. Ainsi, ce rapport s'appuie sur 461 filles âgées de 6 à 12 ans qui pratiquaient un sport organisé au moins une fois par semaine avant la pandémie de COVID-19. Les filles âgées de 13 à 18 ans ont répondu elles-mêmes. Dans l'échantillon complet des filles âgées de 13 à 18 ans qui ont répondu elles-mêmes, 58 % ont pratiqué un sport organisé au moins une fois par semaine. Ainsi, ce rapport s'appuie sur la participation de 186 filles âgées de 13 à 18 ans qui pratiquaient un sport organisé au moins une fois par semaine avant la pandémie de COVID-19.

Toute référence aux filles et aux femmes dans ce rapport doit être lue comme le genre tel qu'identifié par les parents ou par elles-mêmes, et non comme le sexe biologique assigné. En raison de l'accent unilatéral mis sur les filles dans ce rapport, les perspectives des autres identités de genre ne sont pas représentées.

En plus des données recueillies dans le cadre du sondage susmentionné, ce rapport présente également des statistiques tirées du rapport *Le signal de ralliement* (juin 2020) publié par Femmes et sport au Canada en partenariat avec Bon départ et de *Jumpstart – State of Sport Report* (mars 2021) (en anglais seulement). Des rapports publics et des publications de recherche ont été utilisés pour fournir un contexte et un éclairage supplémentaires aux résultats.

NÉCESSITÉ DE POURSUIVRE LES RECHERCHES SUR L'APPROCHE EN MATIÈRE D'INTERSECTIONNALITÉ DANS LE SPORT

Ce rapport se concentre sur les filles qui faisaient du sport au moins une fois par semaine avant le début de la pandémie de COVID-19. Ces filles ont déjà surmonté de nombreux obstacles pour être en mesure de participer à ce niveau.

Conformément aux recherches antérieures et aux rapports de l'industrie, nous avons constaté que les filles qui faisaient du sport au moins une fois par semaine étaient plus susceptibles d'être caucasiennes, d'avoir un revenu familial moyen plus élevé et de résider en banlieue que les filles qui faisaient du sport moins d'une fois par semaine.

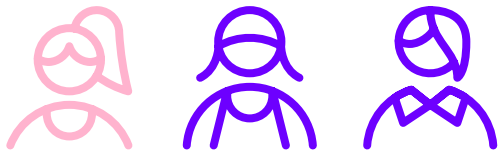
Nous reconnaissons malheureusement que, malgré le fait que nous ayons cherché à obtenir un échantillonnage national, nous ne rendons pas compte séparément ou explicitement des expériences des filles qui font face à des obstacles supplémentaires à la participation sportive en raison d'un handicap apparent ou non, de la race et de l'origine ethnique, de la position socioéconomique, du genre et de l'identité sexuelle et autres. Au moment de la collecte des données, la plupart des sports étant interrompus, nous avons constaté que l'impact de la COVID-19 sur le sport transcendait bon nombre de ces obstacles.

Il est nécessaire d'investir davantage dans la recherche à mesure que le sport revient pour comprendre de façon spécifique et exclusive la variété des expériences vécues par les filles dans le sport.

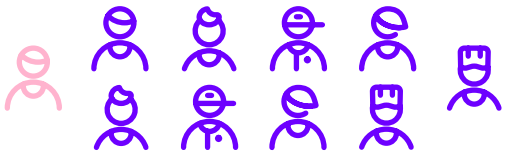
COMMENT CELA A-T-IL A COMMENCÉ ET COMMENT CELA SE PASSE-T-IL?

COMMENT CELA A-T-IL COMMENCÉ

Malgré l'attention accrue portée par les organisations sportives à l'équité entre les genres et à l'inclusion au cours des dernières années, les filles continuent de participer au sport à des taux inférieurs à ceux des garçons. Les années d'adolescence sont particulièrement importantes, car *Le signal de ralliement*, produit en 2020 avec le soutien d'IMI International et de la Fondation Bon départ de Canadian Tire, a révélé qu'une fille sur trois abandonne le sport avant l'âge de 16 ans, contre seulement un garçon sur dix[3].

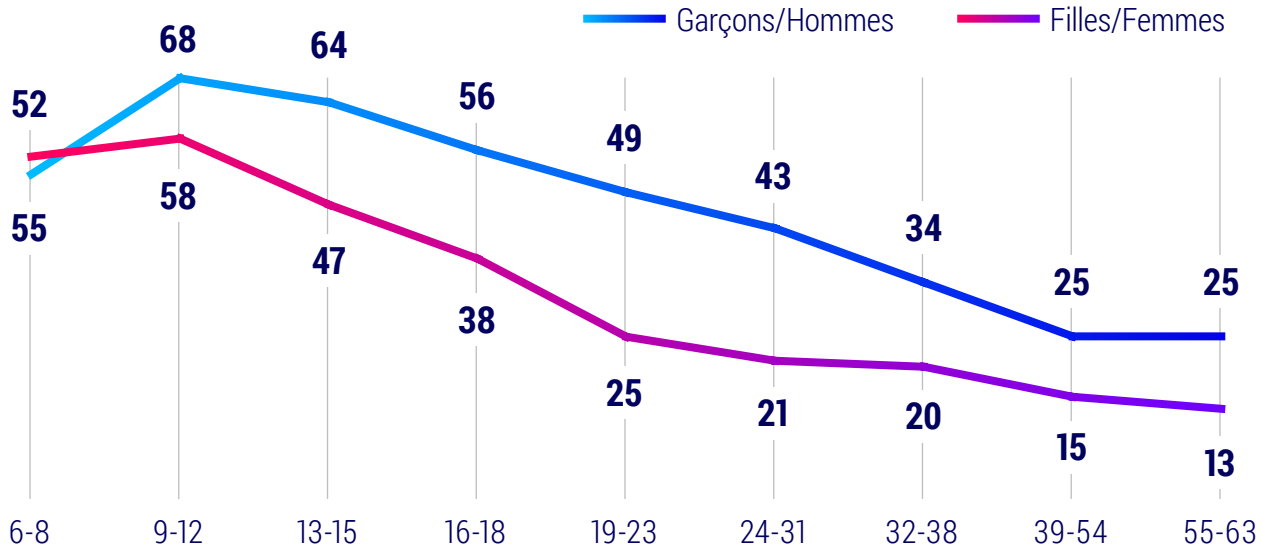


UNE FILLE SUR TROIS ABANDONNE LE SPORT AVANT L'ÂGE DE 16 ANS



UN GARÇON SUR DIX ABANDONNE LE SPORT AVANT L'ÂGE DE 16 ANS

Pourcentage de personnes mentionnant pratiquer un sport sur une base hebdomadaire, juin 2020



Remarque : la participation à un sport est définie comme la participation à un sport organisé, collectif ou individuel, au moins une fois par semaine; cette définition est conforme aux rapports précédents. À l'avenir, la référence aux filles correspond aux filles qui pratiquaient un sport organisé au moins une fois par semaine avant la pandémie de COVID-19.

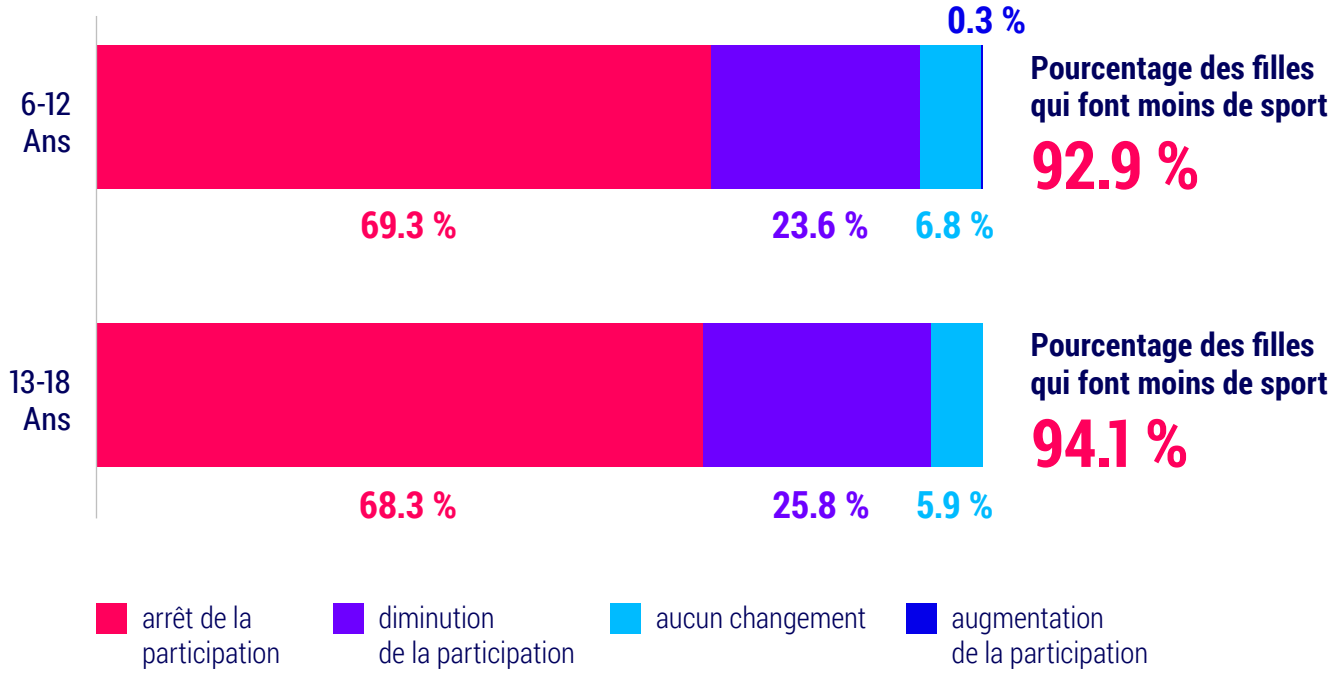
COMMENT CELA SE PASSE-T-IL

Au moment de la collecte des données, la plupart des sports étaient interrompus à travers le Canada en raison de la pandémie de COVID-19 et des directives de santé publique régionales, provinciales et fédérales correspondantes, de sorte que la majorité des enfants et des adultes ont indiqué avoir connu une diminution ou un arrêt complet de leur participation. Par conséquent, nous n'avons constaté aucune différence significative entre les genres en ce qui concerne l'impact de la COVID-19 sur la participation sportive.

Étant donné que les filles sont confrontées à des obstacles plus importants et reçoivent moins de soutien pour faire du sport au cours d'une année normale3, il est particulièrement important d'examiner comment elles ont été touchées par la pandémie de même que leurs attitudes à l'égard de la reprise du sport lorsque celui-ci reprendra.

LA MAJORITÉ DES ENFANTS ET DES ADULTES ONT INDIQUÉ AVOIR CONNU UNE DIMINUTION OU UN ARRÊT COMPLET DE LEUR PARTICIPATION.

Impact de la COVID-19 sur la pratique sportive par groupe d'âge chez les filles qui pratiquaient un sport organisé au moins une fois par semaine avant la pandémie de COVID-19.



LA COVID-19 PEUT METTRE FIN DE FAÇON DÉFINITIVE À LA PRATIQUE DU SPORT POUR CERTAINES FILLES

UNE FILLE SUR QUATRE

dont la participation a été affectée par la COVID-19 ne s'est pas engagée à reprendre son niveau de participation sportive prépandémique après la COVID-19.

« Je commence à me désintéresser du sport ».

- Fille de 15 ans

Si ces filles ne reviennent pas, cela signifie que

PLUS DE 350 000 FILLES NE REPRENDRONT PAS LE SPORT.

C'est l'équivalent de chaque fille âgée de 6 à 18 ans dans la province de l'Alberta qui choisit de ne pas faire de sport.

CHAQUE FILLE COMPTE

Étant donné que les filles indiquent de façon générale que le lien social et le comportement exemplaire sont des facteurs importants de la participation3, plus le nombre de filles qui abandonnent le sport augmente, moins les filles restantes ont des amies avec qui jouer et d'occasions de compétition. Cela diminue la qualité des expériences des autres filles et augmente la probabilité qu'elles partent aussi.

« Je ne suis pas sûre de reprendre le badminton puisque je n'ai pas joué depuis très longtemps ».

- Fille de 16 ans

« Cela aura des effets tout au long de la vie. Sur les capacités d'adaptation, sur le fait d'être humain. »

- Parent d'une fille de 7 ans

LES ENJEUX : POUR LES FILLES

Si les filles ne reprennent pas le sport, elles ne profiteront pas des bienfaits du sport, notamment[4, 5,6]:

- Une meilleure santé physique et un plus grand bien-être.
- Des niveaux de confiance plus élevés.
- Une diminution de l'anxiété.
- Des compétences en matière de leadership.
- Des occasions de formation et de carrière.
- Des relations sociales.

LES ENJEUX : POUR LES COMMUNAUTÉS

Si les filles ne reprennent pas le sport, il est peu probable qu'elles y reviennent à l'âge adulte[7].

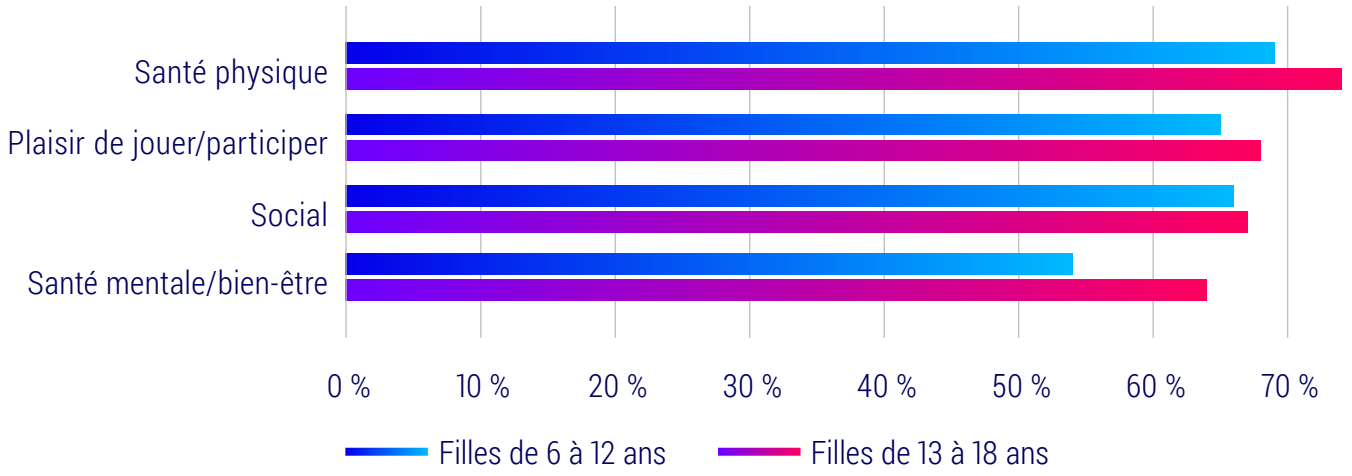
L'impact à long terme de ce déclin potentiel de la participation a des conséquences importantes pour les communautés[8, 3, 9, 10]:

- Augmentation des coûts de santé pour la société – mentale et physique.
- Diminution de la participation sportive future des enfants dont les mères et les gardiennes n'ont pas fait de sport.
- Maintien d'un faible nombre de femmes dans les fonctions d'entraîneure et d'arbitre.
- Perte des talents et des contributions des femmes dans la prise de décision, ce qui entraîne une réduction de la créativité et de la capacité à répondre aux besoins de divers groupes.

POUR TROUVER DES SOLUTIONS, NOUS DEVONS COMPRENDRE COMMENT L'INTERRUPTION CAUSÉE PAR LA COVID-19 AFFECTE LES FILLES ET COMMENT CELA EST LIÉ AUX OBSTACLES DÉJÀ ÉTABLIS. CELA NOUS PERMETTRA DE TROUVER DES SOLUTIONS APPROPRIÉES.

COMMENT L'INTERRUPTION DU SPORT A-T-ELLE AFFECTÉ LES FILLES?

Avant la COVID-19, les filles nous ont dit que les principaux avantages de la pratique sportive étaient les suivants:[3]



Lorsqu'on les a interrogées sur l'impact qu'a eu sur elles le changement de la pratique sportive pendant la pandémie de COVID-19, les principaux impacts négatifs signalés par les filles correspondaient aux principaux bénéfices signalés par les filles l'année précédente. Les filles ne profitent pas des principaux avantages que procure le sport!

Principaux domaines mentionnés concernant les adolescentes de 13 à 18 ans

1. Santé mentale et physique
2. Absence d'amies
3. Être coincée à la maison

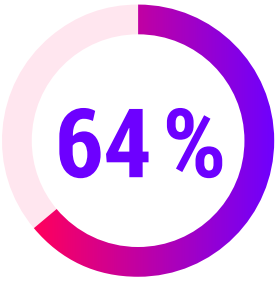
Principaux domaines mentionnés concernant les filles de 6 à 12 ans (selon les parents)

1. Absence d'amies
2. Santé mentale et physique
3. Impact de ne pas aller à l'école et de ne pouvoir y exercer des activités

« Je ne veux pas participer en ce moment ».

- Une adolescente de 17 ans

LA SANTÉ MENTALE



des parents disent que leurs enfants ont du mal à réduire leur stress et à contrôler leur anxiété.[2]

« La plupart des filles de mon équipe de basketball sont vraiment déprimées. Certaines ont raté des cours à l'école. Beaucoup ont des troubles de l'alimentation. »

- Adolescente de 17 ans

LE SPORT EST UN PUISSANT VECTEUR DE SANTÉ MENTALE

par la réduction de l'anxiété et de la dépression, l'amélioration de l'estime de soi et des fonctions cognitives.

Sans sport organisé,

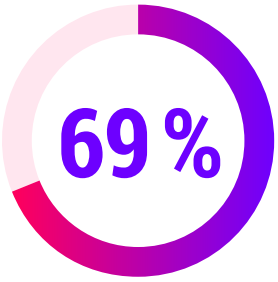
LES FILLES NE PROFITENT PAS DES BIENFAITS DU SPORT POUR LA SANTÉ MENTALE.

Si les filles ne reprennent pas le sport, elles risquent de perdre un mécanisme de résilience pour faire face à une société qui évolue rapidement autour d'elles. Cela peut avoir un impact sur leur niveau d'anxiété, leur capacité à établir des liens sociaux et leur estime de soi.

« Sa santé mentale a été affectée de façon considérable, son humeur a changé et son niveau d'activités récréatives a chuté. »

- Parent d'une fille âgée de 12 ans

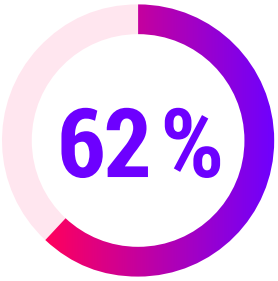
LA SANTÉ PHYSIQUE



des parents disent que leurs enfants montrent des signes de moins bonne forme physique.[2]

« Ma fille a pris un peu de poids et a perdu de l'endurance et de l'adresse. »

- Parent d'une fille de 10 ans



Malheureusement, selon les filles et leurs parents, 62 % des organisations sportives n'ont pas proposé d'activités alternatives pour les filles qui participaient à leurs programmes au moins une fois par semaine avant la COVID-19.

LE SPORT PRÉSENTE DES AVANTAGES PHYSIQUES

physiques évidents pour le corps comme l'amélioration de la fonction cardiaque et du cardio et la réduction des facteurs de risque de maladies.[11]

Il existe d'autres moyens de promouvoir la santé physique, mais le sport est souvent un excellent choix peu coûteux avec des

AVANTAGES SUPPLÉMENTAIRES TELS QUE LE DÉVELOPPEMENT DU LEADERSHIP ET LE TRAVAIL EN ÉQUIPE

SI LES FILLES NE REPRENNENT PAS RAPIDEMENT LE SPORT, CELA POURRAIT AVOIR DES RÉPERCUSSIONS SUR LEUR SANTÉ PHYSIQUE, AVEC DES EFFETS EN CASCADE SUR D'AUTRES PLANS.

La santé physique est liée à la santé émotionnelle, les filles ayant déclaré, dans *Le signal de ralliement* (2020) réalisé avant la pandémie, que la confiance et l'image corporelle sont les deux principaux obstacles à la pratique d'un sport. Si elles n'ont pas accès aux bienfaits du sport sur la santé physique, elles risquent de voir la perception qu'elles ont de leurs habiletés et de leur image corporelle diminuer, ce qui aggrave les obstacles existants.

« Ma fille a pris un peu de poids et a perdu de l'endurance et de l'adresse. »

- Parent d'une fille de 10 ans

AMITIÉS/LIENS SOCIAUX

LE LIEN SOCIAL EST L'UN DES PRINCIPAUX AVANTAGES DU SPORT RAPPORTÉ PAR LES FILLES,

ce qui conduit souvent à une augmentation de l'effort et à une amélioration des performances dans le sport[12]

« Ma fille s'épanouit dans l'interaction sociale. Lorsqu'elle pratique une activité physique, il est important qu'elle soit physiquement présente avec ses amies. »

- Parent d'une fille de 11 ans

LES PARENTS ONT DÉCLARÉ QUE LE PRINCIPAL IMPACT NÉGATIF DE L'ARRÊT DU SPORT SUR LEURS FILLES EST QUE LEURS AMIES LEUR MANQUENT.

C'est également le deuxième domaine en importance parmi les effets qui ont été identifiés par les adolescentes.

Si les filles ne reviennent pas au sport, le fait d'avoir moins d'amies dans le sport pourrait devenir un obstacle futur à la participation.

SI MOINS D'AMIES PARTICIPENT, CELA PEUT INCITER D'AUTRES FILLES À PARTIR, CRÉANT AINSI UN EFFET BOULE DE NEIGE.

« Mes sports et mes amies me manquent. »

- Adolescente de 17 ans

COMMENT LA COVID-19 A-T-ELLE EU UN IMPACT SUR LES OBSTACLES DÉJÀ EXISTANTS À L'ÉGARD DU SPORT?

Avant l'arrivée de la COVID-19, les filles faisaient état d'obstacles plus importants et uniques à la pratique du sport. Selon Le signal de ralliement, les cinq principaux obstacles à la participation des filles au sport sont :

1. L'ACCÈS AUX INSTALLATIONS ET AUX PROGRAMMES
2. LA QUALITÉ DES PROGRAMMES
3. DES SOLUTIONS DE RECHANGE
4. LE COÛT DE LA PARTICIPATION
5. LA CONFIANCE[3]

Examinons l'impact de la COVID-19 sur l'ensemble et voyons les mesures que nous pouvons prendre pour nous assurer de ne pas aggraver chacun de ces obstacles lors du retour au sport après la pandémie.

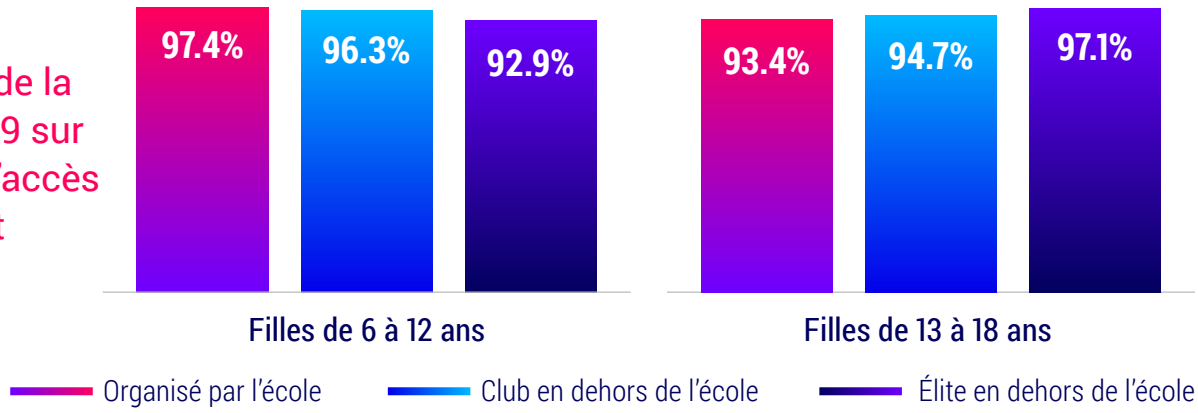
1 OBSTACLE : L'ACCÈS

93 % des enfants et des adolescentes qui utilisaient des installations sportives ou récréatives dans des écoles ou des clubs ont vu leur accès altéré par la COVID-19

Si les conditions actuelles ne changent pas, **PRÈS D'UNE ORGANISATION SUR CINQ (18 %) PENSE DEVOIR FERMER DÉFINITIVEMENT SES PORTES AU COURS DES SIX PROCHAINS MOIS.**[2]

L'accès est déjà un problème majeur et il s'aggrave en raison des restrictions liées à la pandémie causées par la COVID-19.

Impact de la COVID 19 sur le lieu d'accès au sport



Conséquences

Étant donné le rôle du sport scolaire en tant que « porte d'entrée » au sport et en tant qu'espace sportif plus équitable, cette perte pourrait être une tendance à surveiller dans les années à venir.

LES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES RISQUENT DE NE PAS ÊTRE FINANCIÈREMENT EN MESURE DE REVENIR APRÈS LA COVID-19, ET L'ACCÈS AU SPORT POURRAIT ÊTRE DAVANTAGE REMIS EN QUESTION S'ILS NE REPRENNENT PAS LEURS ACTIVITÉS.

Par ailleurs, avant la COVID-19, certaines installations avaient des problèmes de distribution équitable des ressources. Un retour au sport avec moins d'installations et/ou moins de programmes sportifs peut signifier que les filles seront perdantes de manière disproportionnée étant donné les inégalités historiques.

« Les entraînements et les matchs de l'équipe de basketball ont été annulés. Les gymnases sont toujours fermés. Impossible de demander des bourses d'études liées au basketball. J'ai perdu des chances d'obtenir des bourses d'études et des occasions postsecondaires ».

- Adolescente de 17 ans

Actions visant à soutenir le retour des filles dans le sport :

1. Une attention particulière et la priorité devront être accordées à la reprise du sport scolaire en toute sécurité, et pas seulement en ce qui concerne le sport communautaire.
2. Avoir une perspective d'équité entre les genres dans les décisions d'investissement et de politique en ce qui concerne les ressources affectées aux installations ainsi que la programmation pour éviter de répéter les déséquilibres historiques.

2 OBSTACLE : LA QUALITÉ

Reconnaissant le défi que les organisations ont eu à fournir des programmes sportifs de qualité pendant la COVID-19,

1 FILLE SUR 3 QUI ONT EU ACCÈS À DES PROGRAMMES SPORTIFS PENDANT LA PANDÉMIE NOUS A MENTIONNÉ QUE LA QUALITÉ S'ÉTAIT DÉTÉRIORÉE.

Conséquence :

Avec un nombre réduit d'occasions de participation résultant de la COVID-19 en raison de restrictions potentielles liées au contrôle de la pandémie, d'un accès difficile aux espaces et d'un nombre réduit d'athlètes susceptibles de revenir, **LA QUALITÉ DE LA PARTICIPATION POUR LES FILLES POURRAIT SE DÉTÉRIORER SI LES ENTRAÎNEURS ET LES CLUBS NE PRÊTENT PAS ATTENTION À LEURS BESOINS SPÉCIFIQUES.**

Actions visant à soutenir le retour des filles dans le sport :

1. Faire participer les filles et les femmes à la conception, à la mise en œuvre et à l'évaluation des programmes et des occasions de sport, afin de tenir compte de leurs motivations et d'améliorer l'efficacité des initiatives.
2. Créer un environnement qui favorise l'établissement de liens sociaux sains entre les participantes et les responsables afin d'encourager l'appartenance. Définir des attentes claires quant à la façon dont les membres du groupe se traitent les unes les autres et se considèrent mutuellement responsables.
3. Rechercher une formation permettant d'anticiper les besoins et les intérêts des filles.

« Le hockey et le soccer ont été annulés depuis l'année dernière. Ils ont proposé des séances sur Zoom mais elles sont ennuyeuses et sans intérêt pour l'exercice. Je n'ai pas besoin d'être sur un autre écran ou appareil pour faire de l'exercice. »

- Adolescente de 17 ans

3 OBSTACLE : SOLUTIONS DE RECHANGE

Le temps consacré aux loisirs et l'utilisation des médias sociaux ont été indiqués comme étant beaucoup plus élevés qu'avant l'épidémie de COVID-19 chez les jeunes Canadiennes.[13]

Certains organismes de sport offrent des solutions de rechange en ligne dans le domaine du sport comme des cours en ligne. **TOUTEFOIS, COMPTE TENU DU NOMBRE LIMITÉ DE PROGRAMMES OFFERTS PAR LES ORGANISMES DE SPORT, LES FILLES NE PEUVENT PAS MAINTENIR DES LIENS AVEC LEURS RESPONSABLES DU SPORT ET LEURS CAMARADES.**

« La participation aux sports m'a manqué et j'ai passé plus de temps sur mon ordinateur ».

- Adolescente de 16 ans

Conséquence :

LES FILLES TROUVENT D'AUTRES ENDROITS POUR BÉNÉFICIER DES AVANTAGES SOCIAUX DU SPORT dans un monde affecté par la COVID-19, ce qui peut réduire leur motivation à retourner au sport.

Actions pour favoriser le retour des filles au sport :

1. Donner la priorité au lien social dans la pratique du sport afin que le sport soit une alternative solide au temps passé devant un écran pour rencontrer des amies.
2. Tirer parti des nouvelles habitudes créées par une utilisation accrue du temps passé devant l'écran en explorant la ludification en matière de formation et de lien social.
3. Encourager et faire participer les filles à une variété de sports, en leur offrant le choix et l'autonomie dans ce qu'elles veulent jouer, afin de favoriser le développement des habiletés fondamentales du mouvement et la résilience dans la participation au fil du temps.

« Les entraîneurs ont fait de leur mieux, mais rien ne remplace le fait de jouer! »

- Adolescente de 16 ans

4 OBSTACLE : LES COÛTS

Des recherches antérieures montrent que **LE REVENU DES MÉNAGES JOUE UN RÔLE DANS LA PRATIQUE DU SPORT.**[3]

La COVID-19 a resserré le budget des ménages **UN MÉNAGE SUR CINQ AYANT RÉPONDU À L'ENQUÊTE A SUBI UN IMPACT FINANCIER NÉGATIF EN RAISON DE LA COVID-19.**

Conséquences :

LA CAPACITÉ À PAYER POUR LE SPORT A DIMINUÉ.

LA POSSIBILITÉ D'ACCÉDER À UN SPORT GRATUITEMENT A DIMINUÉ

La mauvaise situation financière de nombreuses organisations sportives peut signifier qu'elles ne sont pas en mesure d'offrir autant de choix de programmes aux personnes ayant des contraintes financières.

Actions pour favoriser le retour

1. Investir ou réinvestir dans des programmes qui offrent un accès basé sur les besoins financiers.
2. Diriger les fonds vers les sports de base, et pas seulement vers les sports de haute performance.
3. Revoir ce qui est nécessaire à la programmation (c'est-à-dire l'équipement, les uniformes, les tenues d'équipe) pour éviter de transférer des coûts qui ne sont pas nécessaires à la participation.

« Elle manque son entraînement de basketball et, en raison de la façon dont mon emploi a été affecté, elle ne pourra pas recommencer à cause de problèmes financiers. »

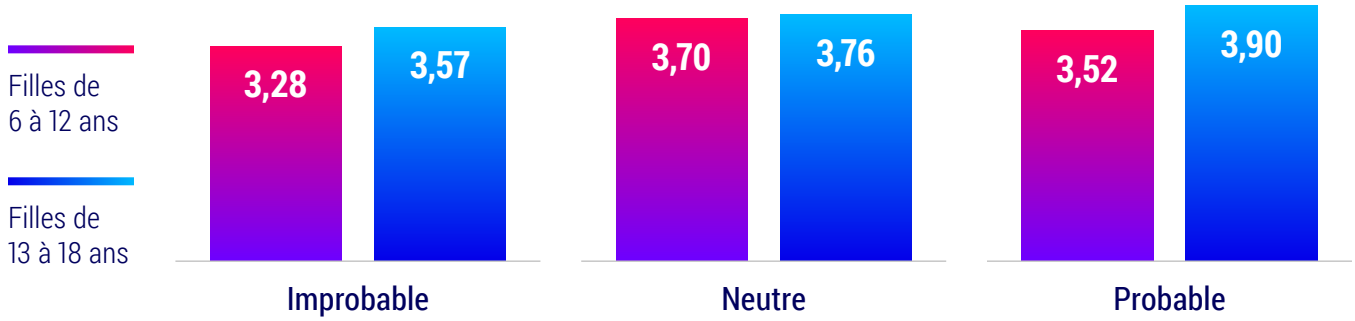
- Parent d'une fille de 11 ans

5 OBSTACLE : CONFIANCE/HABILETÉS

L'image que les athlètes ont d'elles-mêmes permet d'évaluer dans quelle mesure les filles s'identifient au rôle d'athlète. Cette image a été déterminée en demandant aux répondantes leur niveau d'accord avec une série d'énoncés tels que « Je me considère comme une athlète » sur une échelle de 1 (fortement en désaccord) à 7 (fortement en accord).[14]

LES FILLES QUI ONT DAVANTAGE INDIQUÉ S'IDENTIFIER À UNE ATHLÈTE SONT PLUS SUSCEPTIBLES DE S'ENGAGER À REPRENDRE LE SPORT QUE CELLES QUI ONT INDIQUÉ S'IDENTIFIER À UNE ATHLÈTE DANS UNE MOINDRE MESURE.

Identification des filles en tant qu'athlète dont la pratique sportive a été affectée et probabilité de retrouver les niveaux de participation antérieurs à la pandémie.



Conséquences

Une année sans activité sportive signifie que **LES FILLES PEUVENT HÉSITER À REVENIR SI ELLES ONT L'IMPRESSION D'AVOIR OUBLIÉ DES HABILETÉS ET PERDU LEUR FORME PHYSIQUE.** Étant donné que la confiance et les habiletés sont des conditions préalables importantes à la pratique d'un sport au fil du temps, une perte de ces dernières peut amener les filles à choisir de se retirer au lieu d'essayer de surmonter ce qui leur semble être une perte.

Les filles peuvent également se sentir plus **CONSCIENTES DE LEUR APPARENCE EN RAISON DES CHANGEMENTS SURVENUS DANS LEUR SANTÉ ET LEUR CONDITION PHYSIQUE** un autre obstacle important rapporté par les filles avant la COVID-19.[3]

Actions pour favoriser le retour des filles au sport :

1. Favoriser de manière intentionnelle le lien social pour rétablir la confiance et réduire le sentiment de vulnérabilité des filles lorsqu'elles se produisent devant d'autres personnes.
2. Mettre l'accent sur l'effort et non sur la perfection.
3. Offrir un renforcement positif spécifique avec des commentaires constructifs présentés de façon individuelle afin de favoriser le développement des habiletés et la confiance des filles. Éviter les comparaisons avec les autres participantes.
4. Élaborer des politiques de tolérance zéro en ce qui concerne des remarques sur le poids et le corps afin de favoriser un environnement positif pour toutes les participantes. Orienter les commentaires sur ce que les participantes peuvent faire, et non sur leur apparence.
5. Donner aux filles plus de liberté dans le choix de leur tenue vestimentaire pour l'entraînement, en incluant des uniformes d'équipe dans un large éventail de tailles.
6. Ne pas tirer des conclusions sur les habiletés. De nombreuses filles ayant indiqué avoir perdu leurs habiletés et leur forme physique, placer alors le développement continu des habiletés au centre de tous les programmes, en donnant la priorité aux habiletés fondamentales du mouvement puis aux habiletés spécifiques au sport afin de développer et de maintenir le sentiment de compétence et de confiance des filles. Réfléchir à la manière de renforcer la confiance dans les habiletés grâce à un plan de « pré-retour ».

« J'ai l'impression de ne pas aimer mon corps tel qu'il est maintenant. »

- Adolescente de 16 ans

LES PARENTS ONT UN RÔLE À JOUER

IL N'Y A PAS QUE LES ENFANTS QUI NE S'ENGAGENT PAS À REVENIR.

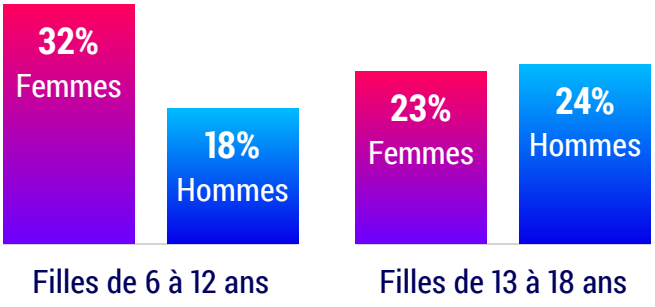
UN PARENT SUR QUATRE

ayant pratiqué un sport organisé au moins une fois par semaine et dont le niveau de pratique sportive a été affecté par la COVID-19

NE S'ENGAGE PAS À REVENIR À SON NIVEAU DE PRATIQUE SPORTIVE D'AVANT LA COVID-19.

Le tableau ci-dessous présente une ventilation du pourcentage de parents qui ne sont pas engagés à reprendre leur niveau de participation prépandémique selon le genre des parents et l'âge des enfants. Les réponses sont celles des parents qui participaient à un sport organisé au moins une fois par semaine avant la pandémie et dont la participation a été affectée négativement par la pandémie.

Pourcentage de parents qui ne s'engagent pas à reprendre les niveaux de participation d'avant la COVID-19 auprès des filles âgées de



Des recherches antérieures ont montré l'impact de l'activité d'un parent ou d'un tuteur sur la pratique sportive des enfants.

LES ENFANTS ONT 1,5 FOIS PLUS DE CHANCES DE FAIRE DU SPORT SI LEUR PARENT OU TUTEUR EST UNE FEMME ET 1,8 FOIS PLUS DE CHANCES SI LEUR PARENT OU TUTEUR EST UN HOMME.[15]

Actions pour favoriser le retour :

1. Que les adultes soient actifs!
2. Des programmes qui permettent aux adultes de participer pendant que leur enfant participe aussi.
3. Les programmes et les activités axés sur la famille constituent une option importante.

CONCLUSION

Une fille sur quatre n'est pas décidée à reprendre ses activités sportives.

Mais il y a de l'espoir. Même si les filles auxquelles nous avons parlé ne se soient pas engagées à reprendre le sport, la pratique du sport n'a pas encore été complètement rétablie, le Canada devant encore faire face au contrôle de la pandémie. Nous devons agir maintenant pour faire en sorte que l'expression « ne pas s'engager à revenir » ne se traduise pas par « ne pas revenir » au sport. Nous avons le temps de consulter les filles dont la santé physique et mentale a été affectée par la COVID-19 et de construire un nouveau système sportif qui s'attaque aux obstacles que les filles nous disent rencontrer en matière d'accès, de qualité, de coût et de confiance dans la participation au sport.

Bien que nous nous trouvions à un moment difficile et décisif, il s'agit également d'un moment de grande opportunité pour le sport. Le moment est venu d'être courageuses et de remettre en question le statu quo. En faisant de l'inclusion des filles et des femmes une priorité, le sport sera en mesure de revenir plus fort pour toutes.

© 2021, Publié par Femmes et sport au Canada et E-Alliance

Tous droits réservés. Reproduction autorisée à des fi ns éducatives. Aucune partie de cet ouvrage ne peut être reproduite ou diffusée sous quelque forme que ce soit à des fi ns commerciales sans autorisation préalable de la part des auteurs ou de Femmes et sport au Canada.

Comment présenter ce rapport : Femmes et sport au Canada et E-Alliance, Alerte COVID (2021).

À Propos de Femmes et Sport au Canada

Femmes et sport au Canada vise à créer un système canadien de sport et d'activité physique plus équitable et plus juste, en donnant aux femmes et aux fi lles les moyens de s'épanouir dans et par le sport, tant à titre de participantes actives que de leaders. Afi n de promouvoir des changements systémiques, nous travaillons de concert avec les organismes de sport, les gouvernements et différents chefs de fi le pour remettre en question le statu quo, améliorer le monde du sport et parvenir à l'équité entre les sexes.

Pour plus de renseignements, visitez www.womenandsport.ca.

À propos d'E-Alliance

E-Alliance est un centre de partage du savoir qui réunit des universitaires et des organisations partenaires de partout au Canada qui se consacrent à l'équité entre les genres+ dans le sport. E-Alliance est dirigé par trois codirectrices : Professeure Gretchen Kerr (Université de Toronto), Professeure Guylaine Demers (Université Laval) et Professeure Ann Pegoraro (Université de Guelph).

Pour plus d'informations, visitez le site www.ealliance.ca.

À propos de la Fondation Bon départ de Canadian Tire

La Fondation Bon départ de Canadian Tire est un organisme de bienfaisance national qui veille à ce que les enfants dans le besoin aient un accès égal aux sports et aux loisirs. Grâce à un vaste réseau national de plus de 1 000 bénéficiaires et 289 sections locales, Bon départ aide les familles admissibles à couvrir les frais d'inscription, de transport et d'équipement, et fournit des fonds à des organismes sélectionnés pour l'infrastructure et les programmes de loisir. Soutenu par le groupe d'entreprises Canadian Tire, le programme Bon départ a permis à plus de deux millions d'enfants canadiens d'entrer dans le jeu depuis 2005.

Pour plus d'information, visitez le site www.fondationbondepart.ca.

Suivez Bon départ sur Twitter, Facebook et Instagram pour savoir comment cet organisme de bienfaisance donne une chance aux enfants de partout au Canada de pratiquer un sport.

RÉFÉRENCES

1 Statistique Canada, Journée internationale des femmes de 2021, mars 2021, https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/89-28-0001/2018001/article/00020-fra.htm.

2 Fondation Bon départ de Canadian Tire, Jumpstart State of Sport Report (*en anglais seulement*), mars 2021, https://cdn .shopify.com/s/files/1/0122/8124/9892/files/Jumpstart_State_of_Sport_Report_March_2021.pdf?v=1616793836.

3 Femmes et sport au Canada, Le signal de ralliement, juin 2020, https://womenandsport.ca/wp-content/uploads/2020/06/Femmes-et-sport-au-Canada_Le-signal-de-ralliement-1.pdf.

4 Women's Sport Foundation, Benefits – Why Sports Participation for Girls and Women, https://www.womenssportsfoundation.org/advocacy/benefits-sports-participation-girls-women/.

5 "The Confidence Gap," The Atlantic, http://www.theatlantic.com/magazine/archive/2014/05/the-confidence-gap/359815/.

6 EY and espnW, Where will you find your next leader? 2015, https://assets.ey.com/content/dam/ey-sites/ey-com/en_gl/topics/elite-athlete-program/ey-where-will-you-find-your-next-leader.pdf?download.

7 Batista M.B., Romanzini C.L.P., Barbosa C.C.L., Blasquez Shigaki G., Romanzini M., Ronque E.R.V. (2019) Participation in sports in childhood and adolescence and physical activity in adulthood: A systematic review, Journal of Sports Sciences, 37(19), 2253-2262, DOI: 10.1080/02640414.2019.1627696.

8 Femmes et sport au Canada et E-Alliance, Femmes occupant un poste de direction dans le sport. Instantané 2021, https://womenandsport.ca/wp-content/uploads/2021/05/Leadership-Snapshot-2021-final-FR-May-26-2021.pdf.

9 Torchia, M., Calabrò, A. and Morner, M. (2015). Board of Directors' Diversity, Creativity, and Cognitive Conflict: The Role of Board Members' Interaction, International Studies of Management & Organization. 45(1), 6-24.

10 Hewlett, S.A., Marshall, M., Sherbin, L. and Gonsalves, T. (2013). How Diversity can drive Innovation, Harvard Business Review, December 2013, https://hbr.org/2013/12/how-diversity-can-drive-innovation.

11 Gouvernement du Canada, Une vision commune pour favoriser l'activité physique et réduire la sédentarité au Canada : Soyons actifs, https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/soyons-actifs.html.

12 Femmes et sport au Canada, Engagement actif des filles et des femmes, 2012, https://womenandsport.ca/fr/ressources/publications/engagement-actif-filles-et-femmes/.

13 Moore, S.A., Faulkner, G., Rhodes, R.E. et al. Impact of the COVID-19 virus outbreak on movement and play behaviours of Canadian children and youth: a national survey. *Int J Behav Nutr Phys Act* 17, 85 (2020). https://doi.org/10.1186/s12966-020-00987-8.

14 Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? International Journal of Sport Psychology, 24(2), 237–254.

15 IMI International, sondage réalisé pour compléter *Le signal de ralliement*, février 2020.