

Baromètre national des pratiques sportives 2023

« Un taux de pratique qui se stabilise à un niveau élevé »

Rdv de la doc 11 janvier 2024

- Jörg Muller - CREDOC
- Philippe Lombardo - INJEP

INJEP/CREDOC

Objectifs et méthodologie

Le Baromètre national des pratiques sportives : une enquête répétée dans le temps pour mesurer la pratique sportive

Les objectifs du baromètre national des pratiques sportives

- **Suivre les évolutions de la pratique sportive à intervalle régulier :**
 - Champ : 15 ans et plus, résidant en France – métropole et outremer
 - rythme biennal depuis 2018, devient annuel en 2023
→ en lien avec les JOP 2024
 - édition 2023 : des questions en sus sur le sport en entreprise
- **Comprendre les raisons de la pratique et de la non-pratique :**
 - des questions sur la façon de pratiquer et le contexte de la pratique
 - des questions sur les motifs et les freins à la pratique



Résultats principaux de la pratique physique et sportive abordés dans la fiche...

1. Quelles sont depuis 2018 les grandes tendances ?
2. Quels sont les éléments marquants :
 - du point de vue des univers sportifs ?
 - du point de vue des individus ?
3. Quelles sont les évolutions dans la façon de pratiquer ?

... et de nombreux développements dans le rapport d'étude paru le même jour.

Le Baromètre national des pratiques sportives : un échantillon représentatif des 15 ans et plus en France

Une enquête déployée sur tout le territoire

- **Collecte par la méthode des quotas :**
 - en ligne en France métropolitaine (05 au 17 juillet 2023)
 - par téléphone en outremer (03 au 26 juillet 2023)
- **Echantillon de 4000 personnes au total :**
 - représentatif des personnes résidant en France et vivant en ménage ordinaire
 - représentativité régionale : stratification de l'échantillon par région
- **Méthodologie constante depuis l'édition 2018, questions posées à l'identique :**
 - profondeur d'analyse et comparabilité en évolution
 - résultats publiés en séries chronologiques

Que mesure-t-on et comment les principaux indicateurs sont présentés ?

Quelques concepts mobilisés dans l'étude

- **Période de référence = 12 derniers mois**
- **Pratique sportive**
 - « **faire du sport** » ou « **avoir une activité sportive** » : acception la plus large recouvrant à la fois la pratique physique récréative, comme la marche en pleine nature, et la pratique en compétition
 - au moins une activité physique et sportive au cours des douze derniers mois
- **Pratiquant régulier**
 - « **pratiquant régulier** » ou « **sportif régulier** »
 - au moins 52 séances d'activités sportives dans l'année, soit au moins une séance par semaine en moyenne
- **Ne pas confondre fréquence, intensité et durée**
 - **Fréquence** = nombre de séances (qui permet de déterminer si la pratique est occasionnelle ou régulière)
 - **Intensité** = ressenti par rapport à l'effort physique fourni
 - **Durée** = temps passé à la pratique de l'activité

Principaux résultats

Résumé des principaux résultats

- **Résultat 1 :**

Après la forte hausse observée entre 2018 et 2022, la pratique sportive se stabilise en 2023 : 59 % des personnes de plus de 15 ans ont pratiqué une activité sportive régulière et 11 % de façon occasionnelle, taux proches de ceux observés en 2022. Le taux de pratique régulière est supérieur de cinq points par rapport à 2018. La hausse de la pratique régulière féminine progresse également par rapport à 2018 (+4 points) mais se situe légèrement en dessous du niveau enregistré en 2022 (-4 points).



59 % (+5)

De pratiquants sportifs réguliers



79 % (+4)

De pratiquants sportifs
y compris les modes de transports actifs



55 % (+4)

De pratiquantes régulières
parmi les femmes

70 % (+4)

De pratiquants sportifs
(y compris occasionnels)

- **Résultat 2 :**

Ce regain d'appétence sportive est notamment porté par l'univers de la marche et de la course à pied.

Résumé des principaux résultats

- **Résultat 3 :**

Le baromètre montre également de changements multiples : un rattrapage de la pratique des plus de 40 ans en particulier, ainsi qu'une progression de certaines modalités de pratiques (cours en ligne, applications et sport à domicile).

- **Résultat 4 :**

En outre, le télétravail continue de favoriser la pratique sportive. En parallèle, concernant le sport en entreprise, 26 % des salariés ont bénéficié d'au moins une aide ou dispositif mis en place par l'employeur favorisant la pratique sportive.

- **Résultat 5 :**

Quant aux freins à la pratique sportive, les coûts financiers liés à la pratique sportive figurent parmi les trois raisons les plus fréquemment citées empêchant les Français de pratiquer. Plus d'une personne sur dix a dû renoncer à une activité sportive ou un achat en lien avec leur pratique (équipement) parce que c'était trop cher.

Un essor de la pratique porté par l'évolution progressive du profil type du « sportif »

L'univers de la marche et de la course est de loin le plus prisé, et c'est aussi celui qui a le plus progressé depuis 2018

Les univers sportifs

Evolutions 2018-2023

Proportion de pratiquants sportifs

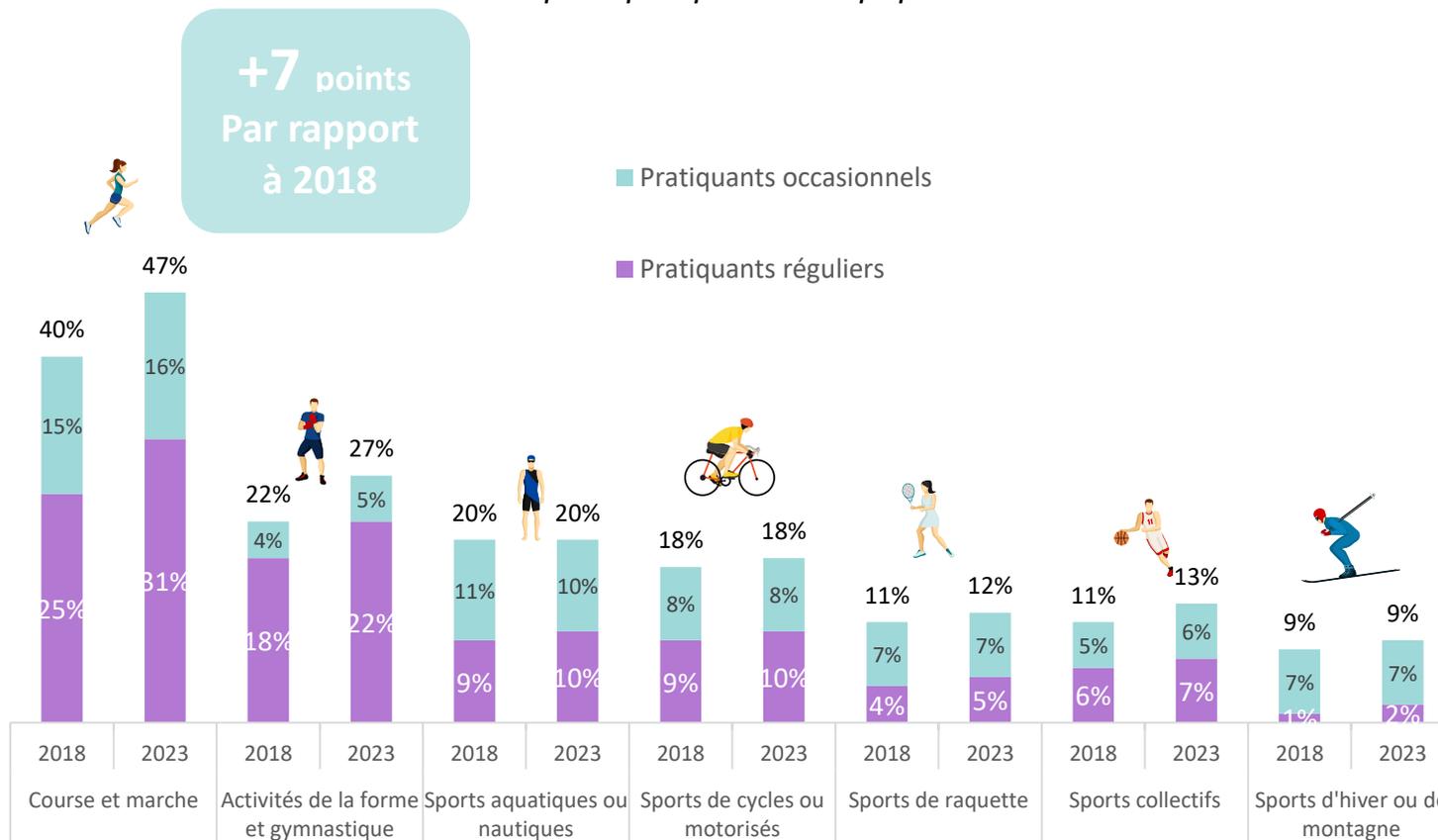
Selon les univers de pratique sportive - sept premiers univers

Obs. 1 :

La pratique régulière progresse pour tous les univers sportifs.

Obs. 2 :

La hausse concernant l'univers de la marche, pratiquement intégralement portée par les sportifs réguliers.



Si les jeunes sont les plus sportifs, les écarts de niveaux de pratique selon l'âge se réduisent depuis 2018

Pratiquants réguliers chez les moins de 40 ans et les 40 ans ou plus
Evolutions 2018-2023

67 %
(+1 pt. par rapport à 2018)



Moins de 40 ans



40 ans ou plus

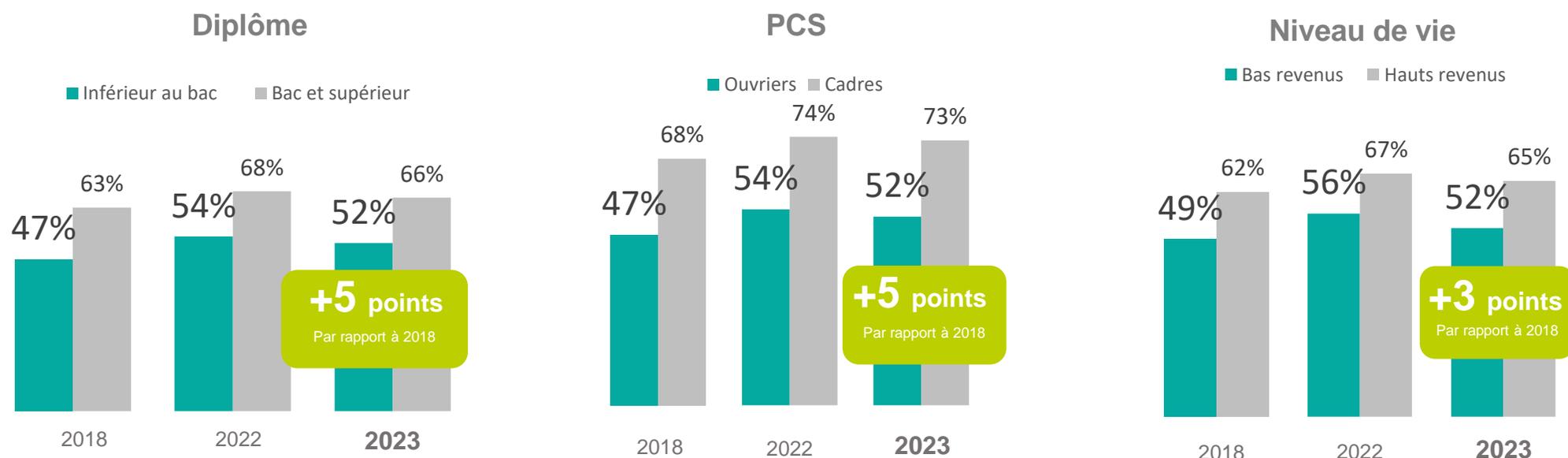
55 %
+8 pts. par rapport à 2018

Obs. 1 : La pratique régulière diminue chez les plus jeunes (par rapport à 2022) et se stabilise pour toutes les autres tranches d'âge à un niveau supérieur à celui de 2018.

Obs. 2 : Les écarts d'âge se réduisent depuis 2018: entre les moins de 40 ans et les 40 ans ou plus l'écart n'est plus que de 12 points en 2023 (contre 19 pts. en 2018)

Le niveau de pratique régulière des catégories modestes supérieur à celui mesuré en 2018

Pratiquants réguliers Evolutions 2018-2023



Obs. 1 : L'écart du taux de pratique sportive régulière entre les catégories sociales plus modestes et les catégories les plus aisées se creuse légèrement.

Obs. 2 : Le niveau de pratique régulière des catégories modestes reste néanmoins supérieur à celui mesuré en 2018

Les modalités de la pratique sportive évoluent

La façon de pratiquer évolue : le sport en plein air prédomine, la place du sport à domicile se confirme

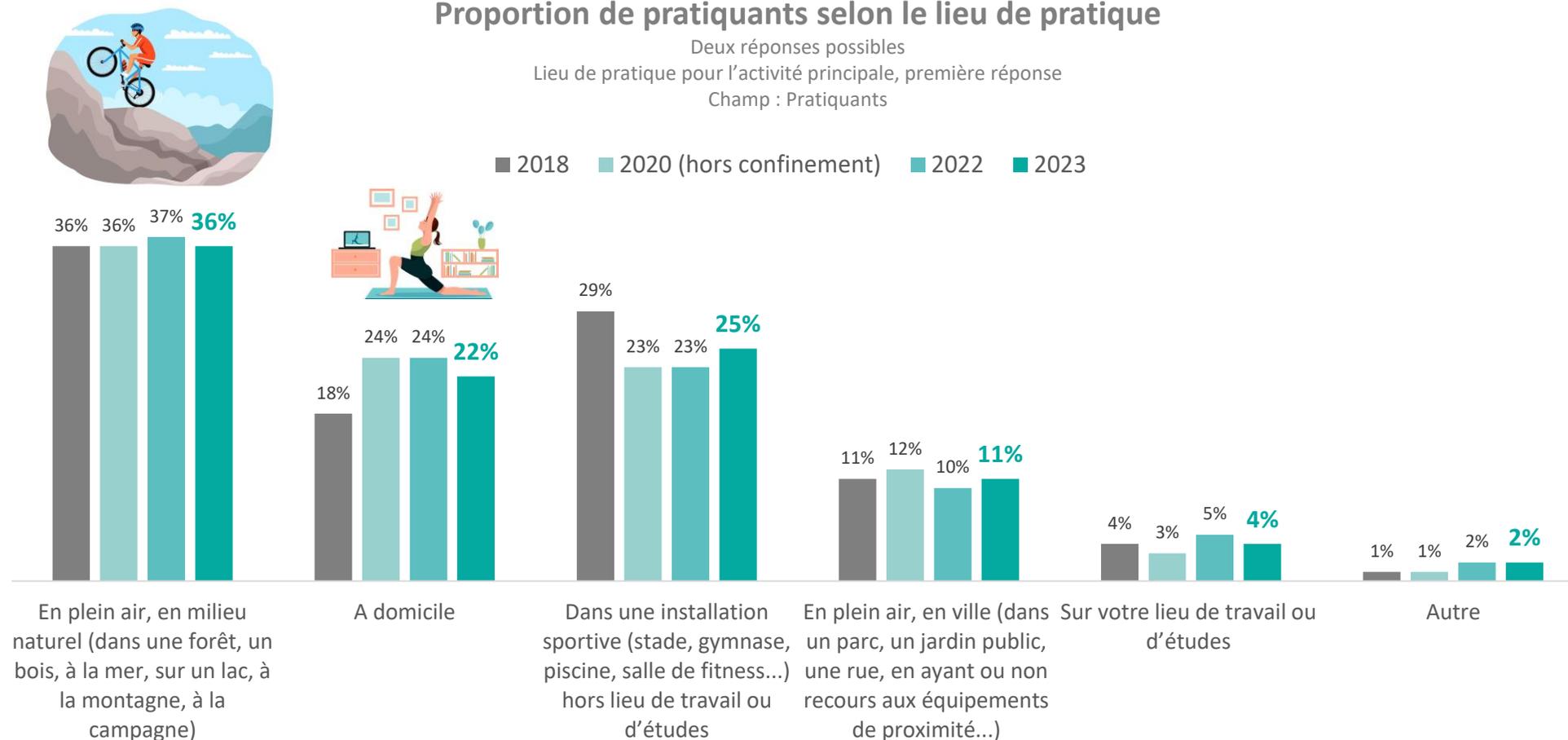
Proportion de pratiquants selon le lieu de pratique

Deux réponses possibles

Lieu de pratique pour l'activité principale, première réponse

Champ : Pratiquants

■ 2018 ■ 2020 (hors confinement) ■ 2022 ■ 2023



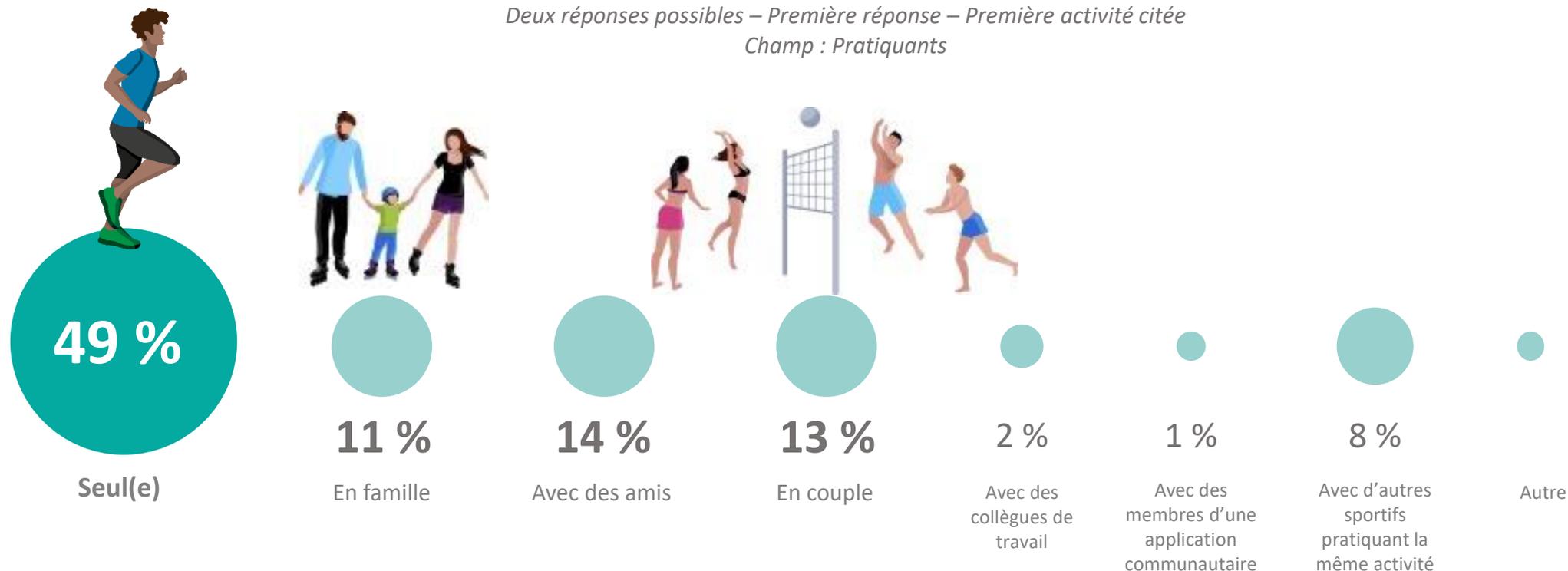
Obs. 1 : 47% des répondants (sans changement depuis 2018) pratiquent principalement en plein air (en milieu naturel ou en ville)

Obs 2 : Parallèlement, le sport dans une installation sportive progresse mais sans retrouver son niveau d'avant la crise (-4 pts par rapport à 2018).

Pratiquer en solitaire son activité principale confirme sa place prépondérante

Stable

Par rapport à 2018



Obs. 1 : 49% des répondants pratiquent leur principale activité seuls (+1 pt. par rapport à 2022 et stable par rapport à 2018)

Obs. 2 : En 2023, la pratique en famille diminue de 3 pts par rapport à 2022, celle avec des amis de 6 pts par rapport à 2018.

L'ensemble de la pratique hors structure progresse...

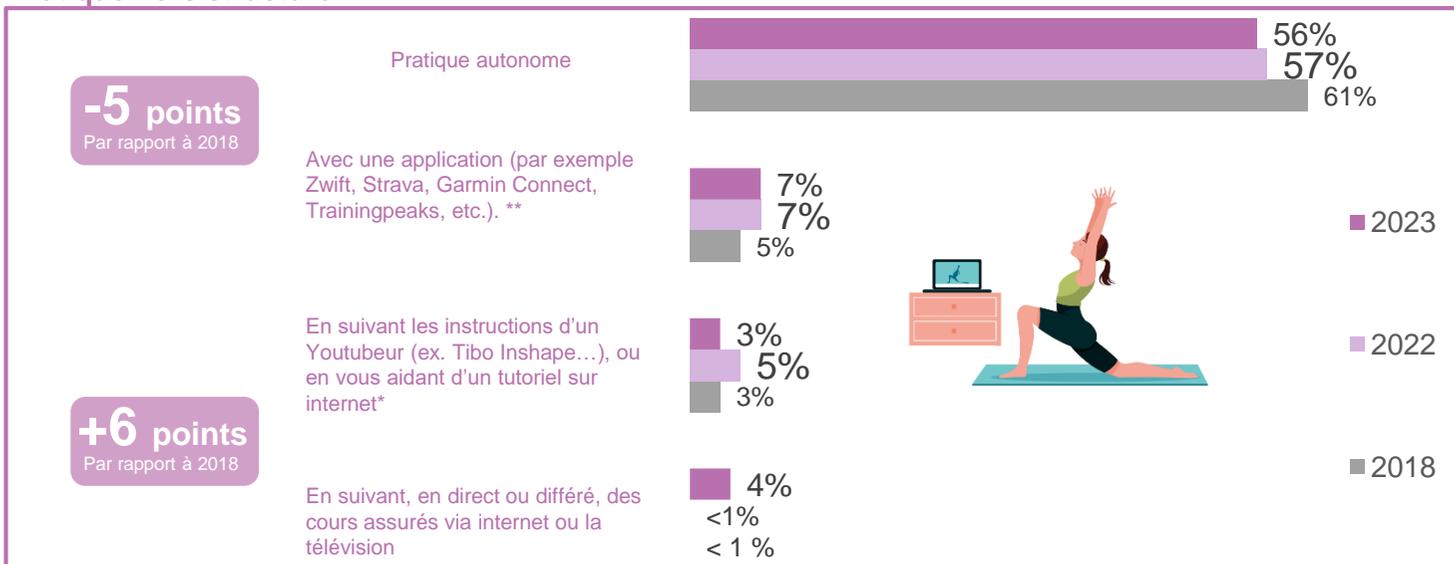
Dans quel cadre avez-vous principalement pratiqué ?

Deux réponses possibles
Première réponse pour la première activité
Champ : Pratiquants

Pratique dans une structure



Pratique hors structure



Obs. 1 : La **pratique hors structure** progresse légèrement grâce au développement du recours à des applications, aux cours à distance (en ligne, à la télévision).

Obs. 2 : La baisse de la pratique en club, dans une association se confirme (-3 pts par rapport à 2018).

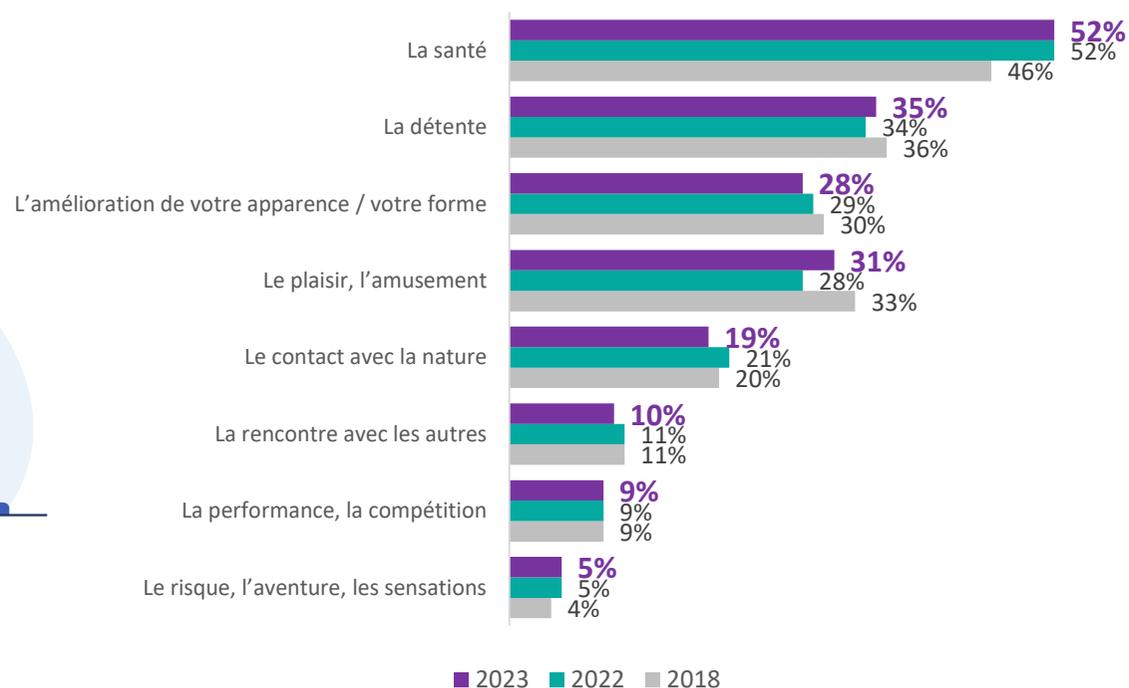
Leviers et freins à la pratique sportive

Les Français sont toujours aussi convaincus que le sport est bon pour la santé

Diriez-vous qu'en pratiquant une activité physique ou sportive, vous recherchez... ? (en %)

2 réponses possibles – Cumul des deux réponses

Champ : ensemble des personnes ayant déclaré au moins une activité au cours des douze derniers mois.



+6 points
Par rapport
à 2018

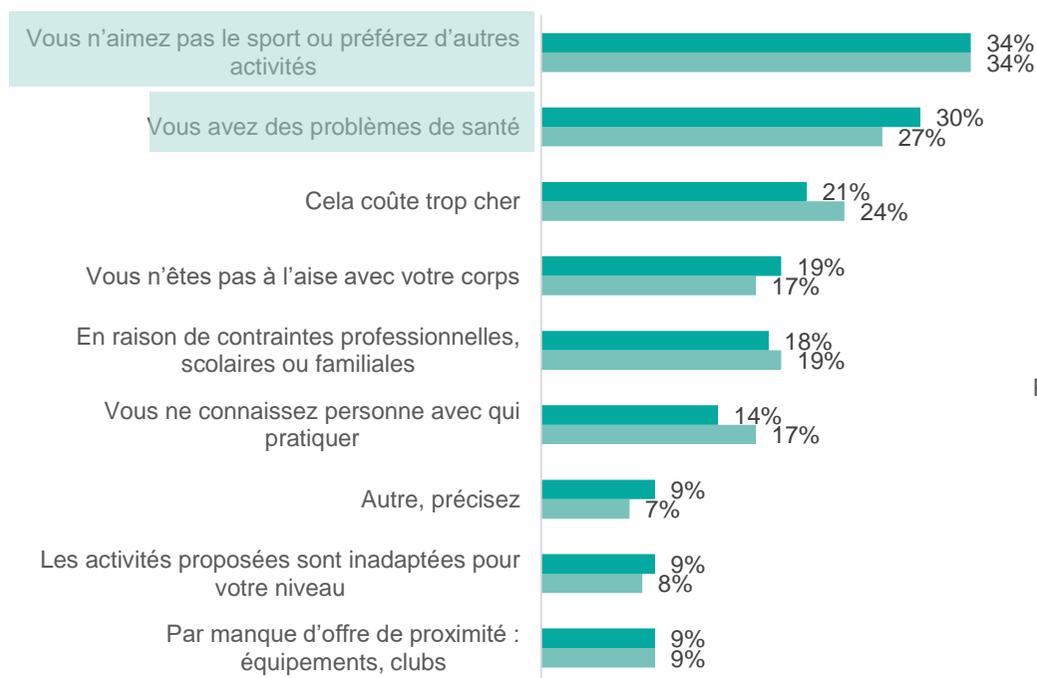
Obs. 1 : Les Français sont toujours aussi convaincus que le sport est bon pour la santé (52%).

Obs. 2 : La hausse de ce motif intervenue en 2022 après deux ans de pandémie et de périodes de confinement successives se confirme en 2023.

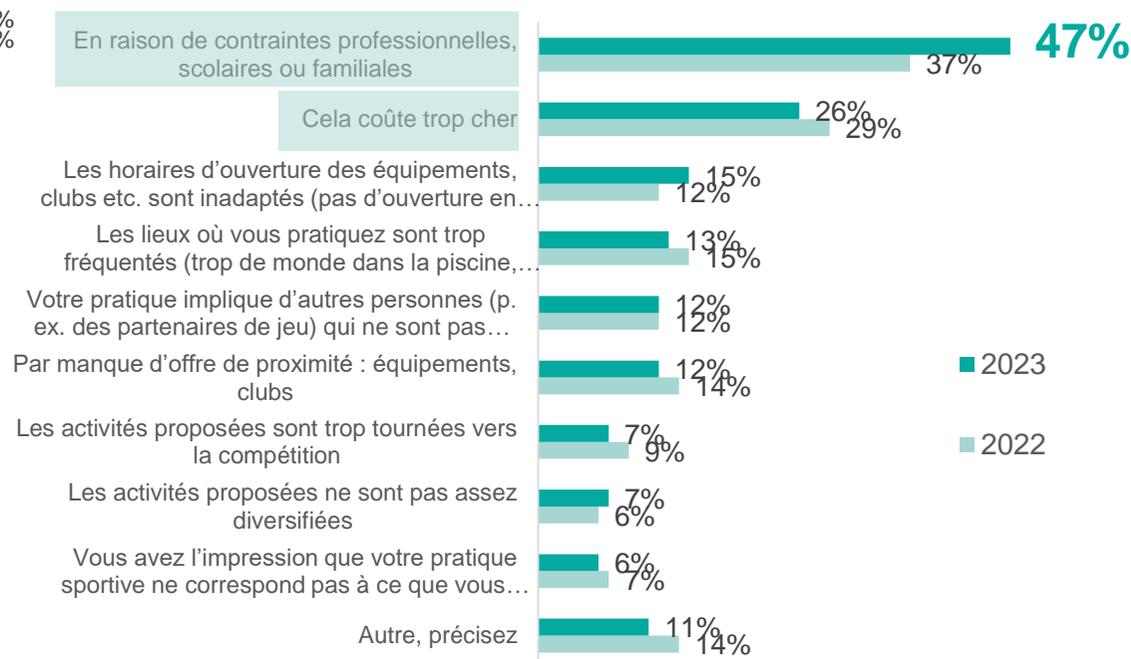
Des freins multiples à la pratique sportive

En dehors des contraintes ou interdictions liées à la situation sanitaire, quelles sont les raisons pour lesquelles vous ne pratiquez aujourd'hui aucune activité physique ou sportive ou qui vous empêchent de pratiquer davantage ?

Champ : Personnes pratiquant peu ou pas du tout – Compteur des pratiques < 52 séances



Champ : Praticants réguliers – compteur des activités > 51 séances



Obs. 1 : 34 % des non-pratiquants ou pratiquants très occasionnels déclarent ne pas faire de sport parce qu'ils n'aiment pas cela ou préfèrent d'autres activités.

Obs. 2 : Alors que les contraintes professionnelles, scolaires ou familiales mais aussi le coût sont les deux principaux freins à une augmentation de la pratique chez les pratiquants réguliers.

A propos du coût de la pratique sportive

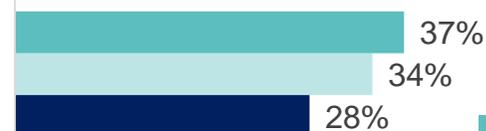
Voici une liste de situations. Pour chacune indiquez si cela vous est arrivé au cours des 12 derniers mois ?

Champ: Ensemble des répondants
Multiples réponses possibles

Vous avez renoncé à acheter un équipement sportif parce que c'était trop cher



Vous avez acheté un équipement sportif moins cher que celui que vous auriez aimé acheter initialement



Vous avez renoncé à vous inscrire à un club, à une salle de sport, à prendre des cours de sport parce que c'était trop cher



Vous avez différé l'achat d'un équipement sportif parce que c'était trop cher



■ Praticants réguliers
■ Ensemble des pratiquants
■ Ensemble de la population

Obs. 1 : 32 % des Français déclarent avoir renoncé à acheter un équipement sportif parce que c'était trop cher.

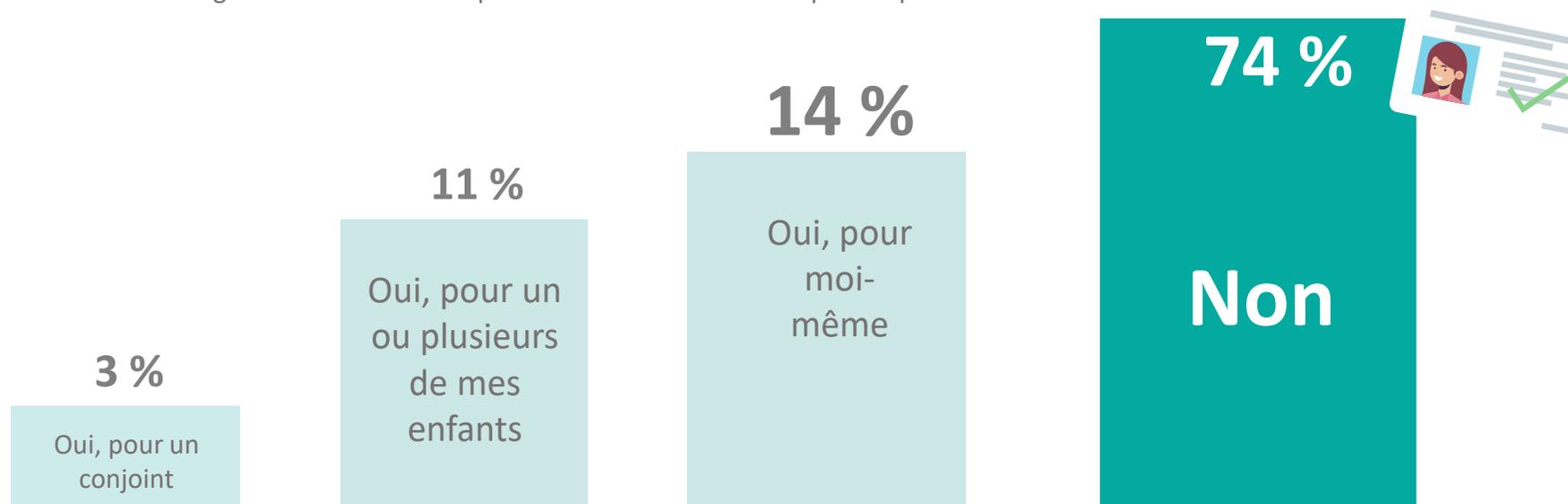
Obs. 2 : 44 % des pratiquants réguliers déclarent n'avoir rencontré aucune des quatre situations, contre 52 % en moyenne.

Faire du sport en club ou au sein d'une association sportive en 2023

Au cours des cinq dernières années, vous est-il arrivé de solliciter une inscription en club ou en association sportive pour vous-même ou pour un proche (enfant, conjoint, etc.) et d'être refoulé (par exemple faute de places disponibles) ?

Champ: ensemble des répondants

Nb. Changement d'échelle de réponse en 2023 – Plusieurs réponses possibles sauf « non »



Obs. 1 : Un peu plus d'un quart des Français se sont vu refuser une inscription en club ou en association au cours des cinq dernières années pour eux-mêmes ou pour un proche (enfant, conjoint)

Obs. 2 : Les jeunes, étudiants et pratiquants réguliers sont particulièrement touchés par le refus d'inscription pour soi-même.

Malgré de multiples freins, une envie persistante de faire du sport

Aimeriez-vous pratiquer davantage les activités que vous pratiquez déjà ?

Champ : Praticants réguliers – Praticant régulier = compteur d'activités > 51 séances

Les pratiquants réguliers représentent 59 % de l'ensemble de la population



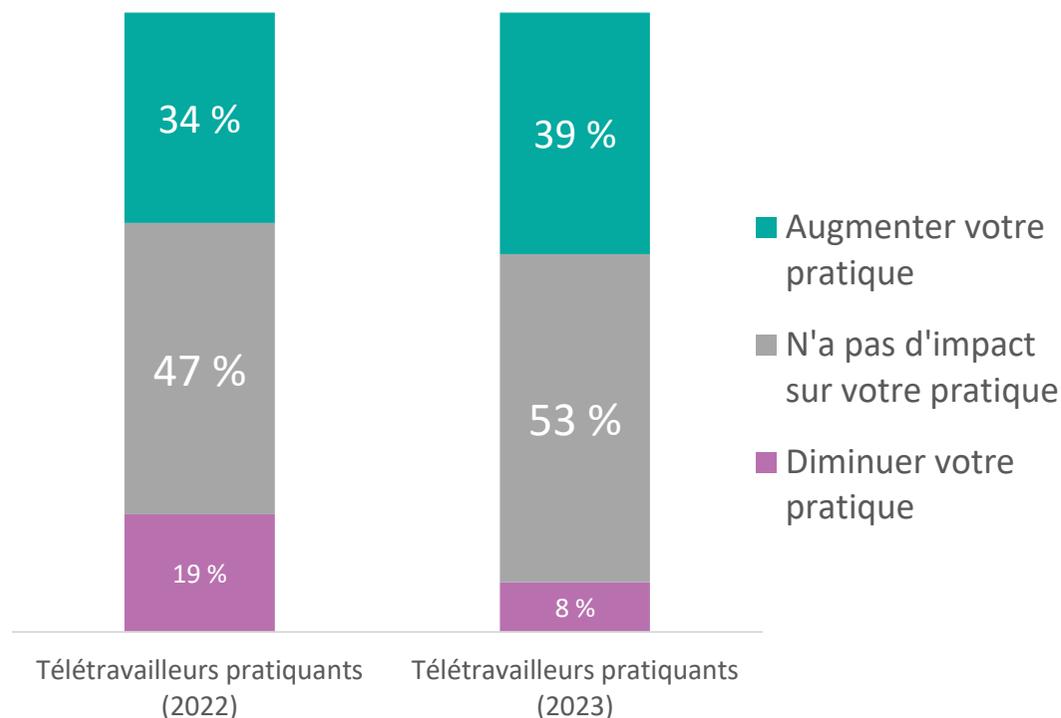
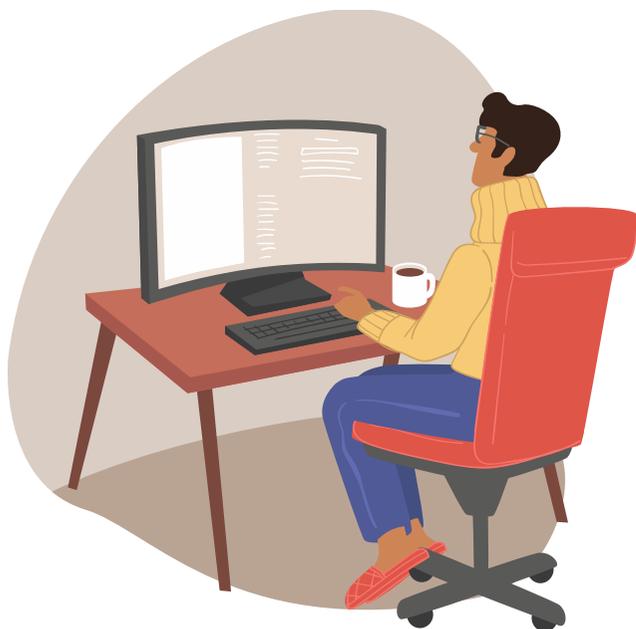
Obs. 1 : Une appétence forte chez les pratiquants réguliers mais moindre qu'en 2022 : 45 % d'entre eux aimeraient pratiquer davantage leurs activités actuelles (-5 points)

Focus 2023 - Sport et travail *(premiers résultats)*

Télétravail et activités physiques et sportives

Diriez-vous que le télétravail vous a conduit à... ?

Champ : Actifs en emploi pratiquant le télétravail (en %)



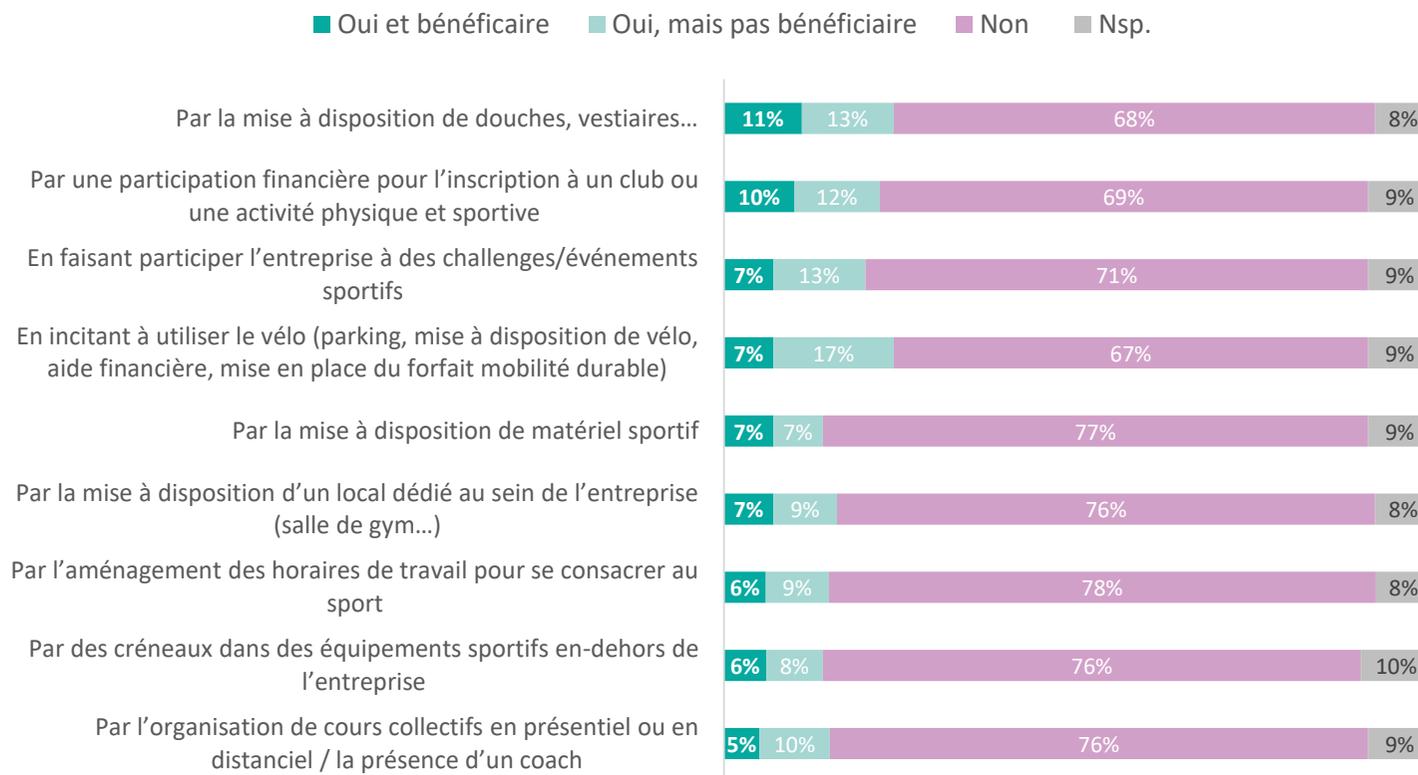
Obs. 1 : 39 % des télétravailleurs sportifs estiment que le télétravail induit une augmentation de leur pratique (+5 pts par rapport à 2022). Chez les télétravailleurs sportifs réguliers cette proportion s'élève à 41 %.

Obs. 2 : 8% des télétravailleurs pratiquants d'une activité physique et sportive déclarent que le télétravail a conduit à diminuer leur pratique, c'est 11 pts de moins qu'en 2022.

Sport en entreprise et activités physiques et sportives

Votre employeur ou votre comité d'entreprise/comité social et économique favorise-t-il la pratique d'activités physiques et sportives ?

Une réponse par item
Champ : Actifs en emploi, salariés



Obs. 1 : Au total, 12 % des salariés ont bénéficié d'une seule aide ou dispositif mis en œuvre par l'entreprise pour favoriser la pratique d'une activité physique et sportive, 8 % de deux aides (ou dispositifs) et 6 % de trois ou plus.

Obs. 2 : A l'inverse, 74 % des salariés n'ont bénéficié d'aucune de ces aides ou dispositifs.

Perspectives

Ce que le baromètre permet :

- proposer une analyse rapide des tendances avec un outil plus 'souple' qu'une enquête de statistique publique traditionnelle
- donner des niveaux de pratique (selon plusieurs indicateurs de suivi) en évolution sur plusieurs années et selon les caractéristiques sociodémographiques des 15 ans et plus

Ce que le baromètre ne permet pas ou pas bien :

- mesurer la pratique sportive des plus jeunes (seuil de l'âge minimum : 15 ans)
→ d'autres outils le permettent (en lien avec la DEPP)
- fournir des détails de pratique et sur les pratiquants par univers sportifs
→ l'enquête nationale sur les pratiques physique et sportive (ENPPS) le permet (moins régulière mais disposant d'un échantillon nettement plus important)

Ce que le baromètre va continuer de proposer dans les prochaines éditions :

- une fréquence de collecte annualisée pour une mesure de la pratique sportive à l'aune des JOP 2024 (pendant l'année des JOP, un an après les JOP)
→ mesurer l'impact de la tenue des JOP 2024 sur la pratique sportive
- des questions sur un nouveau sujet tournant chaque année



MERCI de votre attention !

Retrouvez l'étude en intégralité et des résultats supplémentaires sur le site de l'INJEP

<https://injep.fr/publication/les-pratiques-sportives-en-france-en-2023/>

<https://injep.fr/publication/barometre-national-des-pratiques-sportives-2023/>

