

Une pratique sportive moins répandue en Normandie qu'en moyenne nationale

Près d'un Normand sur deux fait du sport au moins une fois par semaine, que ce soit de façon autonome ou en étant licencié. L'activité sportive licenciée est pratiquée par plus d'un Normand sur cinq. Beaucoup de jeunes sont licenciés. Plus de la moitié des licenciés ont moins de 20 ans. Les femmes ne représentent que 40 % des licenciés. Le football est de très loin le sport le plus pratiqué par les licenciés, suivi du tennis et de l'équitation particulièrement représentée dans la région.

Un Normand sur deux fait du sport régulièrement

En Normandie, une personne (de 15 ans ou plus) sur deux (52 %) pratique une activité physique ou sportive de façon régulière, c'est-à-dire au moins une fois par semaine. Cette activité est le plus souvent la course ou la marche ► **encadré 1**. La part de personnes qui détiennent une licence, et pratiquent donc de façon encadrée, est nettement plus faible : c'est le cas d'une sur six dans la région. Cette part s'élève quand on inclut la population des moins de 15 ans, pour laquelle le **taux de licenciés** est nettement plus élevé.

Plus d'un Normand sur cinq détient une licence sportive

En 2019, un peu plus de 740 000 **licences sportives** ont été délivrées en Normandie. Rapporté à la population régionale, cela représente 22,2 licences pour 100 habitants, soit environ un Normand sur cinq (la même personne pouvant détenir plusieurs licences). Ce taux est inférieur au taux métropolitain (23,5 %) et positionne la région au 10^e rang des 13 régions de métropole ► **figure 1**.

Ces licences se répartissent en trois types de **fédérations unisport** olympique, unisport non olympique et multisports (avec notamment parmi ces dernières les fédérations de sport scolaire ou de sport adapté). La Normandie se distingue par une part très significative des fédérations unisport olympiques. Celles-ci représentent en effet près des deux tiers des licences régionales contre moins de 60 % en France métropolitaine. À l'inverse, la part des **fédérations multisports** y est plus faible.

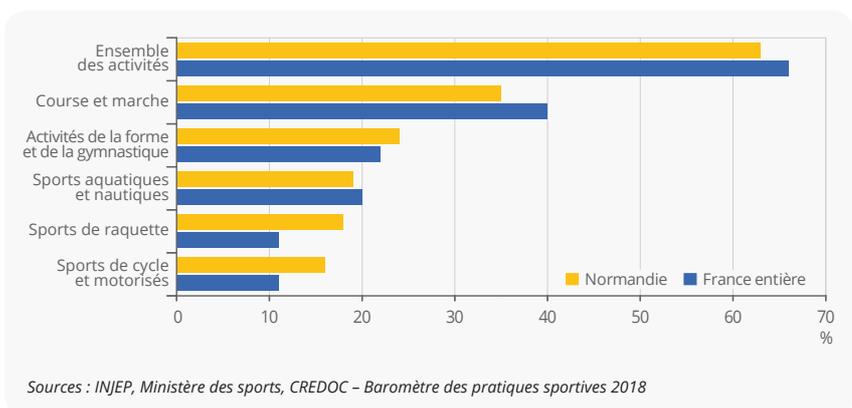
La part de la population normande possédant une licence est en

► 1. La pratique du sport en Normandie : moins répandue qu'au niveau national

Si seulement un Normand de plus de 15 ans sur six détient une licence sportive, cette pratique encadrée du sport n'est qu'une partie minoritaire de l'exercice d'activité physique ou sportive par la population. Ainsi, plus de la moitié des Normands de plus de 15 ans pratiquent régulièrement une activité sportive, c'est-à-dire au moins une fois par semaine. La pratique d'une activité sportive peut en effet s'exercer en dehors d'une structure ou de façon autonome. Elle peut même s'effectuer à domicile, comme c'est le cas pour près d'un quart des Normands. Ce taux de pratique à domicile pourrait continuer à croître, notamment en raison du confinement et de nouvelles habitudes prises par ces pratiquants. Cependant, cette activité sportive régulière ne garantit pas la non-sédentarité des pratiquants ► **encadré 2**.

Comme pour le taux de licenciés, la pratique d'activités sportives parmi l'ensemble des Normands est un peu plus faible qu'au niveau national (63 % des Normands de plus de 15 ans ont déclaré avoir pratiqué une activité sportive en 2018, contre 66 % en France). En Normandie comme sur l'ensemble du territoire métropolitain, les principales activités pratiquées par l'ensemble de la population, licenciés ou non, sont les mêmes. La course et la marche sont les premières activités pratiquées, suivies par les activités de la forme et de la gymnastique et les sports aquatiques et nautiques. Les sports de raquette et les sports de cycle et motorisés complètent ce classement.

► Taux de pratique sportive pour les univers principaux en Normandie

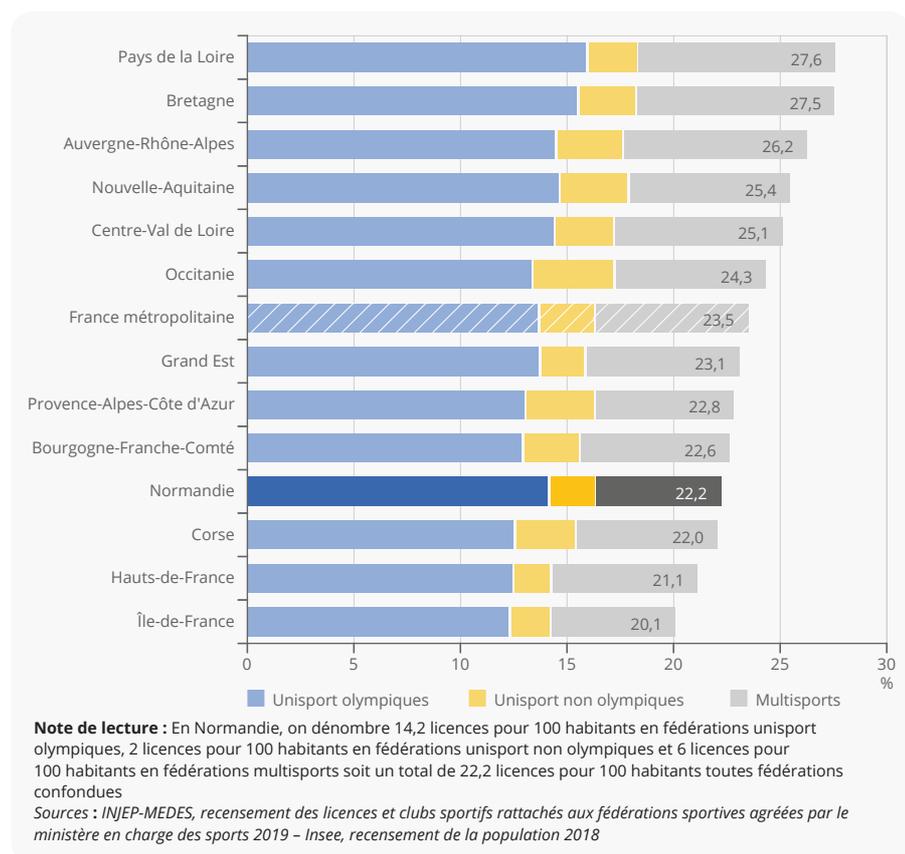


La pratique sportive des femmes normandes est relativement peu développée. Seulement 55 % des Normandes ont pratiqué une activité sportive au cours des douze derniers mois contre 62,5 % au niveau national. Dans trois des cinq « univers » sportifs majeurs (course et marche, sports de raquette, sports de cycle et motorisés) la pratique des femmes est inférieure à celle des hommes. Seules les activités de la forme et de la gymnastique sont plus pratiquées par les femmes que les hommes.

Passée la période scolaire, le taux de pratique baisse avec l'âge. Il est inférieur à la moyenne nationale entre 15 et 59 ans. En revanche, à partir de 60 ans, il deviendrait légèrement plus élevé pour les seniors normands.

Sources : INJEP-Ministère des sports-CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives 2018 (Fiche régionale du sport Normandie 2020) ; INJEP-MEDES, recensement des licences et clubs sportifs rattachés aux fédérations sportives agréées par le ministère en charge des sports 2017 ; Insee, recensement de la population 2016

► 1. Nombre de licences pour 100 habitants par région et type de fédération en 2019



augmentation depuis 2005 : sur la période, le nombre de licences a augmenté de 8 % en Normandie, davantage que la population (+ 2 %), et plus qu'au plan national où le nombre de licences a progressé de + 7 %, presque au même rythme que la population (+ 6 %). Cette augmentation du nombre de licences profite plus spécifiquement aux fédérations d'athlétisme (16 300 licenciés en 2019 ; + 89 % depuis 2005), de handball (30 700 ; + 39 %) ou bien encore à celles de tir, de badminton et de rugby. En revanche, parmi les principaux sports, le tennis est en perte de vitesse depuis 2005 (44 800 ; - 15 %), de même que l'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire (30 600 ; - 20 %), le tennis de table et la pétanque.

Un taux de licences sportives plus élevé dans la Manche

Avec près de 25 licences sportives pour 100 habitants, la Manche arrive en tête des départements normands ► **figure 2** et cela alors que c'est un des départements les plus âgés de la région, avec l'Orne. Ce département devance le Calvados, l'Orne et l'Eure (entre 22 et 23 %). Le taux est encore un peu plus faible en Seine-Maritime (moins de 21 %). Compte-tenu de son poids démographique, la Seine-Maritime regroupe à elle seule plus de 35 % des licences en Normandie. Des différences territoriales plus marquées apparaissent au niveau des établissements publics

► 2. Nombre de licences par fédération et taille moyenne des clubs par département normand en 2019

	Nombre de licences*				Nombre de licences pour 100 habitants	Nombre de clubs	Nombre moyen de licences par club	Nombre de clubs pour 1 000 habitants
	Fédérations unisport olympiques	Fédérations unisport non olympiques	Fédérations multisports	Total				
Calvados	99 800	12 900	44 700	157 500	22,7	1 809	87,1	2,6
Eure	88 400	14 100	31 500	134 000	22,3	1 470	91,2	2,5
Manche	76 300	11 400	35 900	123 600	24,9	1 370	90,2	2,8
Orne	35 200	5 900	22 300	63 500	22,5	911	69,7	3,2
Seine-Maritime	173 600	23 300	64 700	261 700	20,8	2 707	96,7	2,2
Normandie	473 400	67 700	199 100	740 200	22,2	8 267	89,5	2,5
France métropolitaine	8 915 800	1 606 500	4 735 800	15 258 100	23,5	165 681	92,1	2,6

*arrondi à la centaine

Note de lecture : Dans le Calvados, on dénombre 157 500 licences soit 22,7 licences pour 100 habitants. Parmi elles, 99 800 sont affiliées à une fédération unisport olympique. La fédération comptant le plus de licences est le football, suivi du tennis et de l'équitation. Ces licences sont enregistrées dans 1 809 clubs soit une moyenne de 87,1 licences par club.

Sources : INJEP-MEDES, recensement des licences et clubs sportifs rattachés aux fédérations sportives agréées par le ministère en charge des sports 2019 – Insee, recensement de la population 2018

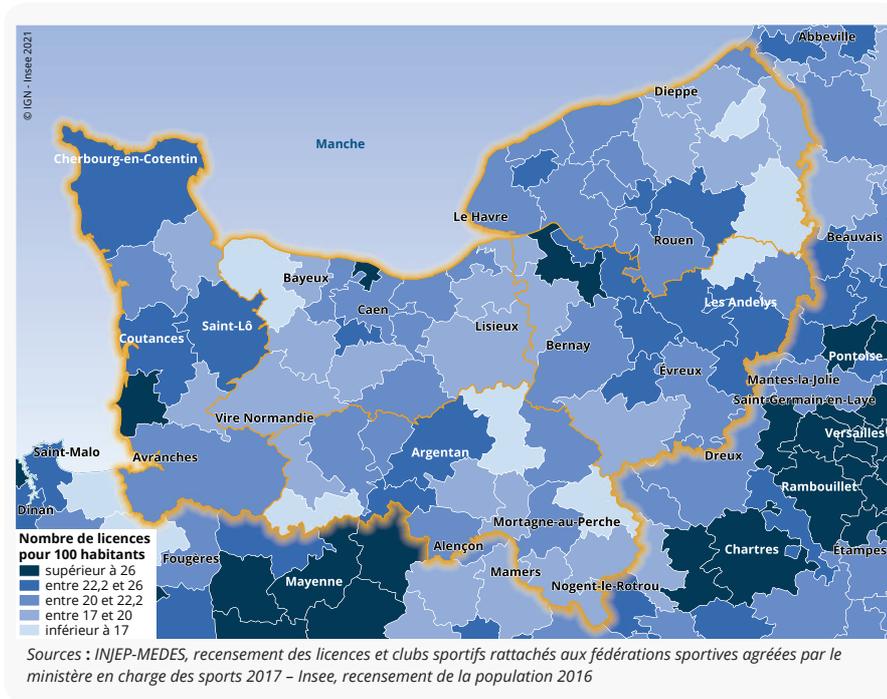
de coopération intercommunale (EPCI ; ► **figure 3**). La part de licenciés la plus élevée concerne la Communauté de Communes (CC) de Pont-Audemer / Val-de-Risle avec près de 34 licenciés pour 100 habitants. Suivent d'assez loin les CC Cœur de Nacre (27 %) et la CC de Granville, Terre et Mer (26 %). À l'opposé, des EPCI plus ruraux tels que les CC des Hauts du Perche, d'Isigny-Omahâ Intercom ou encore de Londinières ont des taux de licenciés bien plus modestes (entre 14 et 15 %).

La Seine-Maritime concentre un tiers des **clubs sportifs** présents sur le territoire normand. En lien avec la densité de population sur son territoire, les clubs seinomarins se caractérisent généralement par leur grande taille puisqu'ils comptent en moyenne près de 97 licenciés par club contre à peine 90 sur le plan régional. Ils sont également moins nombreux au regard de la population du département avec seulement 2,2 clubs pour 1 000 habitants. Ce taux est le plus faible des cinq départements normands et c'est dans l'Orne qu'il est le plus élevé (3,2 clubs pour 1 000 habitants).

Le football, particulièrement en tête en Normandie

Sport populaire par excellence, la Fédération Française de Football compte le plus de licenciés. On y dénombre plus de 115 000 licenciés en Normandie soit 21,3 % de l'ensemble des sportifs licenciés dans une fédération unisport en Normandie. C'est un peu plus encore qu'au niveau métropolitain où ce sport représente 20,1 % des licenciés ► **figure 4**. Le trio de tête des fédérations est complété, en Normandie comme en France, par le tennis qui arrive en seconde position mais à un niveau moindre dans la région (8,3 % contre 9,1 %) et l'équitation, qui, elle, est davantage représentée en Normandie (6,9 % contre 5,7 %). Parmi les vingt principales fédérations unisport normandes, le handball et la

► 3. Nombre de licences pour 100 habitants par EPCI en 2017



gymnastique se distinguent, au même titre que l'équitation, par une plus forte représentation de ces sports en Normandie qu'en métropole. *A contrario*, la pétanque, le rugby et dans une moindre mesure le basketball sont moins pratiqués en Normandie que dans tout l'hexagone. Comme au niveau national, les principaux sports pratiqués concentrent la très grande majorité des licences. Ainsi, en Normandie, les dix premières fédérations unisport, sur les soixante-seize présentes dans la région, regroupent les deux tiers des licences et les vingt premières, 85 % d'entre elles.

Entre 5 et 15 ans, un taux de licenciés moindre qu'au niveau national

Avec l'âge les pratiques sportives évoluent, que ce soit pour l'ensemble de la population ou pour ceux détenant une licence sportive ► encadré 2. Le taux de licenciés est ainsi très élevé chez les jeunes avec un pic pour les 10-14 ans, avec huit licences pour dix Normands ► figure 5. Le taux de licenciés est également très élevé pour les 5-9 ans avec 47 % de licenciés dans cette tranche d'âge et pour les 15-19 ans, avec un jeune sur deux licenciés. Cette pratique licenciée, très importante chez les jeunes Normands, l'est toutefois moins qu'au niveau national avec un écart de huit points entre 5 et 9 ans et de cinq points entre 10 et 14 ans en défaveur de la Normandie. Ces écarts s'expliquent, en partie, par une moindre affiliation dans la région aux fédérations multisports

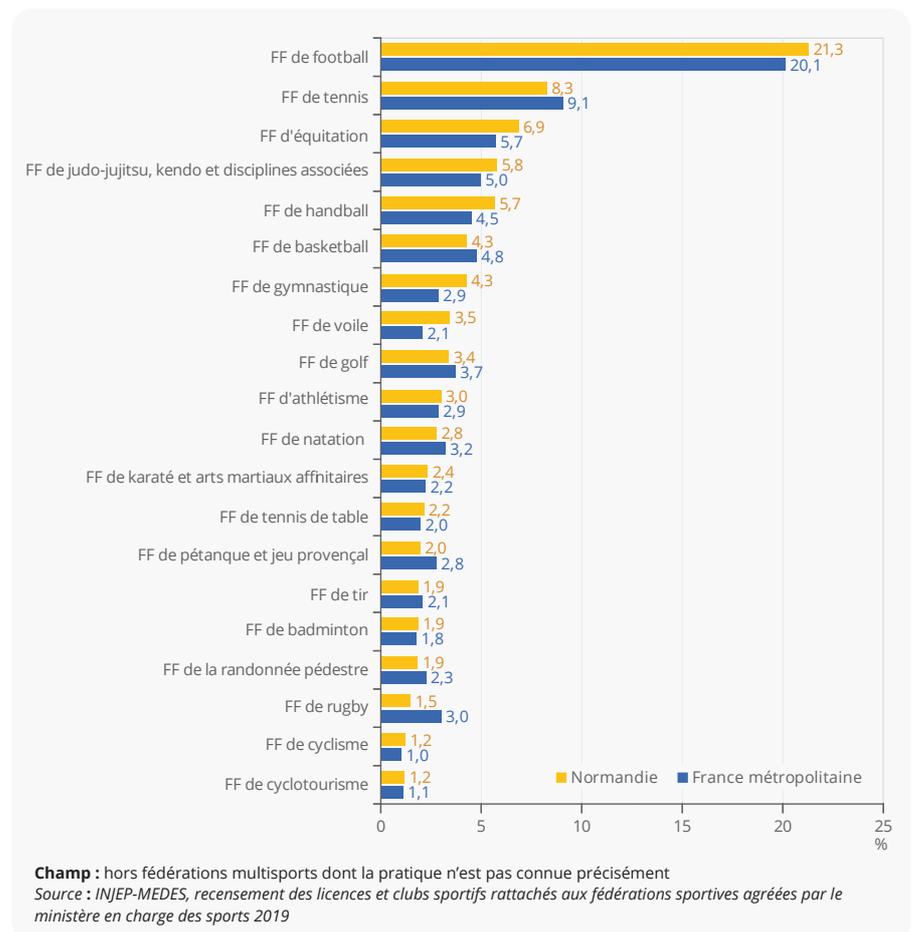
scolaires qui ne représentent que 18 % des licences détenues par les moins de 15 ans contre 24 % au niveau métropolitain. À partir de 20 ans, la pratique sportive licenciée diminue nettement et passe

sous la barre des 20 %. Elle continue de décroître par la suite, à mesure que l'âge du pratiquant avance. Cette décline de la pratique licenciée coïncide avec un développement de pratique sportive plus autonome chez les actifs et les seniors.

Après 60 ans : gymnastique, golf et randonnée pédestre rassemblent le plus de licenciés

Avant 5 ans, âge où la pratique sportive licenciée est encore très peu développée et où il s'agit de développer les fonctions motrices des enfants, la gymnastique arrive très nettement en tête des pratiques sportives avec plus de quatre licenciés sur dix, au travers notamment de la pratique de la baby-gym ► figure 6. Entre 5 et 9 ans, les pratiques évoluent et correspondent sans doute plus au choix des enfants. Le football arrive alors en tête. Le sport scolaire se classe en troisième position dans cette tranche d'âge, avec l'Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré, puis en tête chez les 10-14 ans (un quart des licences) et les 15-19 ans (près d'un cinquième des licences), avec l'Union Nationale du Sport Scolaire du secondaire (UNSS).

► 4. Les 20 premières fédérations sportives unisport en Normandie en 2019



► 2. L'activité physique, un déterminant majeur de l'état de santé des individus à tous les âges de la vie

Au niveau mondial, un adulte sur quatre manque d'exercice et plus de 80 % des adolescents n'ont pas une activité physique suffisante. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la sédentarité est à l'origine chaque année de 2 millions de décès dans le monde et de nombreuses pathologies chroniques. Le ministère chargé des Sports a chiffré le coût de la sédentarité à 17 milliards d'euros par an pour la France, dont 14 milliards pour les dépenses de santé.

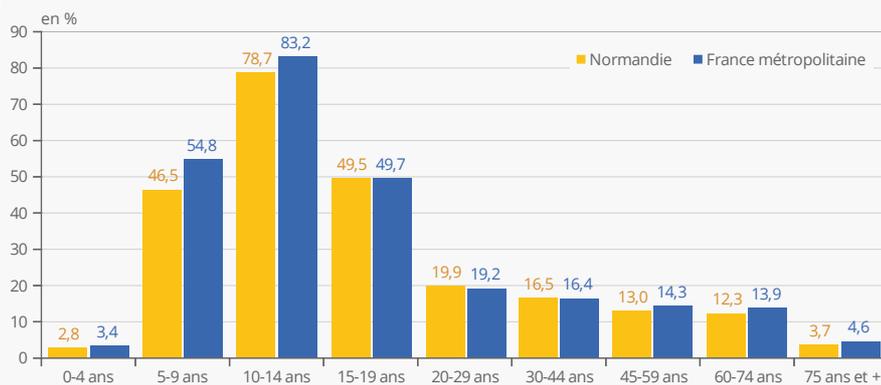
L'activité physique régulière, modérée et adaptée a des effets bénéfiques démontrés sur la santé, la condition physique et le maintien de l'autonomie à tous les âges de la vie. La Haute Autorité de Santé reconnaît depuis 2011 le bénéfice pour les patients atteints de maladies chroniques de cette thérapie non médicamenteuse. Elle intervient en prévention primaire (en amont de la maladie), secondaire (à un stade précoce de son évolution) et tertiaire (pour agir sur les complications et les risques de récurrence) dans de nombreuses maladies chroniques. Pour être pleinement efficace, elle doit s'accompagner d'une réduction du temps passé à des activités sédentaires.

Les freins à la pratique sportive sont multiples. Ils peuvent provenir de l'éducation et des habitudes des individus, ainsi que du contexte social, culturel ou organisationnel dans lequel ils évoluent. La lutte contre l'inactivité physique peut s'appuyer sur les nombreuses motivations potentielles que sont l'amélioration de la santé, du bien-être ou de l'endurance, les rencontres ou l'appartenance à une équipe, le dépassement de soi, la détente, le plaisir, ou même le contact avec la nature, etc.

Les enjeux et la situation requièrent un investissement collectif important et seront pris en compte dans le cadre de la Stratégie Nationale Sport Santé dont deux des axes principaux sont d'une part de promouvoir la santé et le bien-être par l'activité physique et sportive et d'autre part de développer l'offre à l'activité physique adaptée (APA) à des fins thérapeutiques.

Sources : Ministère chargé des Sports (stratégie nationale sport santé), Institut National pour la Santé Et la Recherche Médicale (« Activités physiques : Contextes et effets sur la santé », rapport d'expertise collective 2008)

► 5. Nombre de licences pour 100 habitants par tranche d'âge en 2017



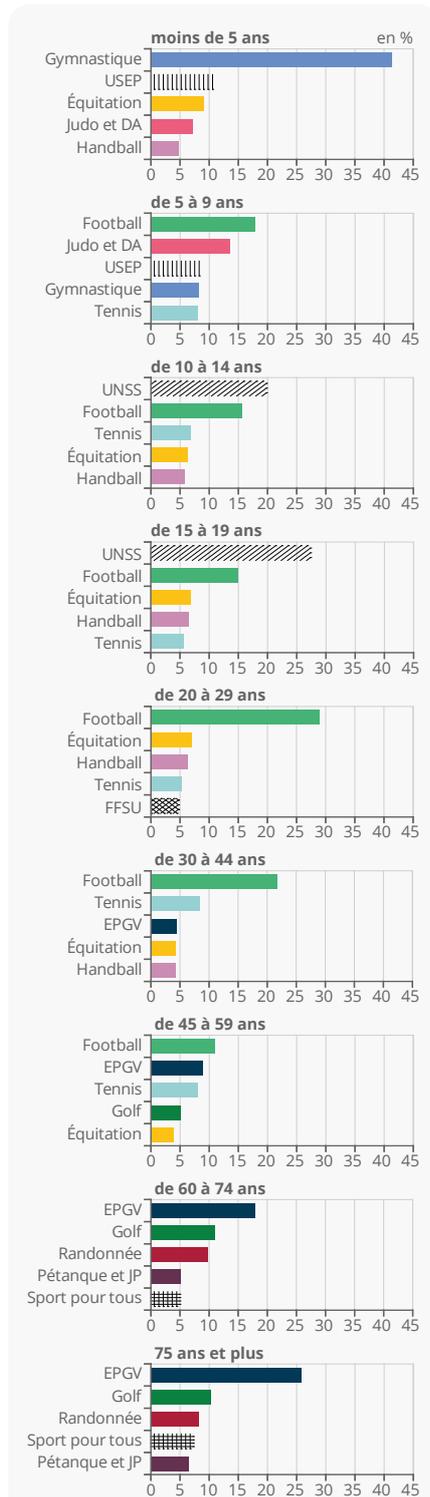
Sources : INJEP-MEDES, recensement des licences et clubs sportifs rattachés aux fédérations sportives agréées par le ministère en charge des sports 2017 – Insee, recensement de la population 2016

À partir de 20 ans, le football se positionne en première place avec près de 29 % des licences détenues par les 20-29 ans. Il reste en tête des sports pratiqués par les licenciés jusqu'à 59 ans même si son poids diminue (11 % des licences entre 45 et 59 ans). À partir de 60 ans, des sports plus « doux » deviennent prédominants ► encadré 2. C'est particulièrement le cas pour la fédération d'Éducation Physique et Gymnastique Volontaire (EPGV) qui totalise 18 % des licences entre 60 et 74 ans et plus du quart chez les 75 ans et plus. Apparaissent également les fédérations de golf, de randonnée pédestre et de pétanque et jeu provençal ainsi que la fédération Sport pour tous.

Hommes/femmes, des pratiques sportives toujours très différentes

La pratique sportive licenciée reste encore très masculinisée puisque près de six licences sur dix sont détenues par des hommes. Cet écart est encore plus important chez les jeunes et notamment entre 10 et 14 ans, où plus de neuf jeunes garçons sur dix possèdent une licence contre moins de sept jeunes filles sur dix. Le choix des disciplines sportives demeure très différencié entre les femmes et les hommes. Des trois principales disciplines sportives des femmes et des hommes pris séparément, seul le tennis est commun ► figure 7. L'équitation (30 000 licenciées en Normandie) et la gymnastique (20 000 licenciées), principales disciplines sportives des femmes n'arrivent qu'en

► 6. Les 5 premières fédérations sportives par tranche d'âge en Normandie en 2017



Sigles :

USEP : Union Sportive de l'Enseignement du Premier Degré

Judo et DA : Judo-jujitsu, kendo et disciplines associées

UNSS : Union Nationale du Sport Scolaire

FFSU : Fédération Française du Sport Universitaire

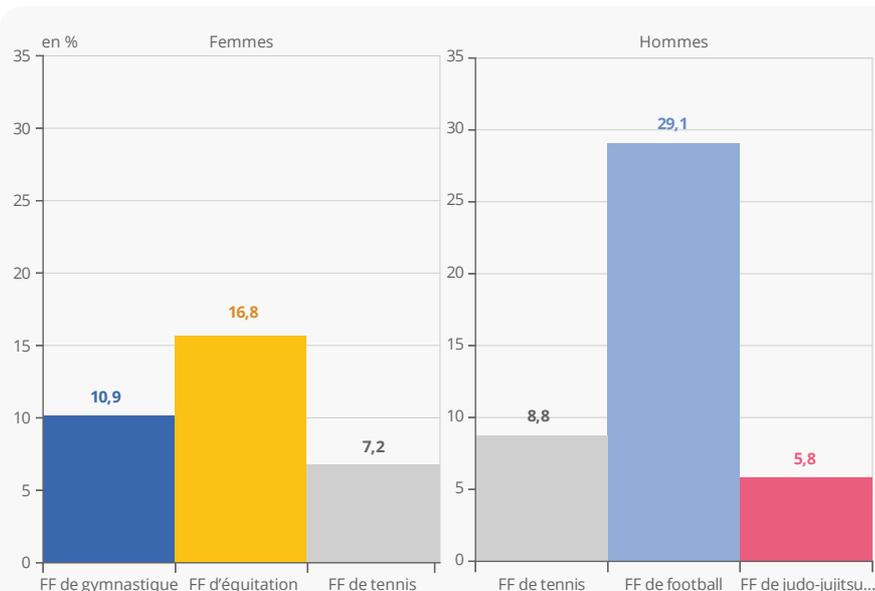
EPGV : Éducation Physique et Gymnastique Volontaire

Pétanque et JP : Pétanque et jeu provençal

Note de lecture : Entre 20 et 29 ans, la fédération française de football rassemble 29 % des licences de cette tranche d'âge en Normandie

Sources : INJEP-MEDES, recensement des licences et clubs sportifs rattachés aux fédérations sportives agréées par le ministère en charge des sports 2017

► 7. Les trois premières fédérations sportives chez les femmes et chez les hommes en Normandie en 2019



Note de lecture : L'équitation représente 16,8 % des licences détenues par les femmes en Normandie et le football 29,1 % de celles détenues par les hommes

Champ : hors fédérations multisports dont la pratique n'est pas connue précisément

Sources : INJEP-MEDES, recensement des licences et clubs sportifs rattachés aux fédérations sportives agréées par le ministère en charge des sports 2019

14^e et 20^e position chez les hommes (respectivement 7 000 et 3 500 licenciés), ces derniers privilégiant le football et le judo. Sont également très féminisées, avec plus des deux tiers des licences détenues par des femmes, l'Éducation Physique et Gymnastique Volontaire (EPGV), la danse, la randonnée pédestre, les sports de glace ou encore le twirling bâton. ●

Auteurs :

Camille Hurard et Bruno Mura