RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

INSTITUT NATIONAL DE LA JEUNESSE ET DE L'ÉDUCATION POPULAIRE

INJEP NOTES & RAPPORTS | RAPPORT d'ETUDE

- Mars 2023
- INJEPR-2023/02

Baromètre national des pratiques sportives 2022

CRÉDOC

- Jörg MÜLLER

SOMMAIRE

3 Méthodologie et objectifs du baromètre national des pratiques sportives

8 Principaux résultats

13 Évolution des principaux indicateurs

16 Une hausse de pratique sportive en 2022

25 Une pratique sportive un peu moins différenciée selon le genre et le milieu social en 2022

33 Les différents univers sportifs bénéficient inégalement de la reprise

38 Retour sur la pandémie : une privation de sport ayant donné envie de davantage pratiquer ?

44 La façon de pratiquer évolue : moins dans les clubs, davantage à domicile

52 Focus – Faire du sport en club ou au sein d'une association sportive en 2022

56 Une envie marquée de faire du sport malgré des freins multiples

64 L'intérêt pour les Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024

71 Annexes

1

Méthodologie et objectifs du baromètre national des pratiques sportives

Les objectifs du baromètre national des pratiques sportives

- Mesurer la pratique sportive en France en 2022, par grands univers sportifs et selon les caractéristiques des personnes
- Suivre les évolutions à intervalles réguliers (2018, 2020, 2022) et évaluer les effets de la crise sanitaire sur les modalités de la pratique physique et sportive
- Comprendre les raisons de la pratique et de la non-pratique
- Faire un focus spécifique sur l'intérêt pour les rencontres sportives et les Jeux olympiques et paralympiques de Paris

Pour plus de détails méthodologiques (quotas, redressement, apurement des données, etc. cf. la note méthodologique)

Les moyens

- Via une enquête par quotas auprès de la population de 15 ans et plus
  - Enquête en ligne en France métropolitaine (9 – 21 juin 2022)
  - Enquête par téléphone en outremer (13 juin – 7 juillet 2022)
- Échantillon de 4 000 personnes environ, représentatif des personnes résidant en France métropolitaine et dans les cinq départements et régions d'outremer
- Échantillon stratifié par région, représentatif au niveau régional pour l'indicateur de la pratique sportive
- Enquête à méthodologie et à champ constants par rapport à 2018 et 2020

Pour plus de détails méthodologiques (quotas, redressement, apurement des données, etc. cf. la note méthodologique)

4023

personnes interrogées sur l’ensemble du territoire

Pour plus de détails méthodologiques (quotas, redressement, apurement des données, etc. cf. la note méthodologique)

Définitions et aides à la lecture

- **La pratique sportive :** les activités physiques ou sportives (APS) vont de la pratique récréative occasionnelle à la plus compétitive. Une personne considérée comme ayant ou ayant eu une pratique physique et sportive lorsqu'elle déclare avoir pratiqué au moins une activité parmi une liste de 106 disciplines sportives, au cours des 12 derniers mois. Ainsi, « le sport » est entendu dans une acception large qui recouvre à la fois la pratique physique récréative, comme la marche en pleine nature, et la pratique en compétition. Pour mémoire, l'estimation de la part de pratiquants sportifs dépend du périmètre retenu et de la manière dont sont formulées les questions de l'enquête.

- **Un pratiquant régulier** est une personne qui déclare avoir réalisé 52 séances d'APS ou plus au cours des douze derniers mois, soit une fois par semaine en moyenne

- **Un pratiquant occasionnel** est une personne qui comptabilise moins de 52 séances d'activité physique et sportive sur l'année.

- Le baromètre sport permet de décrire la façon de pratiquer une activité physique et sportive :

  - **la fréquence de la pratique** (nombre de séances déclarées et classement dans les catégories sportif régulier, sportif occasionnel, etc.),
  - **la régularité de la pratique** (tout au long de l'année, seulement le week-end, uniquement pendant les vacances, etc.),
  - **l'intensité de la pratique** (mesure du ressenti par rapport à l'intensité de l'effort physique fourni) et **la durée des séances**.

2

Principaux résultats

- En 2022, **60 % des Français de 15 ans et plus ont pratiqué une activité physique et sportive régulière (en moyenne une fois par semaine au moins au cours des 12 derniers mois)**, soit 6 pt de plus qu'en 2018. La pratique sportive régulière est donc en forte hausse.

- En tenant compte des pratiques occasionnelles, **72 % des Français de 15 ans et plus ont pratiqué au moins une activité physique et sportive au cours des 12 derniers mois**, soit 6 pt de plus qu'en 2018 et 7 pt de plus qu'en 2020.

- En prenant en compte le mode de déplacement principal au quotidien (à pied, à vélo ou en trottinette), 81 % des Français ont pratiqué une APS au moins une fois au cours des 12 derniers mois, en hausse de 5 points par rapport à 2020 et de 6 points par rapport à 2018.

- **La hausse de la pratique sportive régulière est portée par le développement de la marche et de la randonnée** (qui explique la moitié de la hausse observée de 6 points). La plupart des univers sportifs voient leur taux de pratique augmenter, à l'exception des activités aquatiques et nautiques.

- Cette hausse est fortement portée par la pratique féminine : en 2022, **58 % des femmes pratiquent en moyenne au moins une fois par semaine, soit +7 points en 4 ans.** Si la pratique régulière masculine augmente aussi passant de 57 % en 2018 à 62 % en 2022, **l'écart entre hommes et femmes se réduit**, passant de 6 à 4 points.

- La pratique sportive reste socialement différenciée avec une surreprésentation de jeunes ou de hauts revenus et de diplômés du supérieur faisant régulièrement du sport, mais **l'écart entre catégories modestes et catégories aisées se réduit.**

- Par rapport à 2018 et 2020, **la façon de pratiquer évolue**. Les personnes font désormais davantage de sport à domicile et moins dans les structures sportives, en lien avec la montée en puissance du télétravail (30 % des actifs en télétravail déclarent que le fait de travailler à distance a augmenté leur pratique sportive).

- Les personnes déclarent par ailleurs plus souvent qu'auparavant faire du sport pour améliorer leur santé, et moins pour le plaisir et l'amusement.

- L'inscription en club n'est pas toujours chose aisée : **trois Français sur dix se sont vus refuser une inscription en club ou en association** pour eux ou leurs enfants au cours des cinq dernières années. Cette expérience est plus fréquente pour les jeunes et les personnes à bas revenus.

PUBLICATION

Retrouvez ***INJEP analyses & synthèses,***

le 4 pages issu de l'enquête

sur le site **www.injep.fr**

www.injep.fr/publication/comment-l-apres-covid-stimule-l-elan-sportif-des-Francais

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

injep
analyses & synthèses

STATISTIQUE PUBLIQUE N° 65 • Février 2023

Comment l'après-Covid stimule l'élan sportif des Français

Le dernier *Baromètre national des pratiques sportives* fait apparaître une augmentation des pratiques sportives dans un contexte post-épidémique. Ce regain d'appétence des Françaises et des Français n'est pas seulement imputable à la reprise des activités sportives habituelles après presque deux ans de contraintes sanitaires. Elle résulte aussi de changements dans les modalités de pratique sportive, consécutifs à la pandémie : les personnes font désormais davantage de sport à domicile et moins dans les structures sportives, en lien avec la montée en puissance du télétravail. Elles déclarent par ailleurs plus souvent qu'auparavant faire du sport pour améliorer leur santé. Ces tendances s'avèrent encore plus marquées chez les femmes et les plus de 40 ans. Les univers de la marche, de la course, de la forme et de la gymnastique sont les principaux bénéficiaires de cette hausse de pratique.

Jörg Müller,
chercheur au CRÉDOC,

Philippe Lombardo,
chargé d'études statistiques
(INJEP)

Mis en place en 2018, le *Baromètre national des pratiques sportives* [encadré « Comprendre », p. 2] fait état d'une forte appétence des Français, et en particulier des Françaises, pour les pratiques sportives, après deux ans marqués par la pandémie. En effet, en 2022, 60 % des Français font du sport régulièrement – à savoir en moyenne une fois par semaine [encadré « Définition », p. 2]. C'est six points de plus qu'en 2018 (Croutte, Müller, 2021). L'intensité déclarée des séances est un peu plus forte, et la durée de celles-ci également.

En incluant les sportifs plus occasionnels, 72 % des Français déclarent avoir pratiqué une activité physique et sportive au cours des 12 derniers mois ; cette proportion atteint 81 % en tenant aussi compte des activités sportives à des fins utilitaires comme les déplacements quotidiens à pied, à vélo ou encore à trottinette.

L'univers de la marche et de la course à pied particulièrement prisé en 2022

La pratique sportive est en hausse dans l'ensemble des univers sportifs ou familles de disciplines, à l'exception des sports aquatiques et nautiques [graphique 1, p. 3]. Cependant, l'univers de la marche et de la course reste de loin le plus prisé. C'est aussi celui qui progresse le plus : en 2022, 47 % des Français âgés de 15 ans et plus déclarent avoir pratiqué une activité de cette famille au moins une fois dans l'année, qu'il s'agisse de marche – randonnée pédestre, marche nordique ou encore marche athlétique – ou de course à pied – du footing de détente à l'ultra-trail – contre 40 % en 2018. La hausse est particulièrement marquée chez les pratiquants réguliers (41 %, + 8 points). Les activités de la forme et de gymnastique suivent avec 26 % de pratiquants (+ 4 points par rapport à 2018). Les sports de cycle ou motorisés, principalement le vélo (21 %, + 3 points par rapport à 2018) et les sports aquatiques et nautiques (19 %,

INJEP ANALYSES & SYNTHÈSES figure dès sa parution sur le site internet de l'INJEP : www.injep.fr (rubrique « publications »)

3

Évolution des principaux indicateurs

Synthèse des principaux indicateurs sur les pratiquants réguliers

Évolutions 2018* - 2022

60 % (+6)

De pratiquants sportifs réguliers

78 % (+3)

De pratiquants réguliers
Chez les 15-24 ans

58 % (+7)

De pratiquantes régulières
parmi les femmes

47 % (+3)

De pratiquants réguliers
chez les personnes en situation de handicap

* Les évolutions pour la pratique régulière sont représentées par rapport à 2018 du fait que la régularité de la pratique pour 2020 est mesurée via un indicateur sur 10 mois (hors confinement) puis via un deuxième indicateur sur 2 mois (périodes de confinement). Afin d'éviter d'éventuels biais de comparaison, l'année 2018 (fréquence sur 12 mois) a été privilégiée.

Synthèse principaux indicateurs sur l'ensemble de la pratique (y c. occasionnelle)

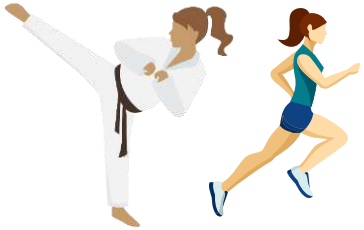
Evolutions 2018-2022

72 % (+6)

De pratiquants sportifs
(y compris occasionnels)

81 % (+6)

De pratiquants sportifs
y compris les modes de transports actifs



71 % (+8)

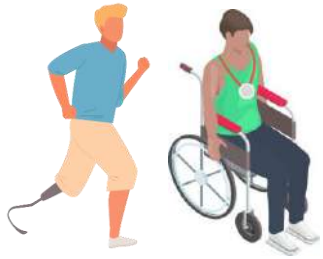
De pratiquantes sportives
parmi les femmes

60 % (+6)

De pratiquants sportifs
réguliers

29 % (+9)

De non-pratiquants
Souhaitant pratiquer une activité



56 % (+4)

De pratiquants sportifs
chez les personnes en situation de handicap

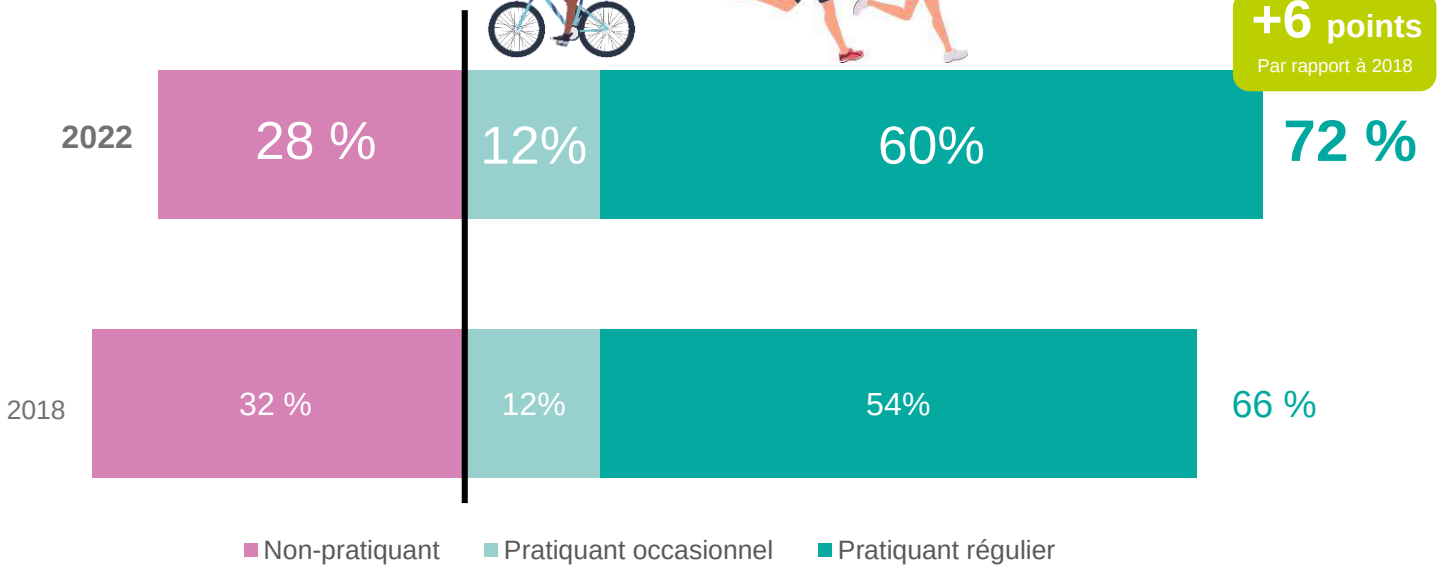
4

Une hausse de la pratique sportive en 2022

Un taux de pratique régulière à la hausse :

Six Français sur dix ont pratiqué une activité physique et sportive une fois par semaine en moyenne au cours des 12 derniers mois, contre 54 % en 2018*

Pratique physique et sportive chez les pratiquants réguliers et occasionnels
Evolutions 2018-2022



* Les évolutions pour la pratique régulière sont représentées par rapport à 2018 du fait que la régularité de la pratique pour 2020 est mesurée via un indicateur sur 10 mois (hors confinement) puis via un deuxième indicateur sur 2 mois (périodes de confinement). Afin d'éviter d'éventuels biais de comparaison, l'année 2018 (fréquence sur 12 mois) a été privilégiée.

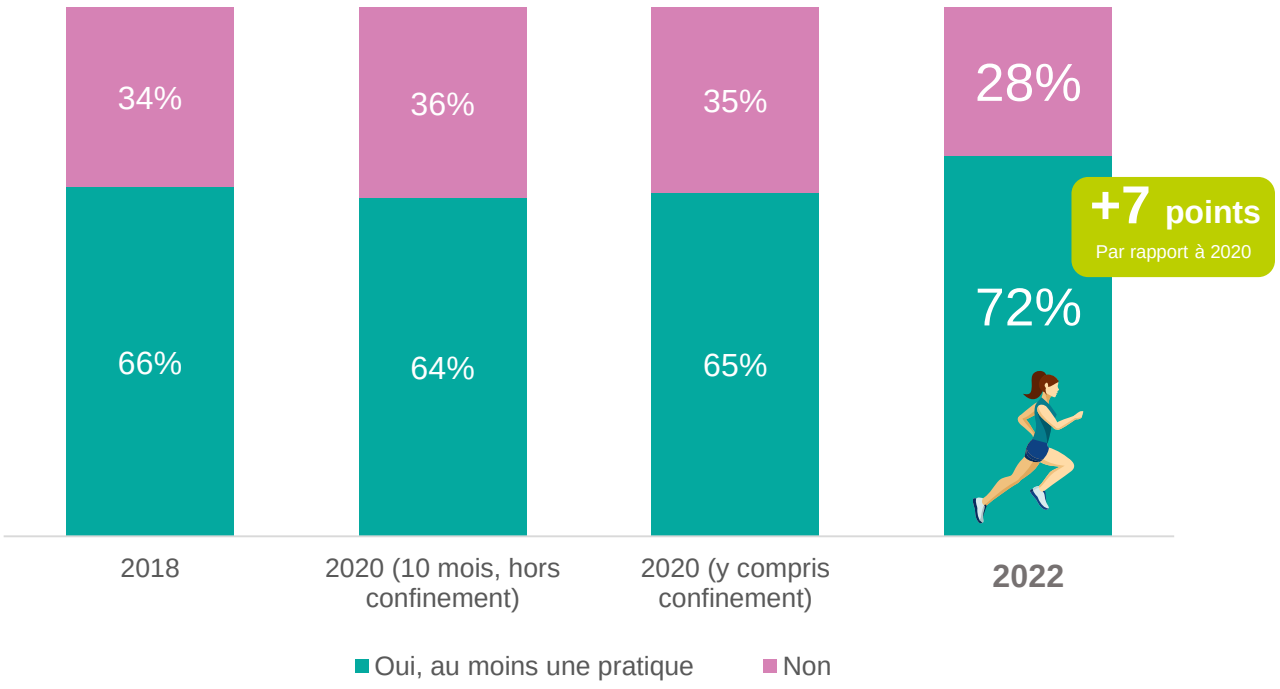
Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2022

En incluant la pratique occasionnelle, plus de sept Français sur dix ont pratiqué une activité physique et sportive au cours des 12 derniers mois

La proportion de pratiquants augmente de 6 points par rapport à 2018 et de sept points par rapport à 2020 (10 mois hors période de confinement). En 2020, la première année de la pandémie, le niveau de pratique avait très légèrement reculé.

En 2022, alors que les dernières mesures de restrictions sanitaires ont pris fin en février, le taux de pratique se situe nettement au-dessus des niveaux enregistrés dans les éditions précédentes.

Proportion de Français ayant pratiqué une activité physique ou sportive au cours des 12 derniers mois



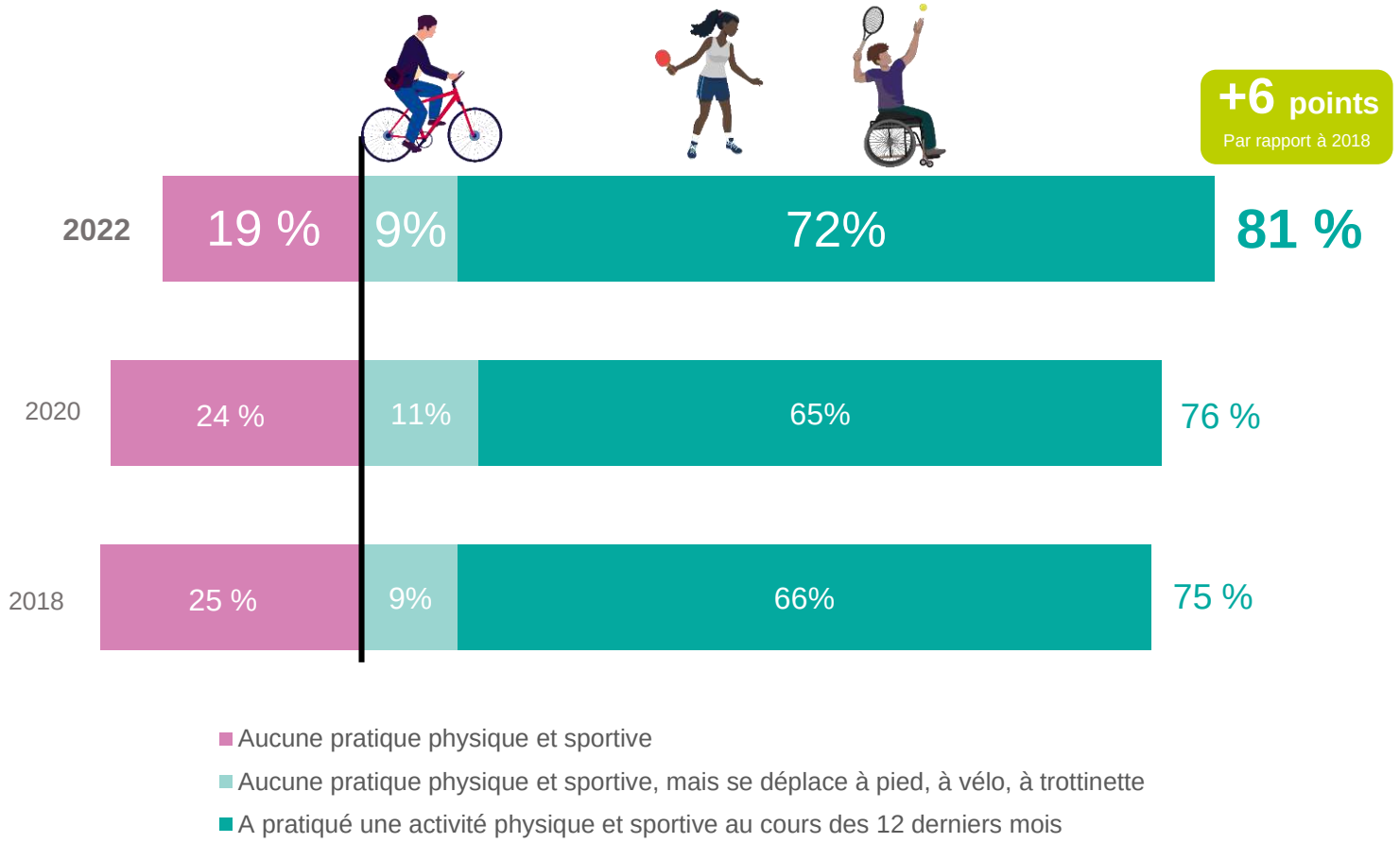
Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

Un taux de pratique y compris occasionnelle porté à 81 % lorsqu'on prend en compte la mobilité douce

Lorsqu'on prend en compte le mode de déplacement principal pour les trajets du quotidien et que l'onconsidère que ceux qui se déplacent à pied, à vélo ou en trottinette (y compris trottinette électrique) pratiquent une activité physique, la proportion de pratiquants au moins une fois dans l'année atteint 81 %, soit +6 points par rapport à 2018.

Restent 19 % de Français sédentaires qui ne pratiquent aucune activité physique et sportive même pour se déplacer au quotidien.

Pratique physique et sportive, y compris modes de transport actifs



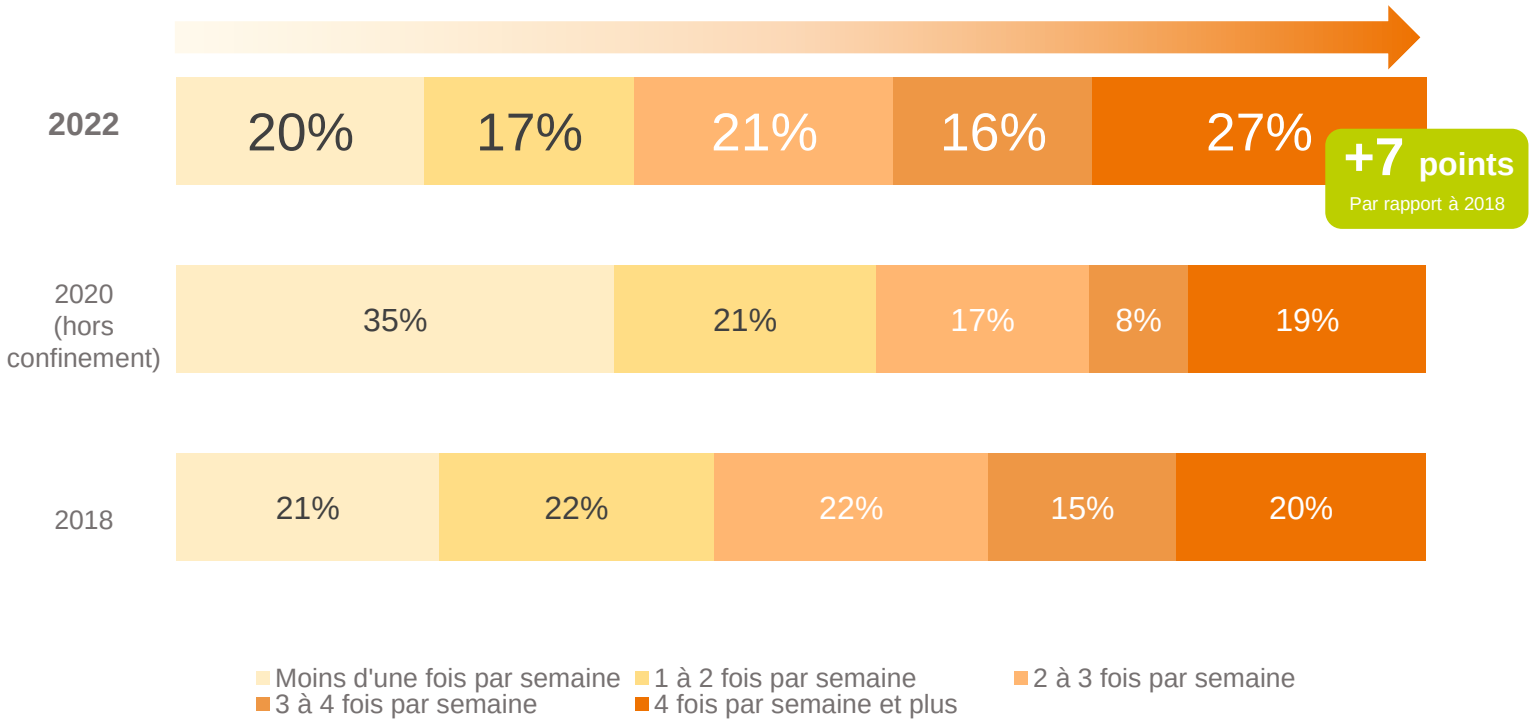
Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

Une pratique régulière pour la première activité **en hausse**

Les personnes qui pratiquent leur sport principal (activité de rang n° 1) deux fois ou plus par semaine représentent la proportion la plus importante des pratiquants avec 64 % (+7 points). 17 % déclarent avoir une régularité moindre (une fois par semaine) et seuls 20 % font leur sport préféré de façon sporadique, à savoir moins d'une fois par semaine.

Par rapport à 2018, c'est notamment la proportion de pratiquants très réguliers qui augmente. 27 % pratiquent au moins quatre fois par semaine, soit +7 points par rapport à 2018.

En tout, combien de fois avez-vous pratiqué au cours des 12 derniers mois ?
- Activité 1-
Champ : Ensemble des pratiquants

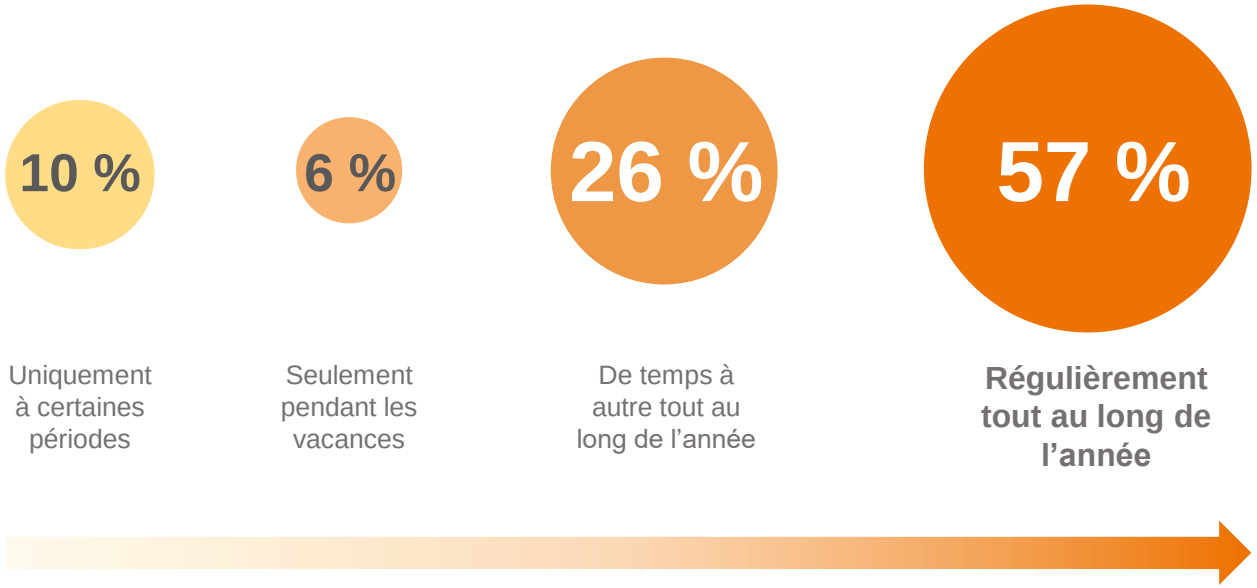


Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives 2018, 2020, 2022

Plus d'un pratiquant sur deux fait du sport tout au long de l'année

57 % des pratiquants indiquent une pratique de leur activité sportive principale tout au long de l'année. En 2022, seulement 16 % des sportifs limitent leur activité sportive aux vacances ou à certaines périodes de l'année, mais ne pratiquent pas en dehors de ces périodes.

Au cours des 12 derniers mois, quand avez-vous pratiqué ?
- Activité 1-
Champ : Ensemble des pratiquants
2022



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2020, 2022

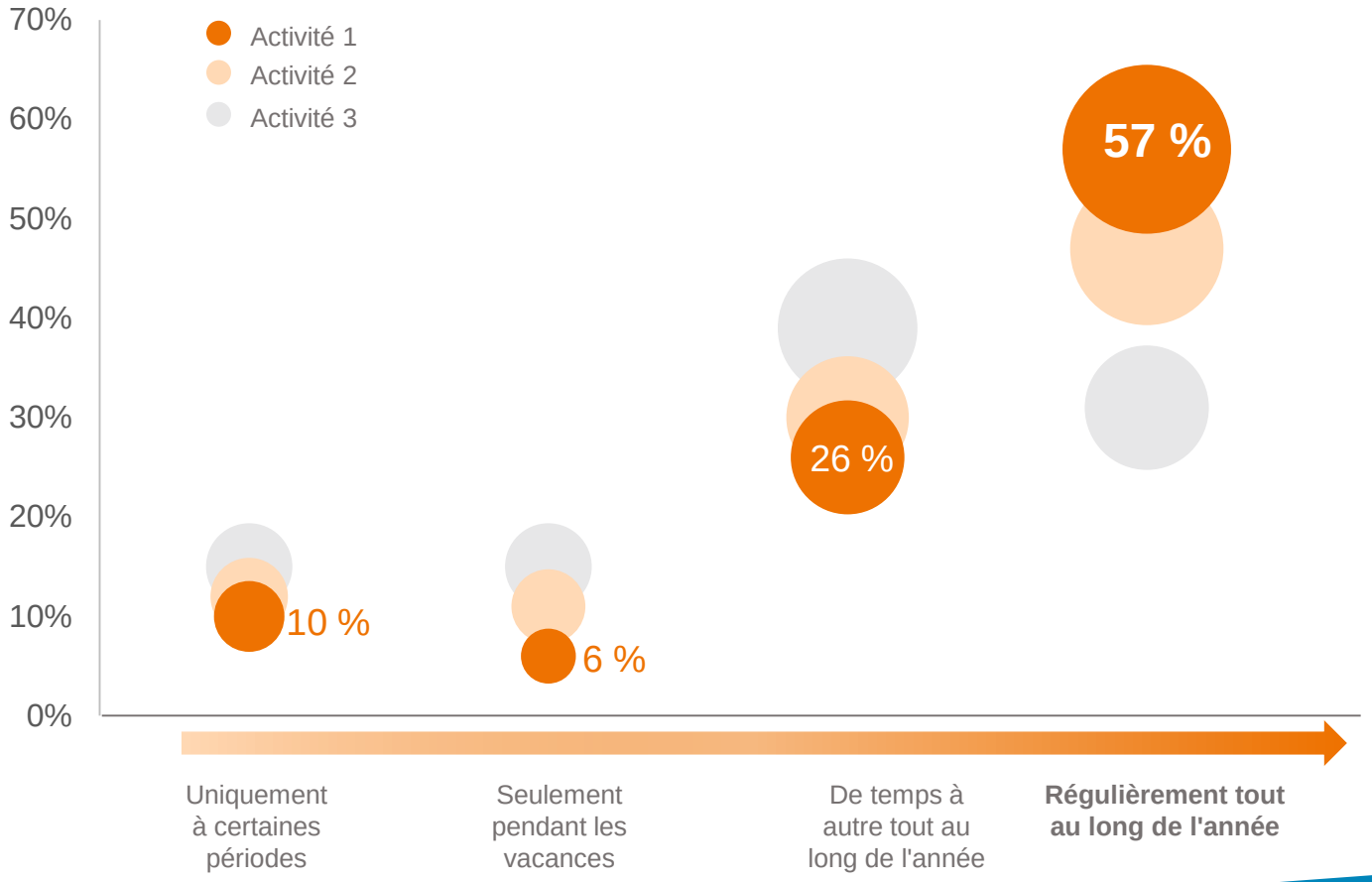
Fréquence et régularité vont de pair

Plus une activité est pratiquée fréquemment (en nombre de séances dans l'année), plus la pratique s'effectue régulièrement, tout au long de l'année.

La deuxième et la troisième activité sportive déclarées sont plus souvent pratiquées ponctuellement pendant l'année.

Les résultats restent relativement stables par rapport aux éditions précédentes.

La régularité de la pratique selon le rang de celle-ci ?
Champ : Ensemble des pratiquants
2022



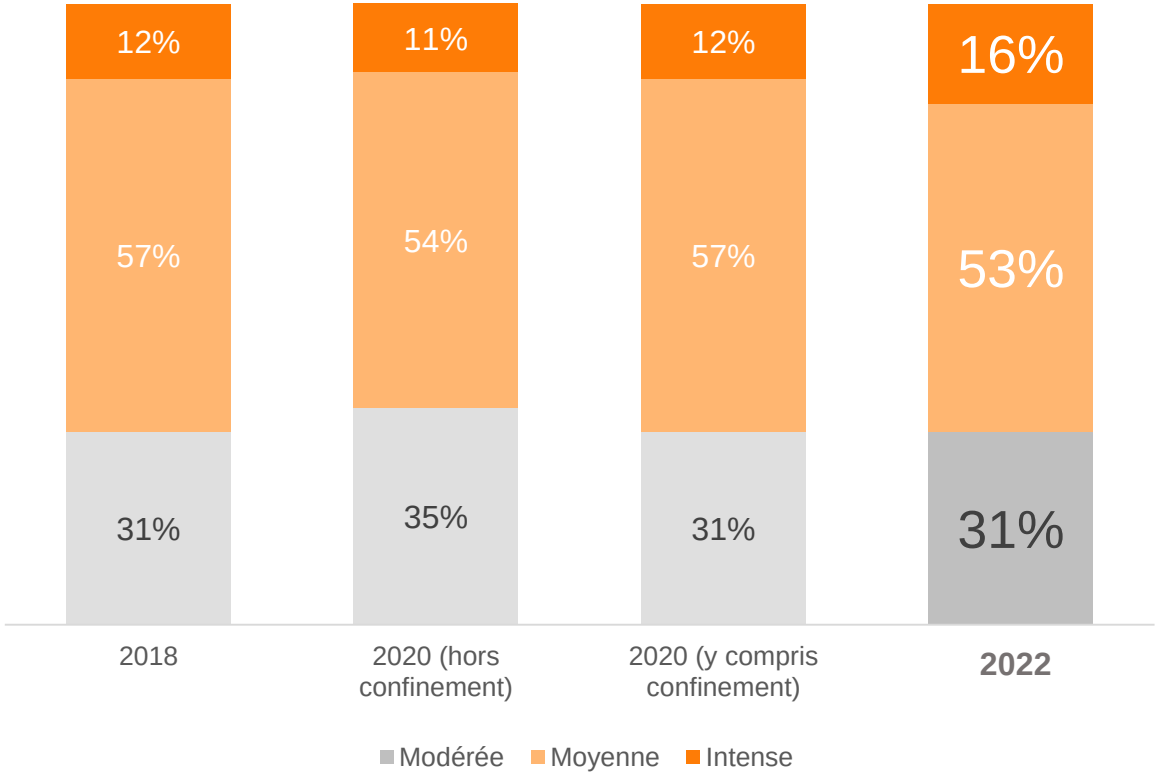
Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

Pour les pratiquants réguliers, des séances plus intenses qu'en 2018

16 % des pratiquants réguliers (pour la première activité citée) **déclarent qu'ils pratiquent leur principale activité sportive de façon intense.**

Par rapport à 2020, le sentiment de pratiquer plus intensément pendant les séances sportives a progressé de 4 points.

Intensité des séances
- Activité 1-
Quelle est l'intensité de vos séances ?
Champ : Ensemble des pratiquants réguliers (>51 séances dans l'année)



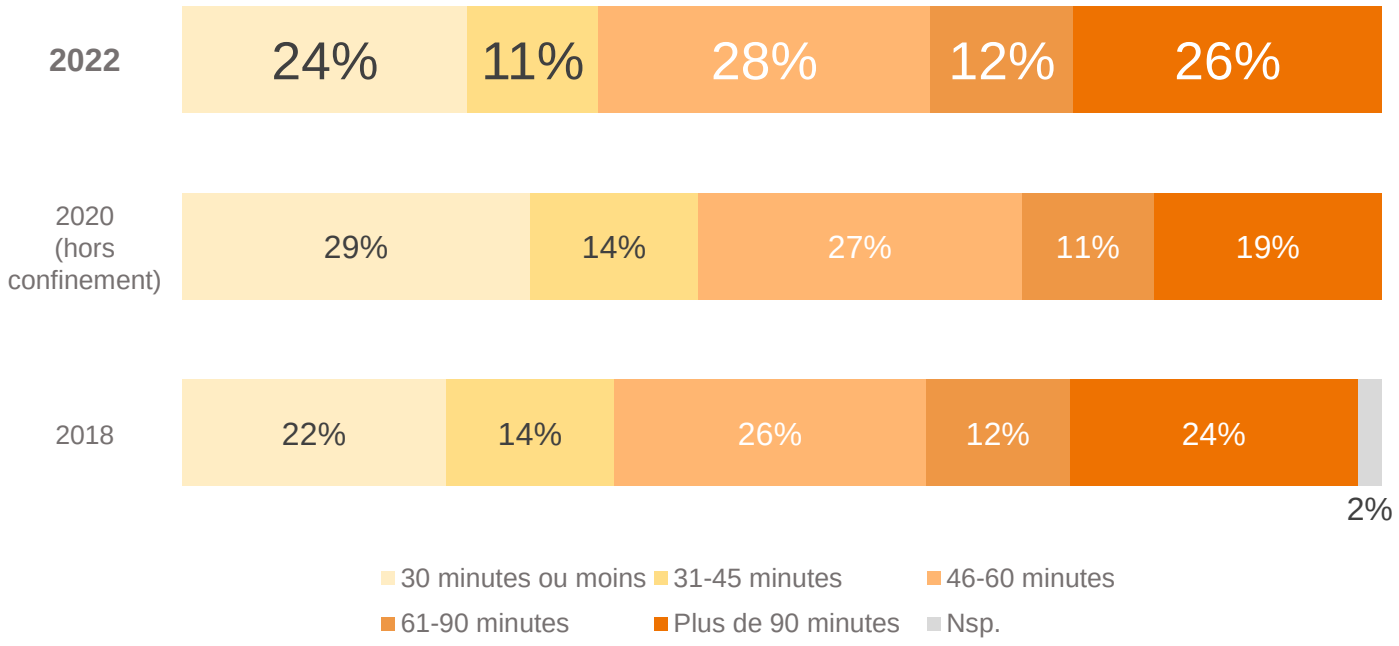
Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

En 2022, 66 % des séances régulières durent plus de 45 minutes

Par rapport à 2018, la durée des séances progresse légèrement. En 2022, 66 % des séances durent plus de 45 minutes, contre 62 % en 2018.

Concernant les activités régulières (au moins une fois par semaine sur une année), les durées d'effort affichées s'avèrent **extrêmement variables** : une séance sur cinq dure 30 minutes ou moins (24 %) ; une proportion proche durant 90 minutes ou plus (26 %). Les écarts en fonction du rang de l'activité sont ici assez réduits (durée moyenne des séances de 74 minutes pour l'activité principale et de 69 ou 65 minutes pour les autres). La médiane est, dans tous les cas, de 60 minutes.

Durée des séances
- Activité 1-
Quelle est la durée moyenne de vos séances ?
Champ : Ensemble des pratiquants réguliers (>51 séances dans l'année)



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

5

Une pratique sportive un peu moins différenciée selon le genre et le milieu social en 2022

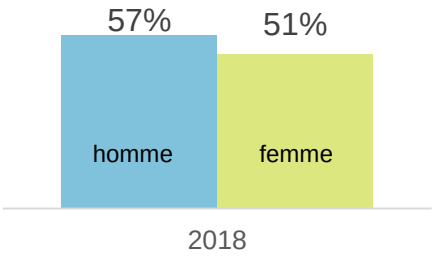
La hausse de la pratique régulière est portée par celle des femmes.

L'écart entre hommes et femmes se resserre

Les femmes déclarent toujours un peu moins souvent que les hommes d'avoir pratiqué une activité physique et sportive en moyenne une fois par semaine, mais par rapport à 2018 l'écart se resserre.

En 2022, le taux de pratique régulière chez les hommes est de 62 % contre 58 % pour les femmes. En 2018, l'écart était encore de 6 points.

Le nivellement de l'écart selon le sexe amorcé en 2020 se confirme donc en 2022.

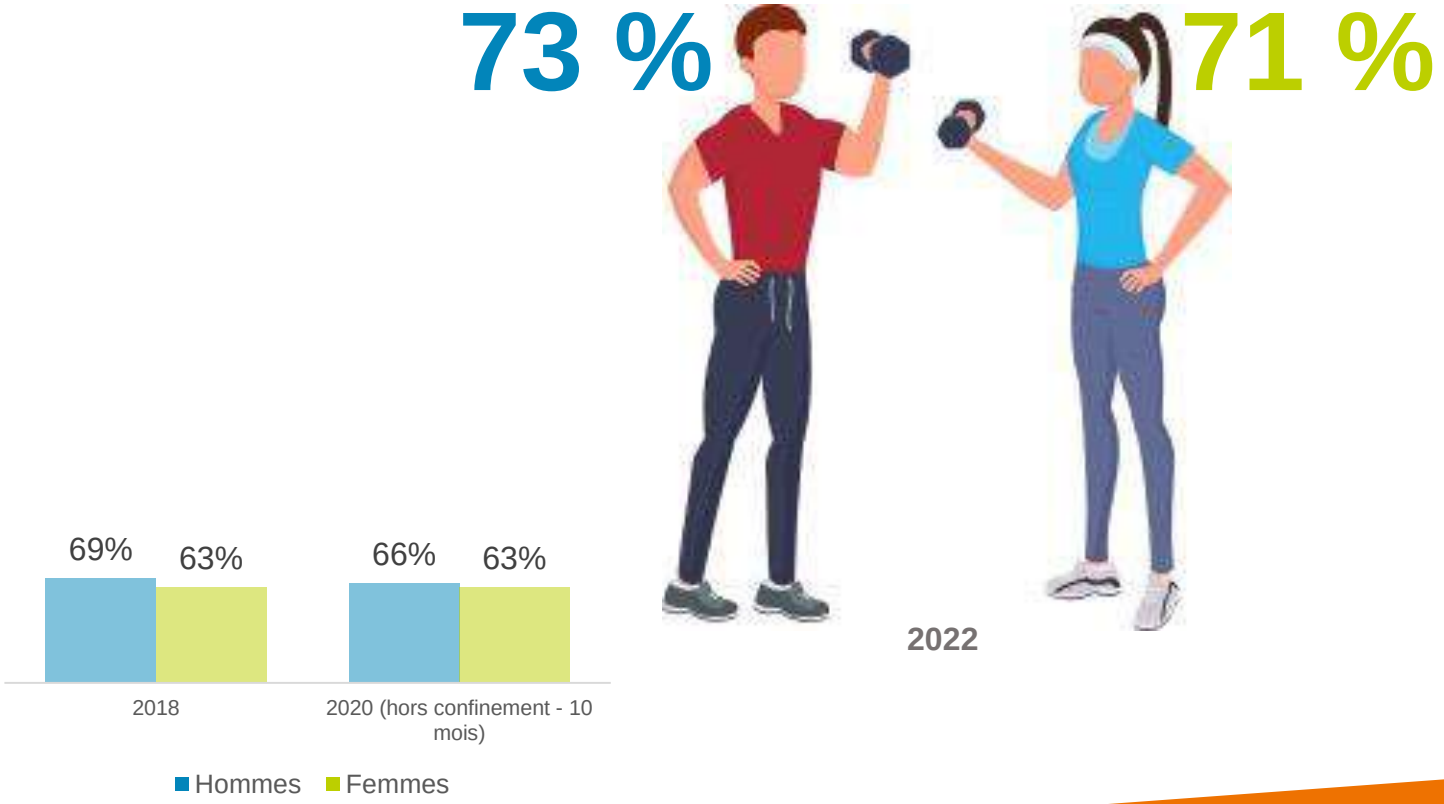


Pratiquants réguliers selon le sexe
Evolution 2018-2022

Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2022

En prenant en compte les activités pratiquées occasionnellement, les différences selon le sexe sont encore plus faibles.

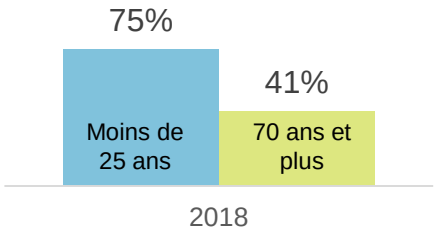
Proportion de pratiquants (y compris occasionnels) selon le sexe



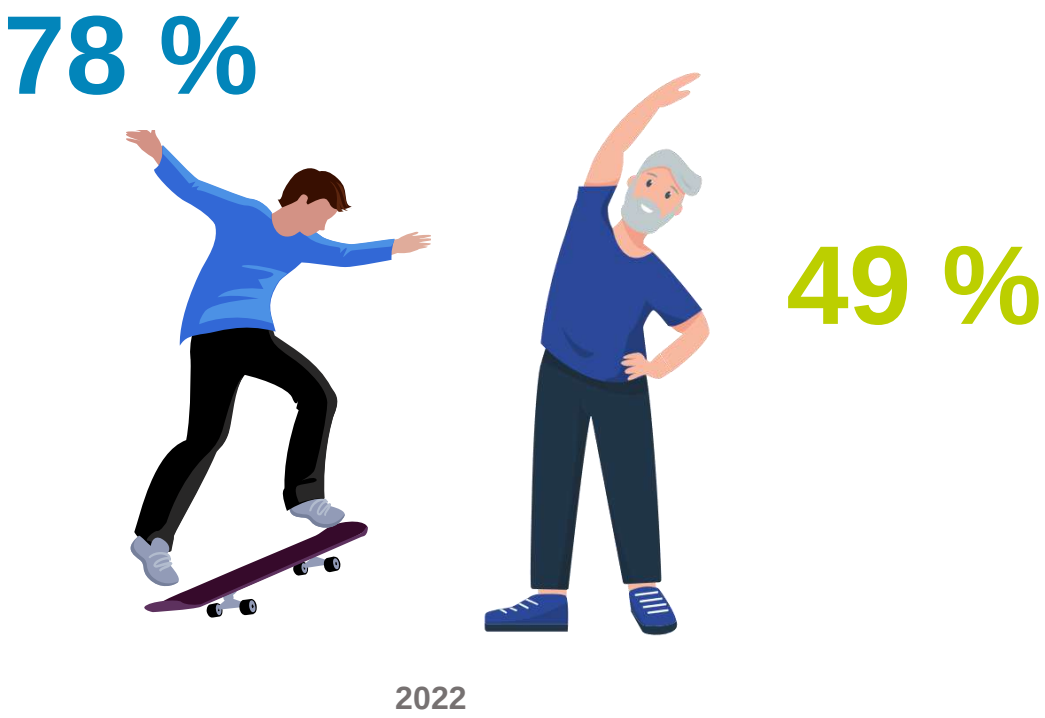
Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

La pratique régulière augmente dans toutes les tranches d'âge, notamment chez les plus de 40 ans

Même si les jeunes restent plus sportifs (78 % font du sport en moyenne une fois par semaine), **la pratique régulière enregistre une forte hausse de 8 points chez les 70 ans et plus (49 %)**



Pratiquants réguliers chez les moins de 25 ans et les 70 ans et plus
Évolution 2018-2022



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2022

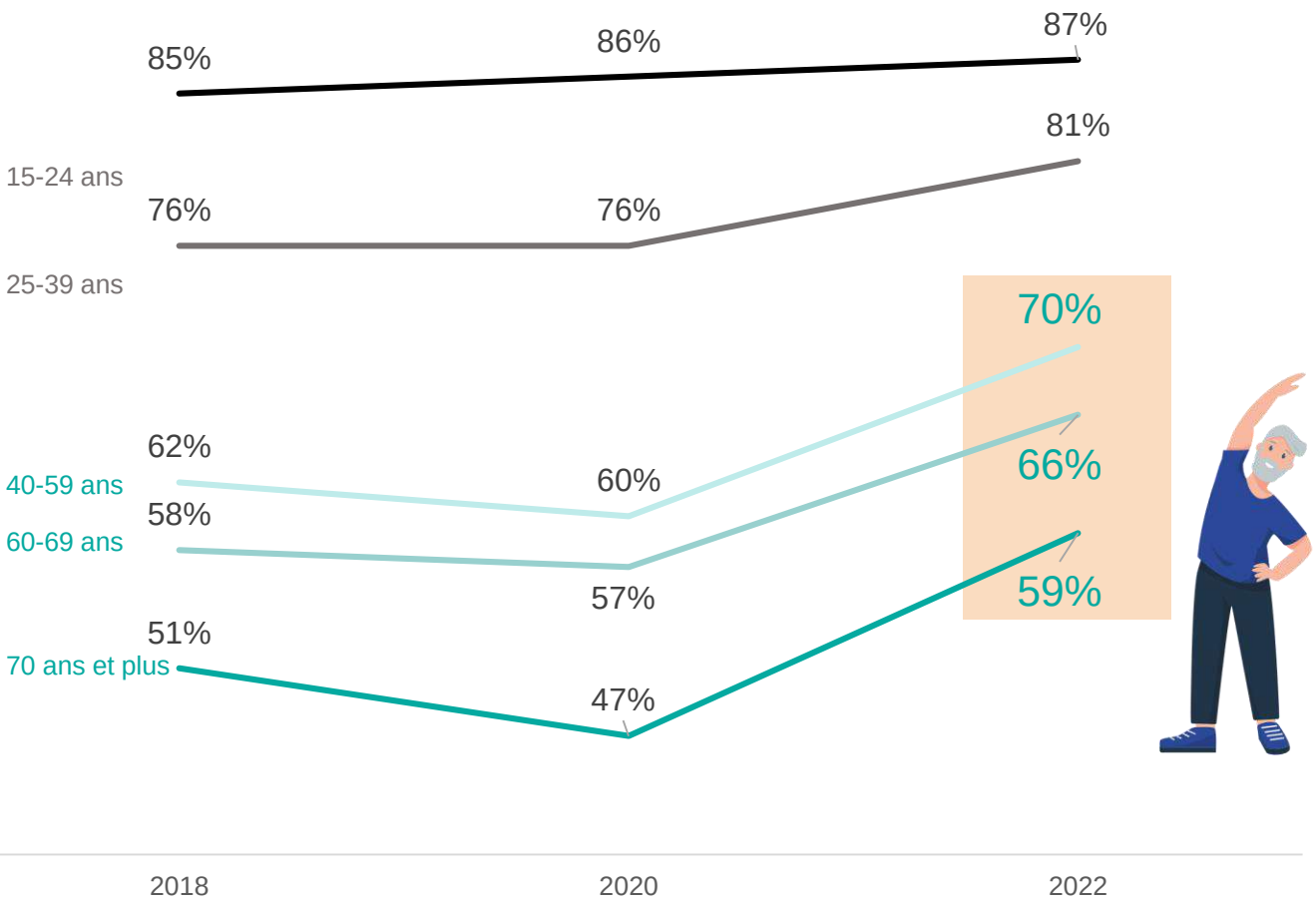
En prenant en compte la pratique occasionnelle, la hausse dépasse les 10 points chez les plus de 40 ans

Le taux de pratique augmente dans l'ensemble des tranches d'âges et, de façon plus marquée, chez les plus de 40 ans.

Toutefois, l'écart entre les moins de 40 ans et les plus de 40 ans reste significatif, notamment lorsque l'on considère la régularité de la pratique.

En 2022, 70 % des moins de 40 ans pratiquent au moins 2 fois par semaine en moyenne, contre 58 % des plus de 40 ans.

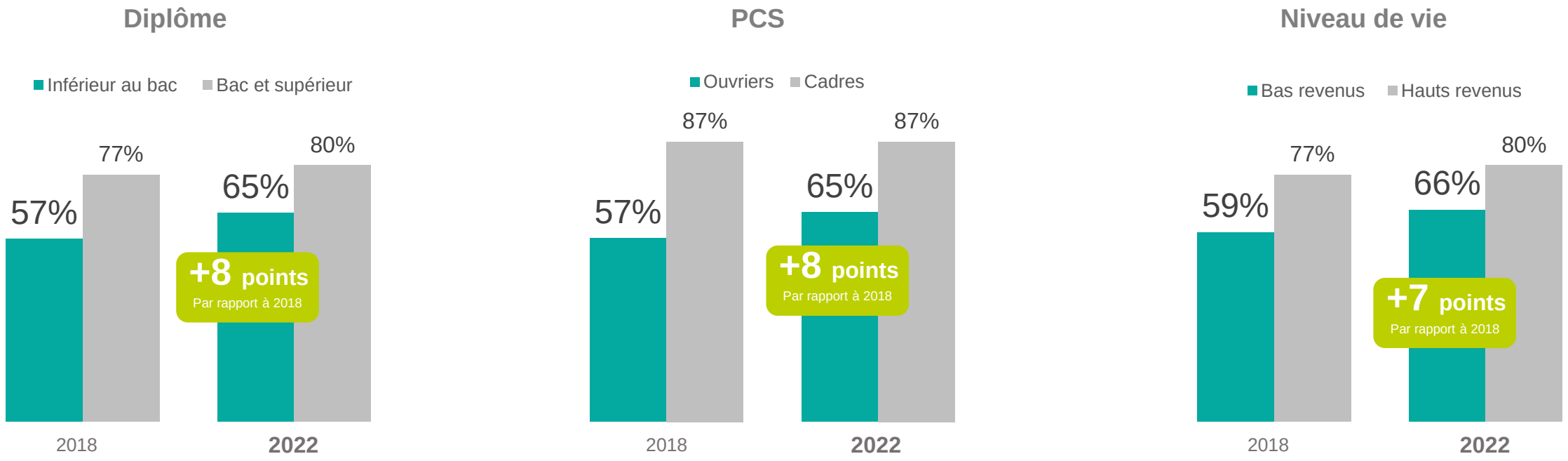
Proportion de pratiquants selon l'âge
Evolutions 2018-2020-2022



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

Une reprise de la pratique sportive plus forte parmi les catégories sociales plus modestes

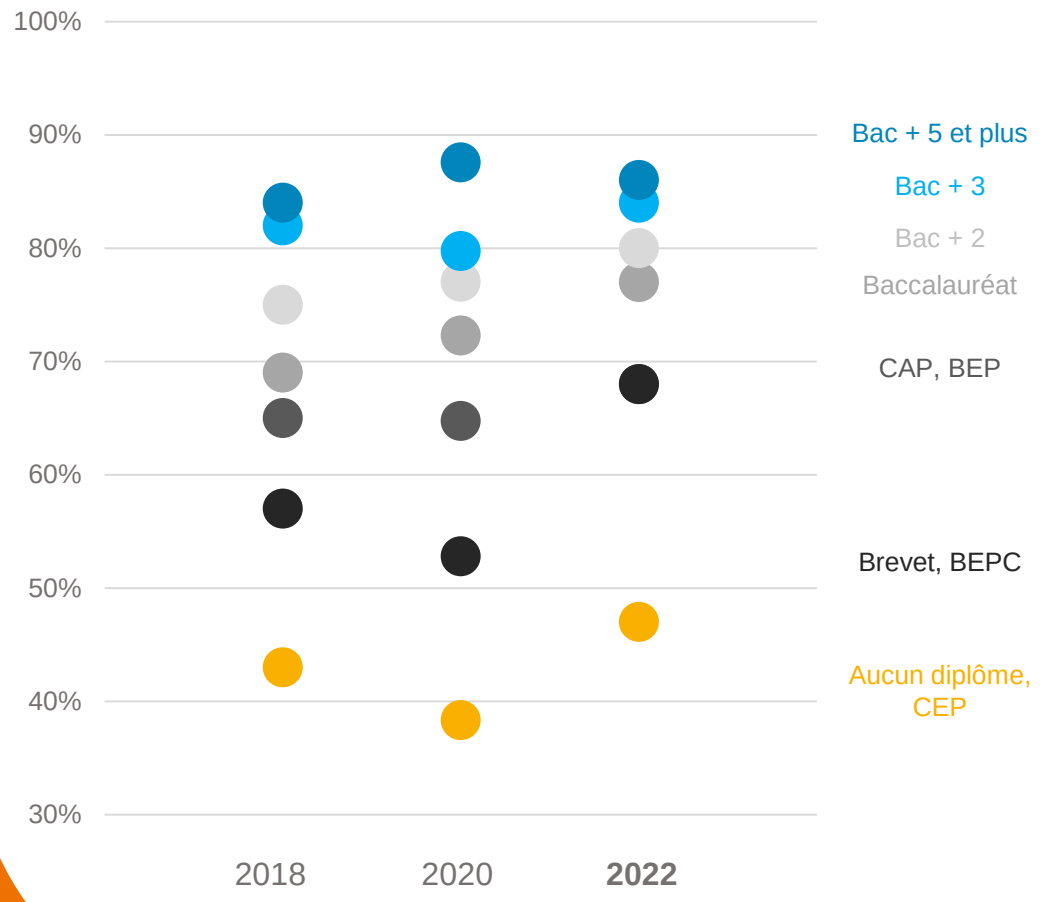
Proportion de personnes ayant déclaré au moins une activité au cours des 12 derniers mois

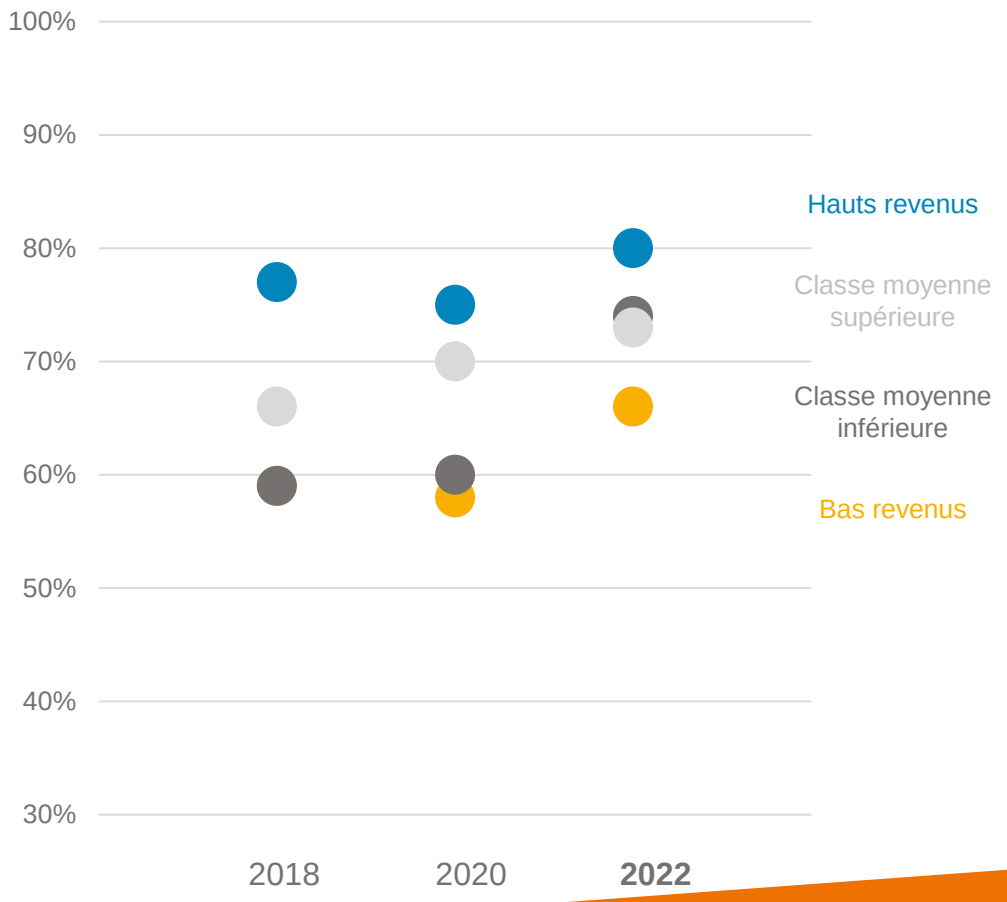


Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

La pratique sportive reste plus répandue et plus régulière au sein des catégories favorisées

Taux de pratique selon les descripteurs socio-démographiques – diplôme et revenus

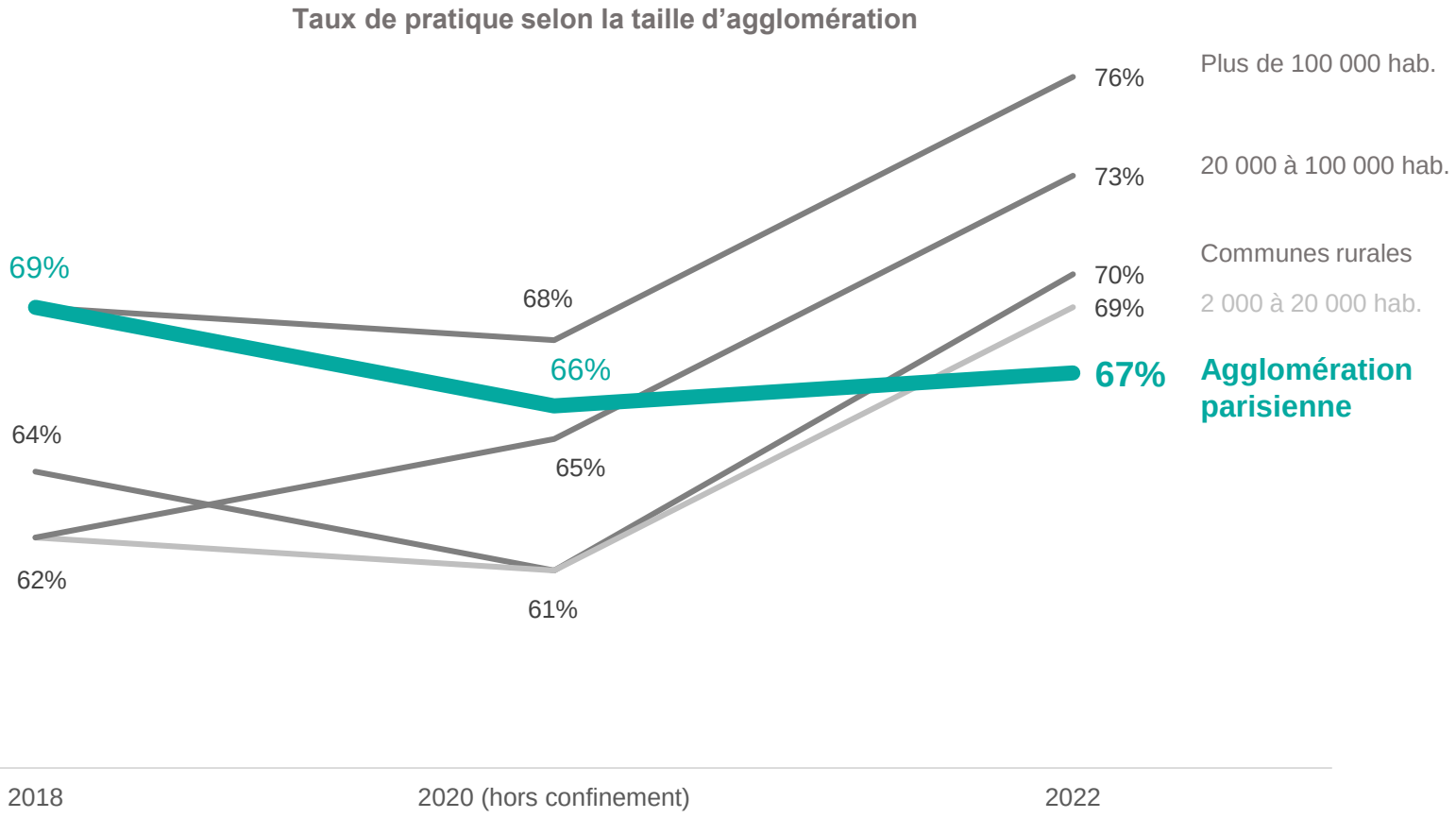




Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

INJEP CRÉDOC

Un taux de pratique sportive en progression partout en France à l'exception de l'agglomération parisienne



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

6

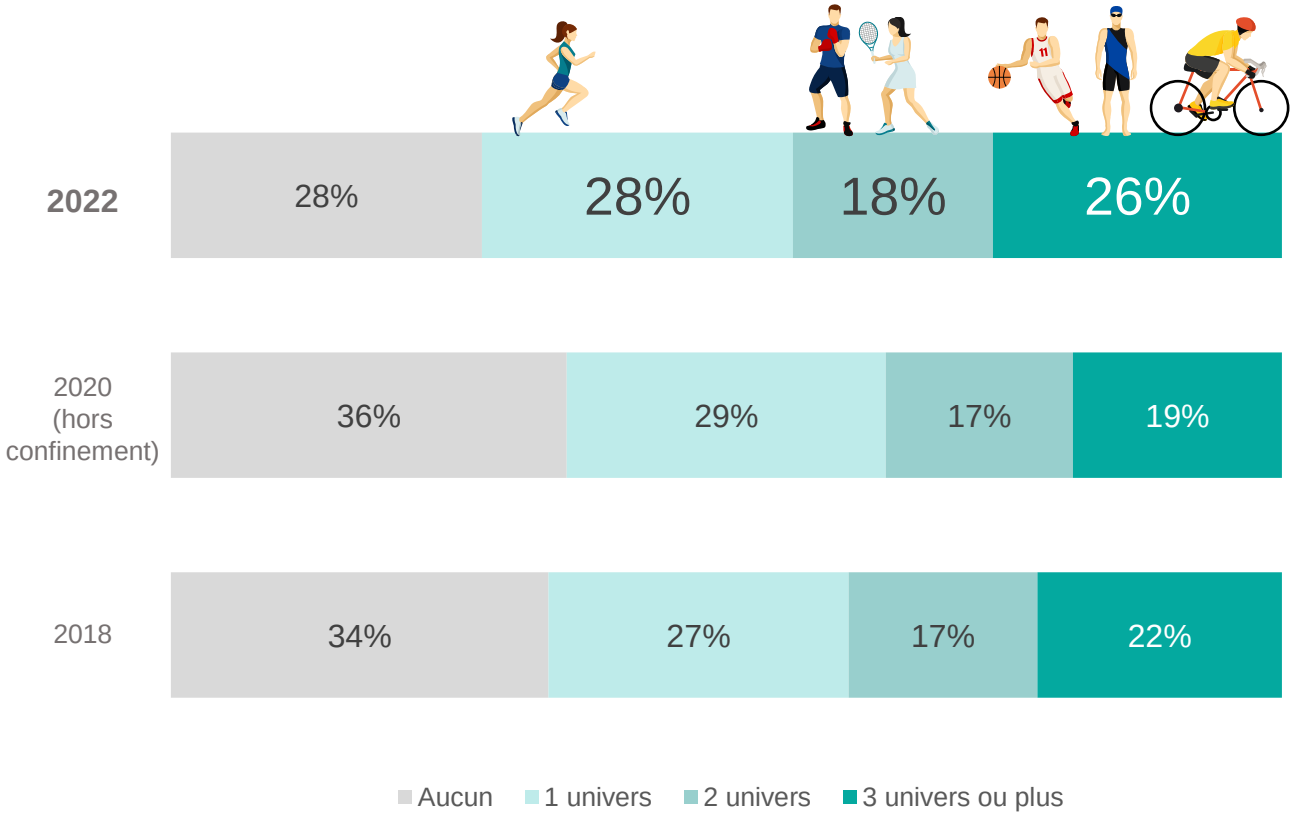
Les différents univers sportifs bénéficient inégalement de la reprise

Plus de quatre Français sur dix pratiquent des activités sportives issues de différents univers sportifs

En 2022, 28 % des Français ont pratiqué des activités issues d'un seul univers sportif (regroupant des activités de même type), 18 % de deux et 26 % de trois univers et plus.

Les pratiquants évoluant dans plusieurs univers sportifs différents sont significativement plus nombreux qu'en 2018 (+4 points) et 2020 (+7 points).

Nombre d'univers sportifs (familles de disciplines de même type) pratiqués par les 15 ans et plus

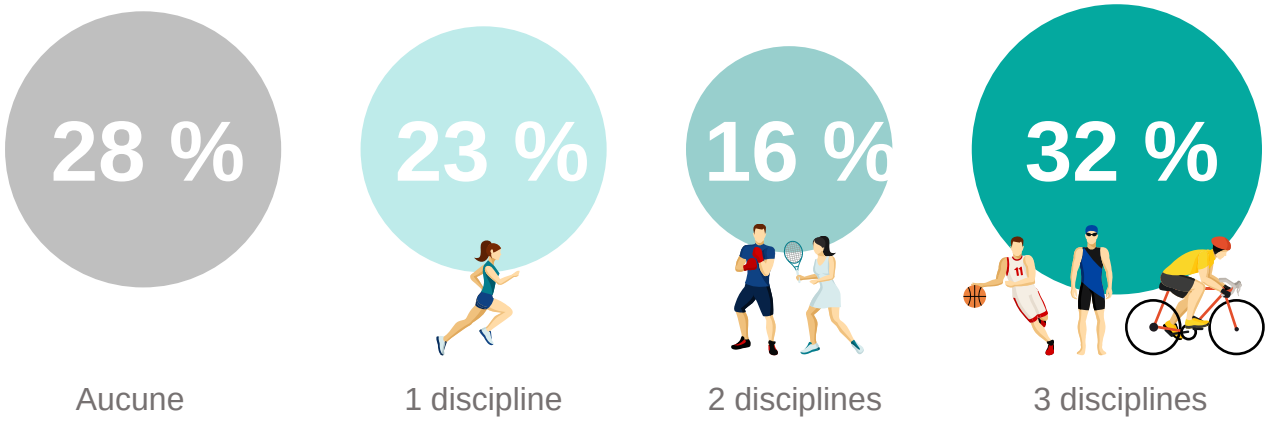


Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

Un tiers des Français pratiquent trois disciplines ou plus

Au cours des douze derniers mois, près d'un tiers des Français âgés de 15 ans et plus (32 %, +3 points par rapport à 2018) indiquent avoir pratiqué au moins trois sports différents durant l'année, 16 % (+2) se limitent à deux disciplines et 23 % (sans changement) se contentent d'un seul sport.

Nombre de disciplines pratiquées par les 15 ans et plus

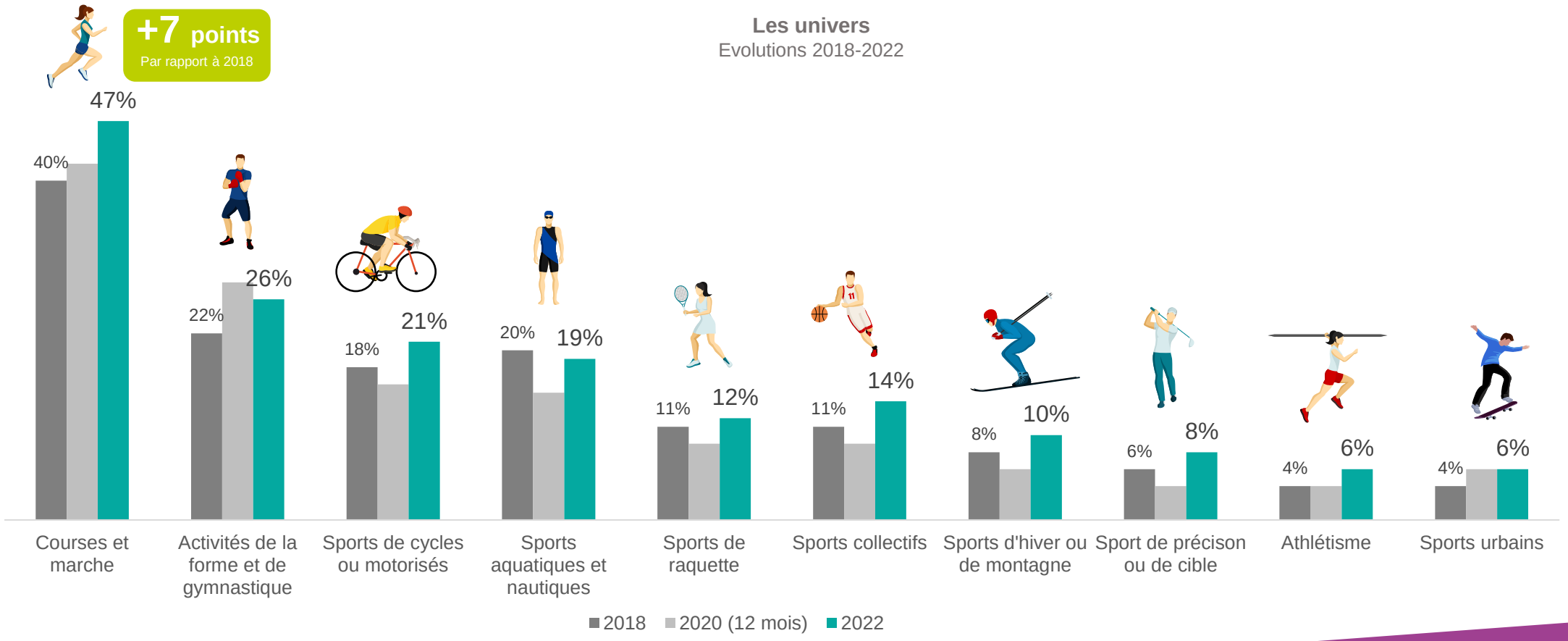


47 % chez les moins de 40 ans (vs 23 % des plus de 40 ans)

34 % chez les hommes vs 30 % chez les femmes

Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

La pratique physique et sportive est en hausse dans quasi l'ensemble des univers pratiqués



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

INJEP CRÉDOC

Qui pratique dans quel univers ? Catégories surreprésentées par rapport à la **moyenne**

Marche et course
47 %

Femmes (49 %)*

60-69 ans (51 %)

Prof. intermédiaires (58 %)

Classes moyennes supérieures** (55 %)

Bac et + (54 %)

Sports aquatiques et nautiques
19 %

Femmes (20 %)

25-39 ans (25 %)

Cadres (31 %)

Hauts revenus (23 %)

Bac et + (24 %)

Forme et gymnastique
26 %

Femmes (32 %)

15-24 ans (41 %)

Cadres (34 %)

Hauts revenus (31 %)

Bac et + (32 %)

Sports collectifs
14 %

Hommes (21 %)

15-24 ans (40 %)

Étudiants (31 %)

Bas revenus (20 %)

Bac et + (16 %)

Sports de cycle
21 %

Hommes (27 %)

25-39 ans (29 %)

Cadres (38 %)

Hauts revenus (25 %)

Bac et + (25 %)

** Les quatre catégories de niveau de vie sont définies par rapport à la médiane des niveaux de vie mensuels (ensemble des ressources rapportées à la composition du foyer) : – les « bas revenus » : niveau de vie inférieur à 0,7 de la médiane, soit 1 285 euros pour une personne seule, – les classes moyennes inférieures : entre 1 285 euros et 1 840 euros, – les classes moyennes supérieures (entre la médiane et 1,5 de la médiane, soit entre 1 840 euros et 2 755 euros), – les hauts revenus : 1,5 de la médiane ou plus, soit plus de 2 755 euros.

Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022
*Lecture : En 2022, 49 % des femmes pratiquent une discipline de l'univers « marche et course », contre 47 % de pratiquants en moyenne.

7

Retour sur la pandémie : une privation de sport ayant donné envie de davantage pratiquer ?

Pour près d'un Français sur deux, la pandémie de la Covid19 n'a eu aucun impact sur sa pratique sportive

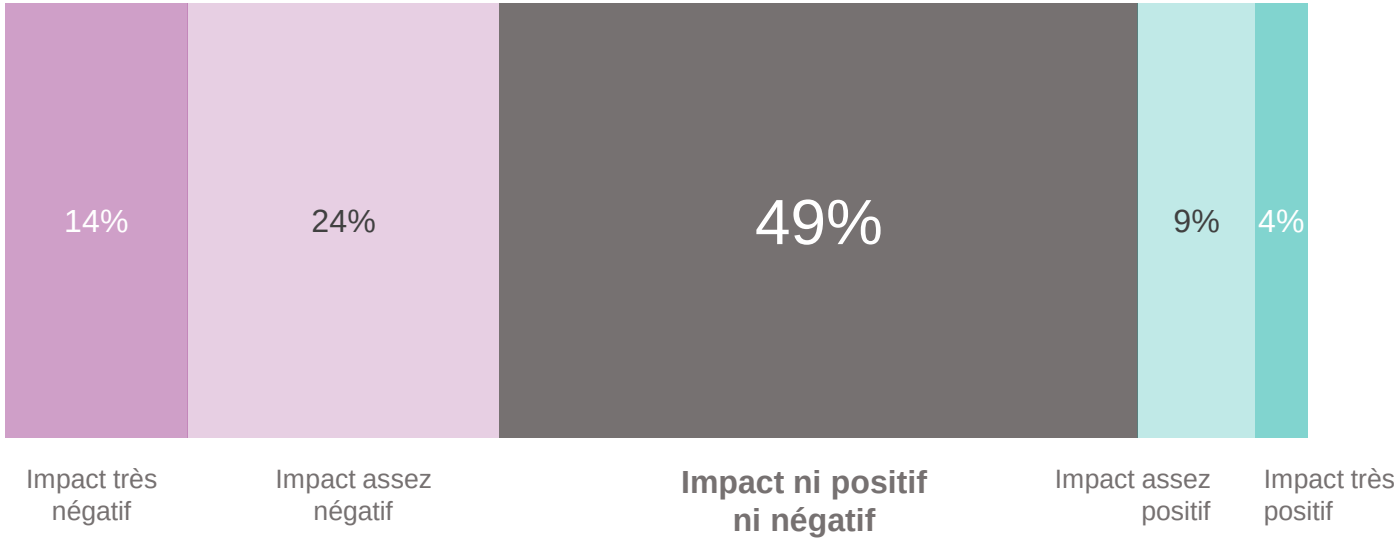
38 % des Français déclarent que l'impact est négatif

Personnes déclarant plus souvent que ça que l'impact est négatif :

- 15-24 ans (52 %)
- 15-39 ans (44 %)
- Cadres (44 %)
- Étudiants (47 %)
- Pratiquants issus de l'univers cycle (43 %)
- Pratiquants issus de l'univers nautique et aquatique (50 %)
- Pratiquants issus de l'univers de la forme et de la gymnastique (45 %)
- Pratiquants issus de l'univers des sports collectifs (59 %)
- Personnes pratiquant des sports de 3+ univers différents (48 %)

Exemple de lecture : 52 % des 15-24 ans déclarent un impact négatif, contre 38 % en moyenne.

Diriez-vous que la pandémie de la Covid19 a eu un impact sur votre pratique sportive ?
2022



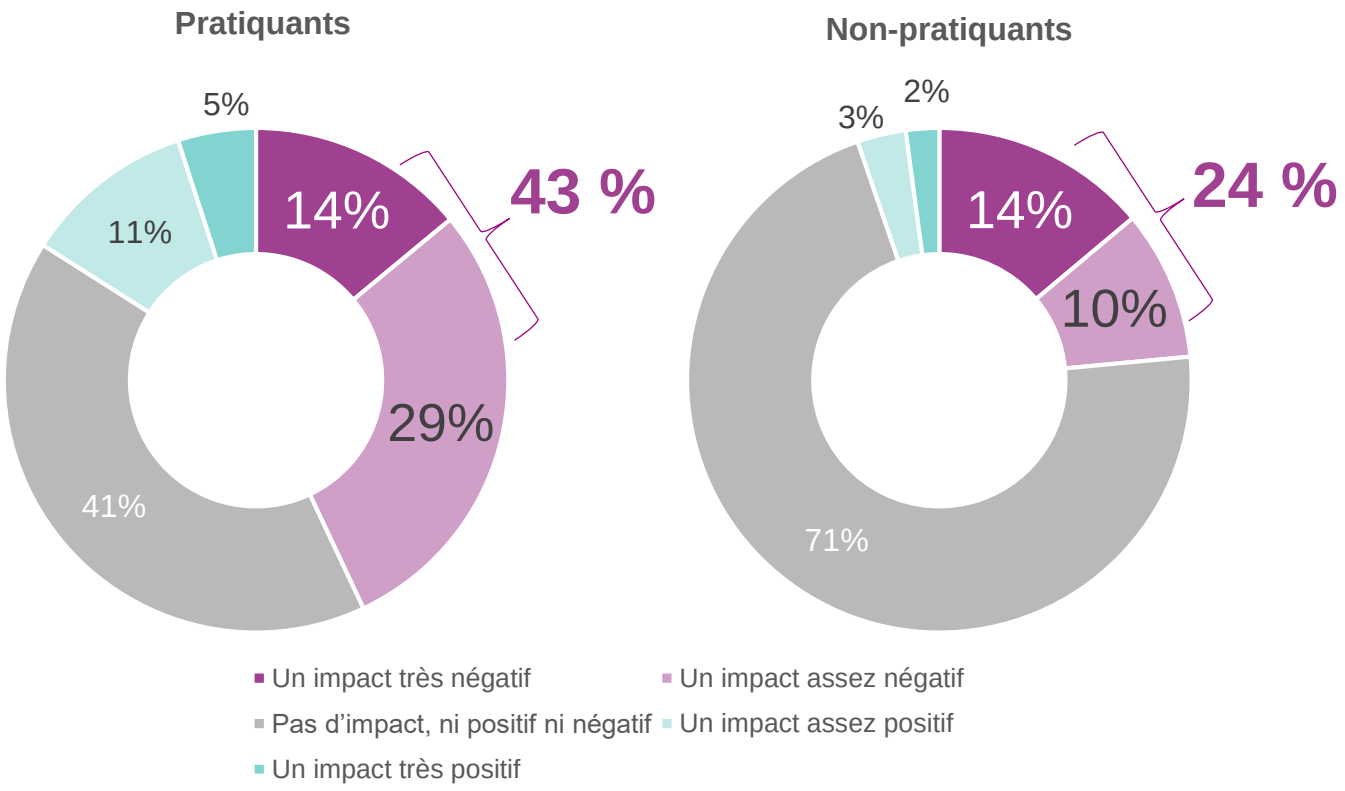
Rappel résultat 2020 :

38 % des Français disaient avoir diminué leur pratique sportive pendant le confinement

Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

La pandémie a davantage affecté la pratique sportive des personnes qui pratiquent en 2022 que de celles qui ne pratiquent pas ou plus

Diriez-vous que la pandémie de la Covid19 a eu, sur votre pratique sportive, un impact… ?
Selon la pratique/non-pratique déclarée en 2022



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

La pandémie a favorisé une pratique davantage en autonomie et dans un milieu naturel

Dans la liste suivante, indiquez tous les changements intervenus qui sont en lien avec la pandémie de Covid19 ?

Champ : Ensemble de la population

31 %

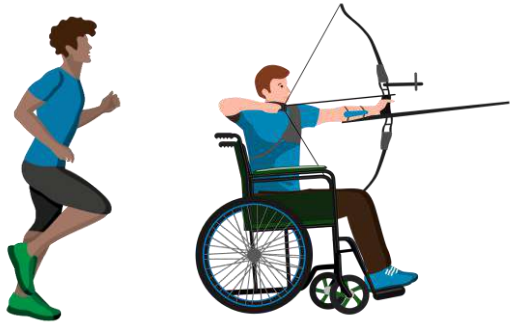
Pratiquent plus souvent en autonomie

28 %

Pratiquent davantage en milieu naturel

20 %

Ont changé les lieux de pratique



20 %

Ont repris une ou plusieurs activités

15 %

Ont augmenté la fréquence ou l'intensité de leurs séances

15 %

Ont découvert une ou plusieurs nouvelles activités qu'ils ne pratiquaient pas auparavant

Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

Mais, pour plus d'un sur deux, la pandémie a également conduit à une diminution ou à l'arrêt d'une ou de plusieurs activités physiques et sportives.

Dans la liste suivante, indiquez tous les changements intervenus qui sont en lien avec la pandémie de Covid19 ?
Champ : Ensemble de la population

26 %
Ont diminué la fréquence ou l'intensité de leurs séances

25 %
Ont cessé de pratiquer une ou plusieurs activités

19 %
Ont renoncé à pratiquer une nouvelle activité qui leur faisait envie

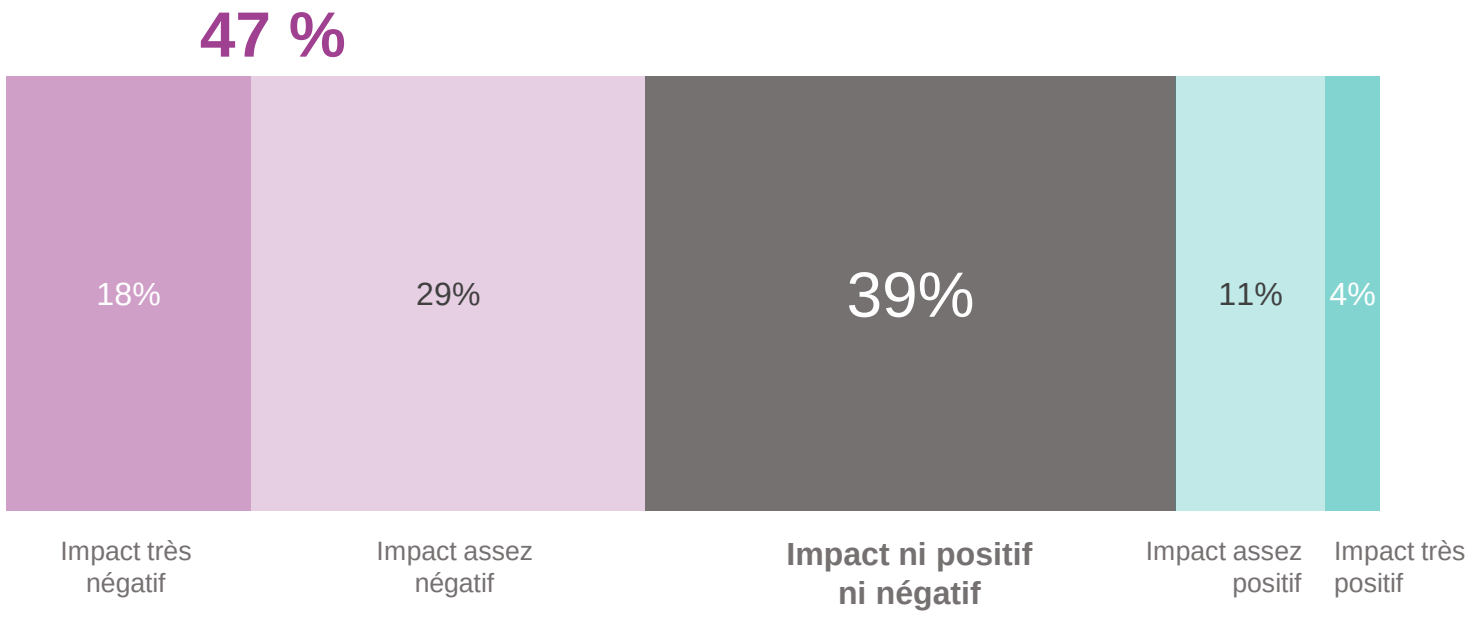
Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

Les personnes qui aujourd'hui déclarent avoir envie de pratiquer un nouveau sport ont davantage ressenti un impact négatif du Covid sur leur pratique

Parmi les personnes déclarant qu'il y a des activités qu'elles ne pratiquent pas et qu'elles auraient envie de pratiquer au cours des 12 prochains mois, part de celles qui déclarent que la pandémie de la Covid19 a eu, sur votre pratique sportive, un impact… ?

Rappel résultats slide 40 :

38 % des Français déclarent que la pandémie de la Covid19 a eu un impact négatif sur leur pratique sportive.



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

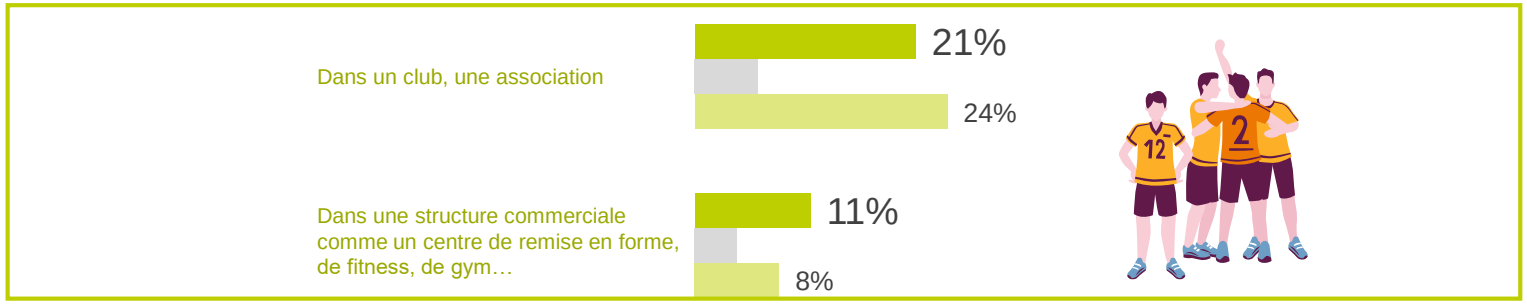
8

La façon de pratiquer évolue : moins dans les clubs, davantage à domicile

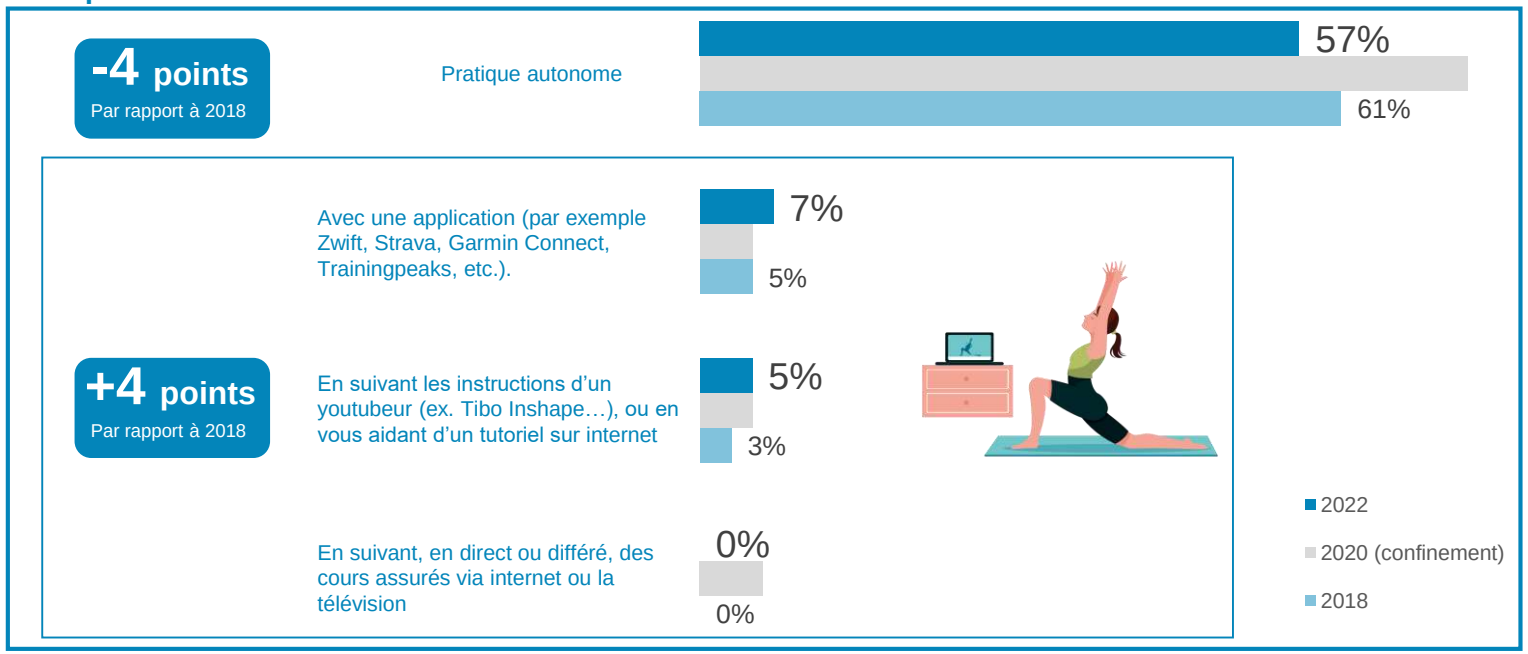
Dans quel cadre avez-vous principalement pratiqué ?
Deux réponses possibles
Première réponse pour la première activité
Champ : Pratiquants

La pratique autonome (hors recours à une application) est, en 2022, moins élevée qu'avant la pandémie, mais la pratique hors structure reste stable lorsqu'on tient compte du recours à des applications ou tutoriels internet.

Pratique dans une structure



Pratique hors structure

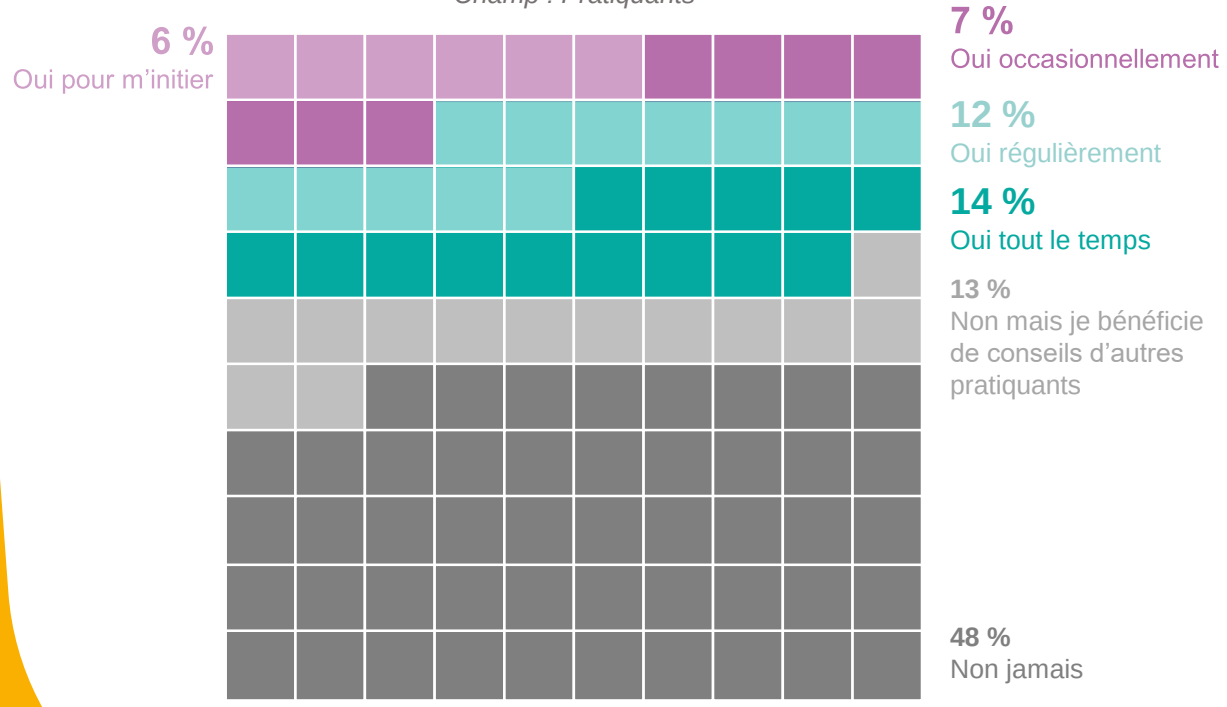


Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

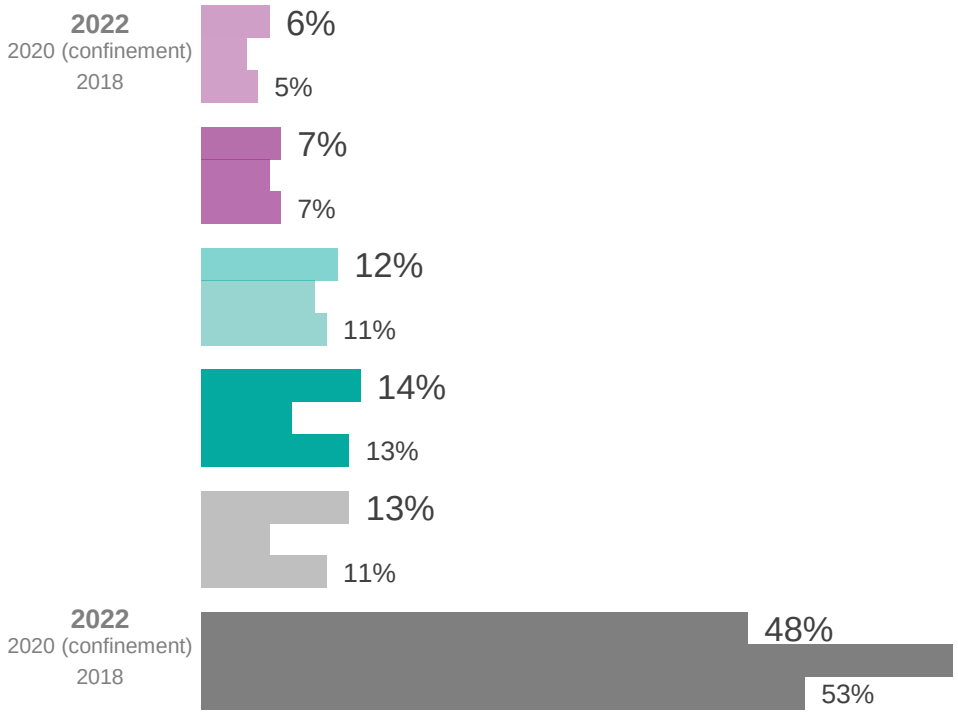
En 2022, près de quatre pratiquants sur dix déclarent avoir été encadrés par un entraîneur ou éducateur sportif pour l'activité principale

Pour la pratique de cette activité [première activité], avez-vous été encadré par un entraîneur ou éducateur sportif (y compris à distance) au cours des douze derniers mois ?

Une seule réponse – Réponses pour la première activité citée
Champ : Pratiquants

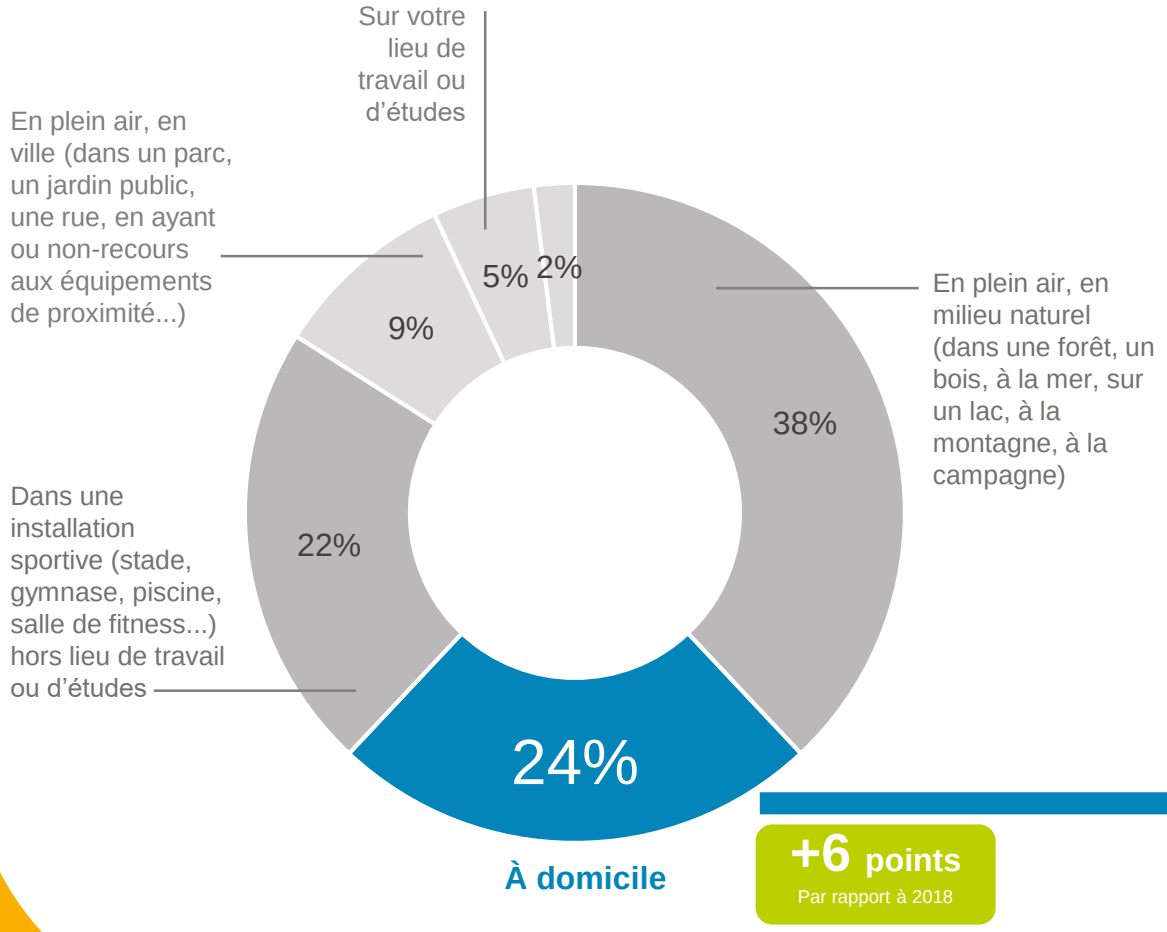


Réponses – Première activité citée
Évolutions
2002, 2020, 2018



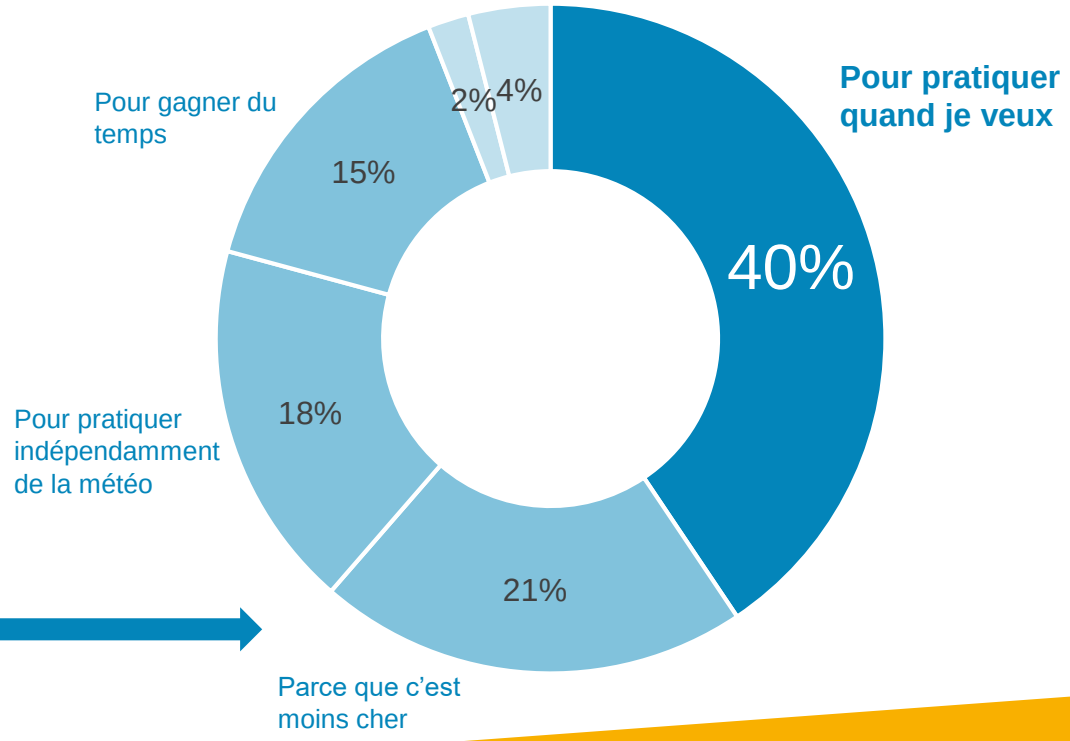
Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

En 2022, près d'un quart des Français pratique principalement à domicile



+6 points
Par rapport à 2018

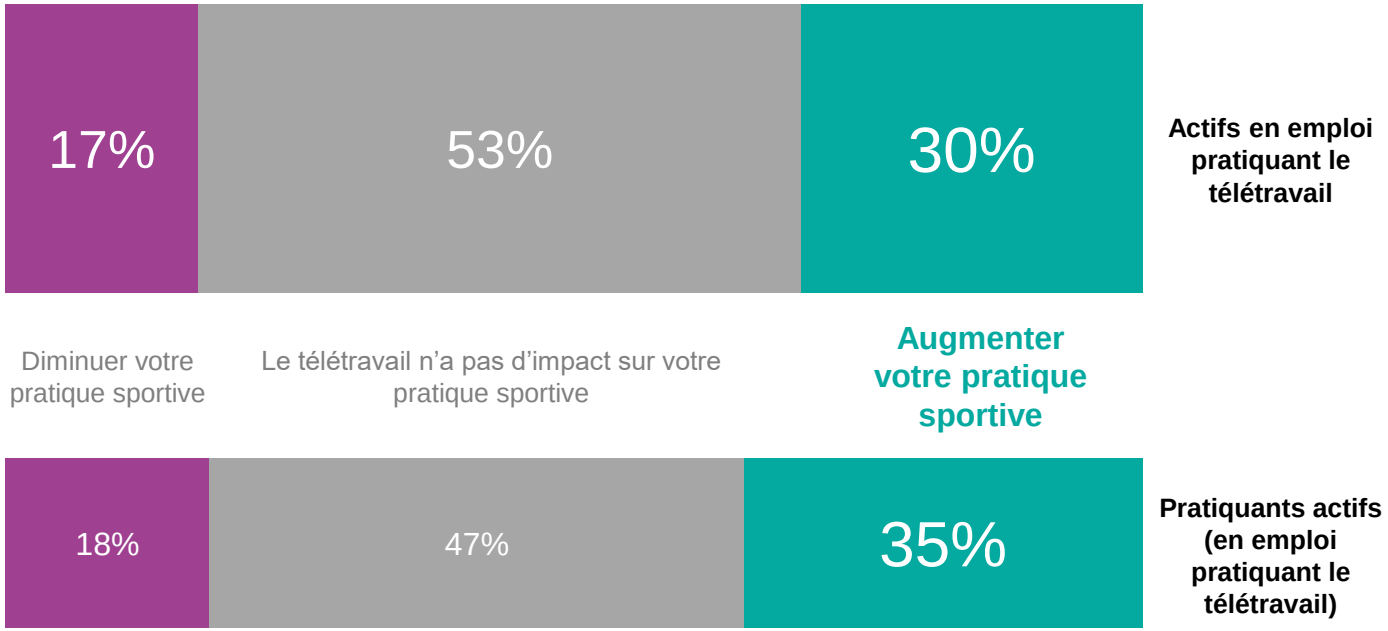
Pour quelle raison principalement pratiquez-vous à domicile (en %)
Deux réponses possibles
À Première réponse, Champ : Pratiquants



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

Pour 30 % des télétravailleurs, le télétravail a conduit à une augmentation de leur pratique sportive

Diriez-vous que le télétravail vous a conduit à… ?
Champ : Actifs en emploi pratiquant le télétravail (en %)



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

En 2022, pratiquer en solitaire son activité principale reste majoritaire

Au cours des 12 derniers mois, avec qui avez-vous principalement pratiqué ?

Deux réponses possibles – Première réponse – Première activité citée

Champ : Pratiquants

-2 points
Par rapport à 2018

47 %
Seul(e)

15 %
En famille

14 %
Avec des amis

14 %
En couple

2 %
Avec des collègues de travail

1 %
Avec des membres d'une application communautaire

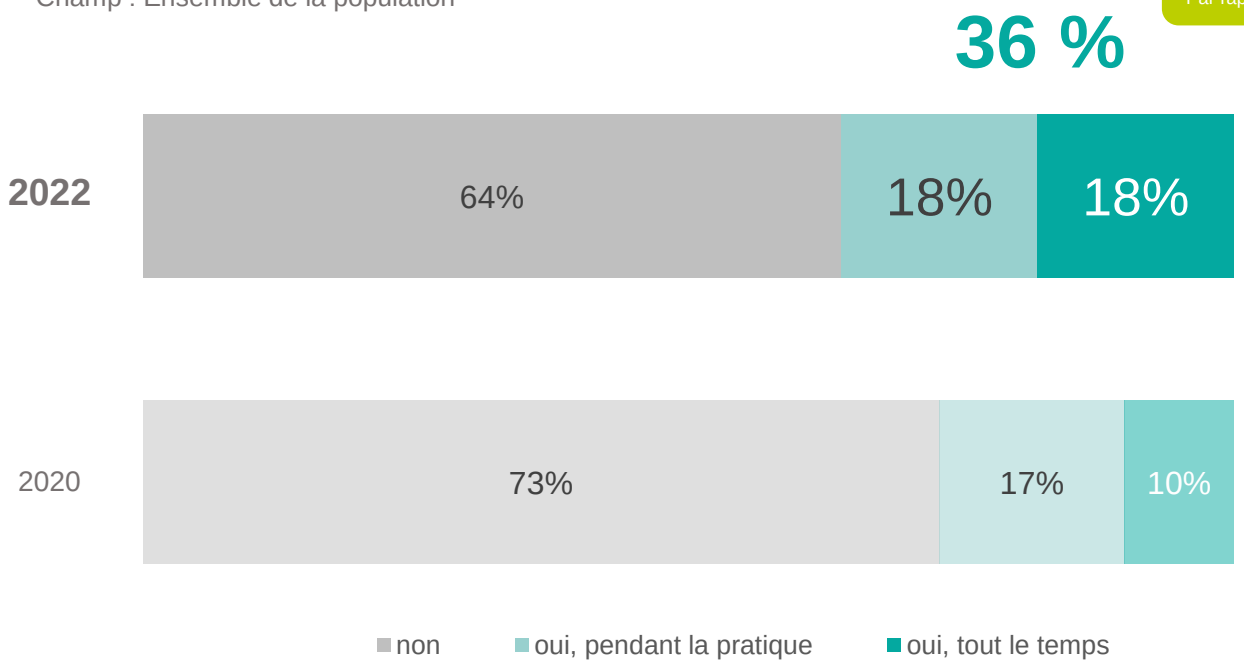
8 %
Avec d'autres sportifs pratiquant la même activité

Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

En 2022, l'utilisation régulière des instruments de mesure des activités physiques progresse de façon significative par rapport à 2020

Utilisez-vous des instruments de mesure de votre activité physique, comme un chronomètre, une montre connectée ou une application sur smartphone ?
Champ : Ensemble de la population

+9 points
Par rapport à 2020

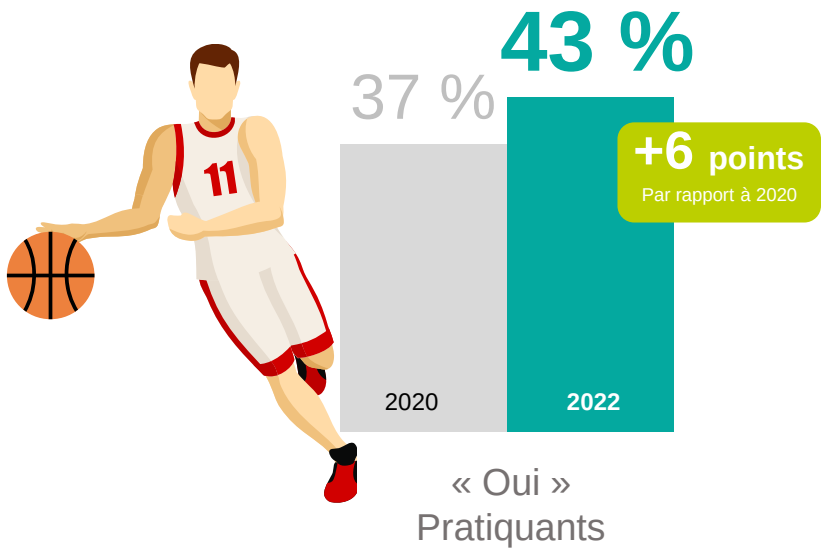


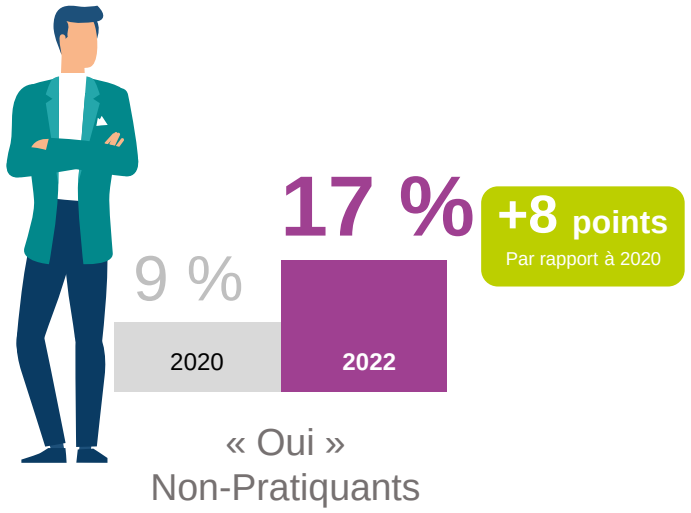
Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2020, 2022

INJEP CRÉDOC

Progression de l'utilisation des instruments de mesure, notamment chez les non-sportifs, qui peuvent les utiliser par exemple pour surveiller leur poids, leur temps de sommeil ou encore pour compter leurs pas

Utilisez-vous des instruments de mesure de votre activité physique, comme un chronomètre, une montre connectée ou une application sur smartphone ?
Selon la pratique sportive (en %)
Champ : Ensemble de la population





Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2020, 2022

9

Focus – Faire du sport en club ou au sein d’une association sportive en 2022

Plus d'un tiers des licenciés a pris une licence, car c'était obligatoire pour s'inscrire dans leur club ou leur association sportive

Pour quelle raison principale avez-vous une licence sportive ? (en %)

Champ : Détenteurs d'une ou de plusieurs licences en 2022. Une seule réponse possible

18 %
40-59 ans (24 %)

Pour bénéficier d'une **assurance** (corporelle, matérielle, responsabilité civile…)

21 %

Pour bénéficier d'autres services proposés par la fédération, **en dehors de l'assurance** (participation à des manifestations ou événements, à des formations, accès à des équipements…)

26 %
15-24 ans (32 %)

Pour faire de la **compétition**

35 %

Femmes (43 %)
60-69 ans (50 %)
70 ans et + (41 %)

Vous n'avez pas eu le choix : la licence était obligatoire pour s'inscrire dans votre club ou votre association sportive

Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives 2022

L'impact de la pandémie sur le renouvellement des licences en 2022 est limité

5 %

des licenciés en 2019-2020 ou en 2020-2021 n'ont pas renouvelé leur licence en 2022

Le non-renouvellement, cette année, de votre licence sportive est-il en lien avec la pandémie de Covid 19 (contraintes ou interdictions liées à la crise sanitaire) ?

Champ : Personnes qui n'ont plus de licence mais qui étaient licenciées pour la saison 2019-2020 ou pour la saison 2020-2021

49 %

d'entre eux indiquent que ce non-renouvellement est en lien avec la pandémie de Covid-19

51 %

avancent une raison autre

Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

Trois Français sur dix se sont vus refuser une inscription en club ou en association au cours des cinq dernières années pour eux-mêmes ou pour un proche

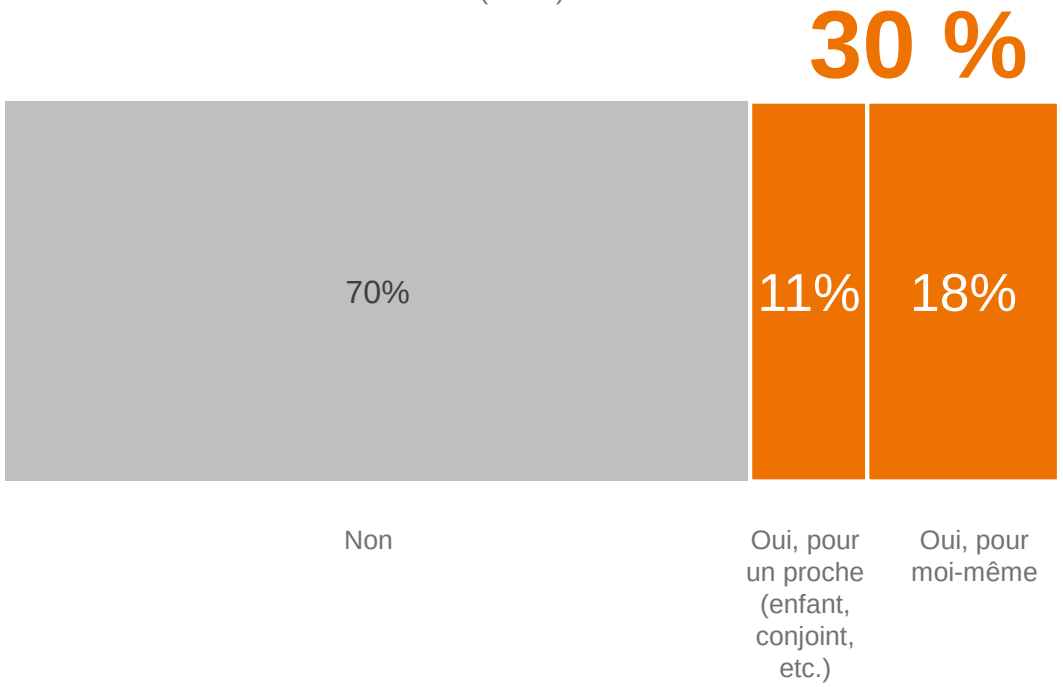
Les bas revenus et les jeunes sont particulièrement touchés par le refus d'inscription (soi-même ou pour un proche)

42 % des bas revenus

46 % des 15-24 ans

48 % des étudiants

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) ?
(en %)



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

10

Une envie marquée de faire du sport malgré des freins multiples

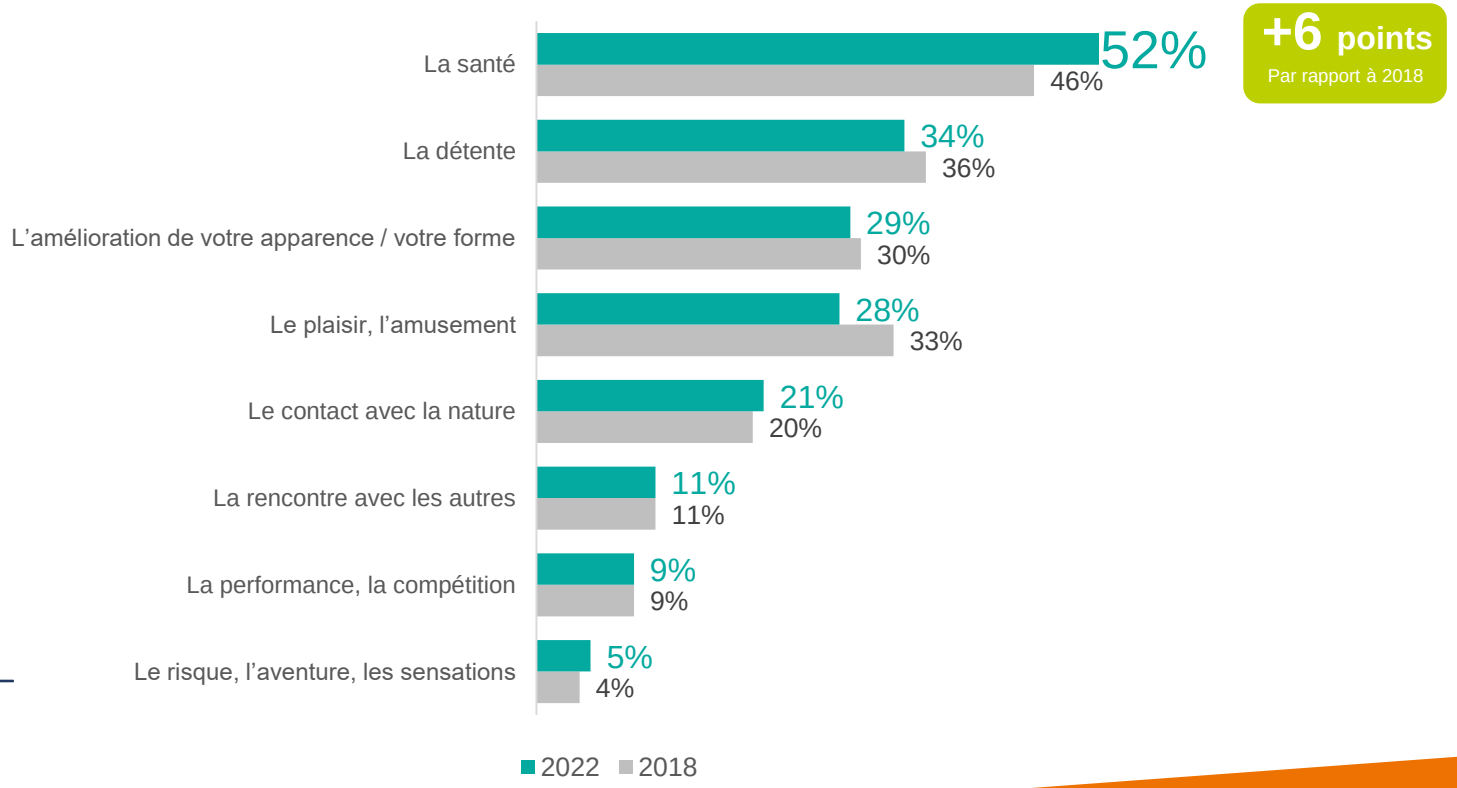
Une envie marquée de faire du sport malgré des freins multiples

Les Français sont toujours aussi convaincus que le sport est bon pour la santé. La hausse de ce motif intervient après deux ans de pandémie et de périodes de confinement successives. Parallèlement les Français recherchent moins la dimension ludique dans la pratique sportive : « plaisir, amusement » (-5 points).

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

2 réponses possibles – Cumul des deux réponses

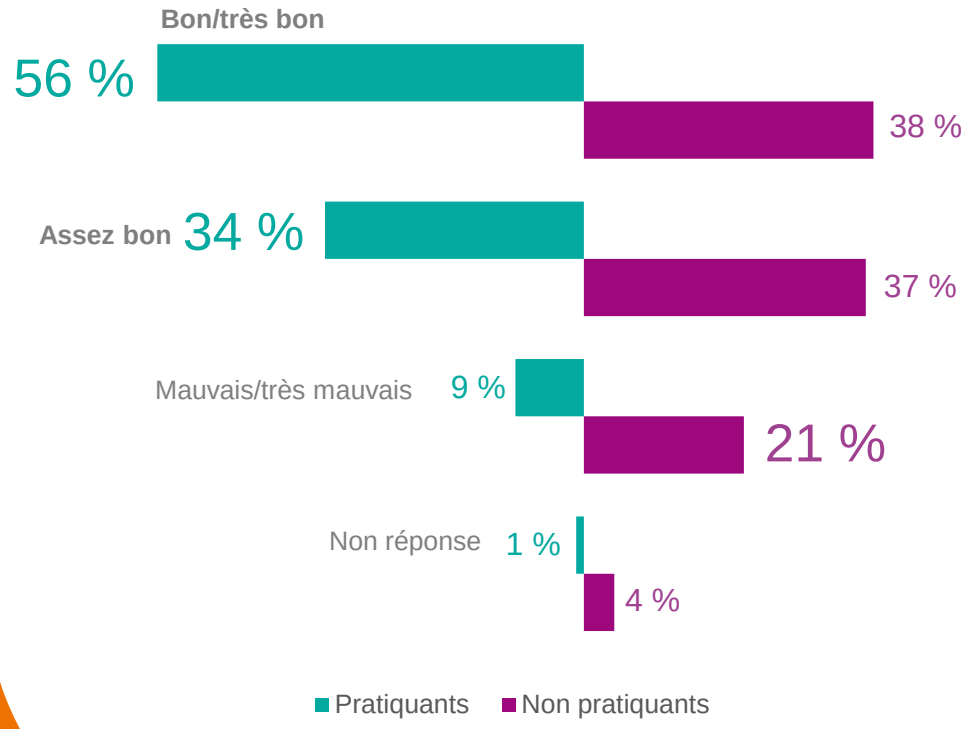
Champ : ensemble des personnes ayant déclaré au moins une activité au cours des douze derniers mois.



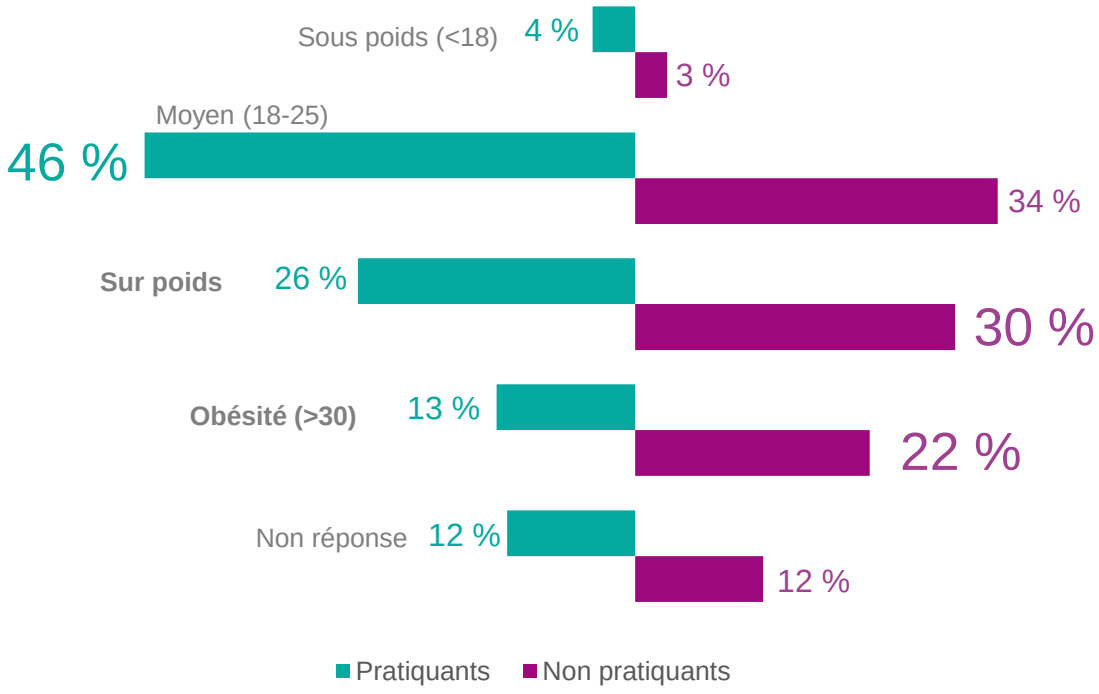
Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2022

Les pratiquants sont plus souvent en bonne santé que les non-pratiquants

Les pratiquants déclarent plus souvent être en bonne santé
2022



IMC selon la pratique sportive
2022



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

INJEP CRÉDOC

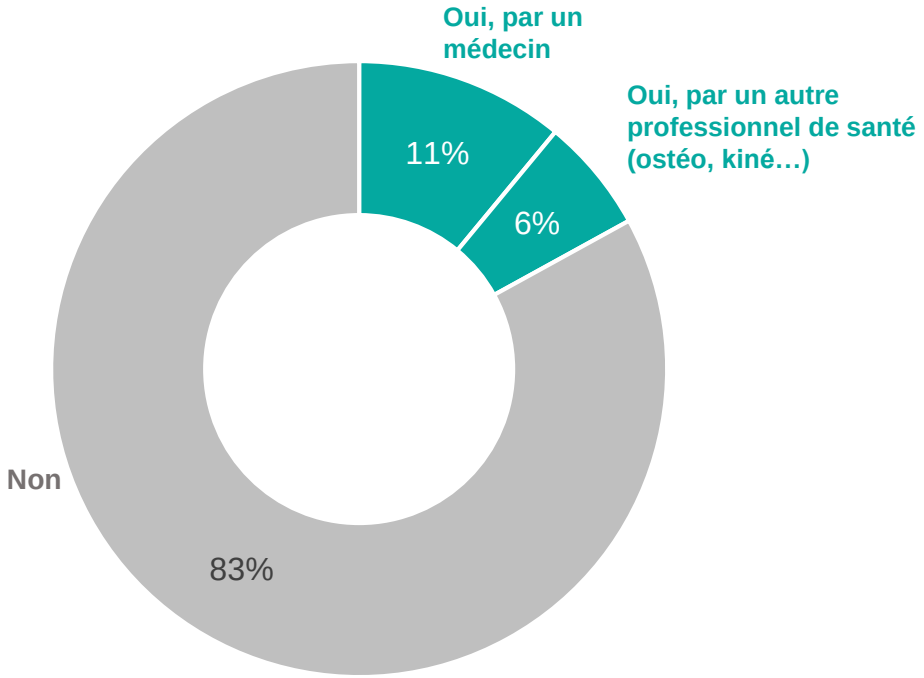
17 % des Français disent avoir bénéficié d'une prescription médicale pour pratiquer une activité physique ou sportive

Depuis 2017, les médecins peuvent prescrire du sport sur ordonnance, notamment aux personnes atteintes d'une affection de longue durée (ALD). Avez-vous bénéficié d'une telle prescription au cours des 12 derniers mois ?*

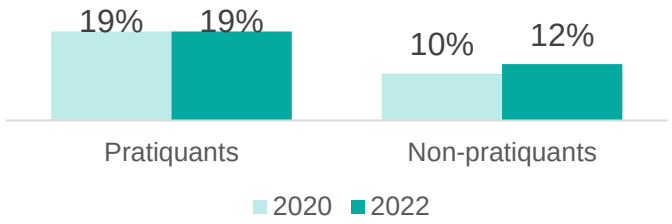
(en %)

Il ne faut pas, ici, prendre en compte les certificats médicaux d'absence de contre-indication à la pratique sportive ou les séances de kiné réalisées dans le cadre d'une rééducation

2022



Une proportion qui augmente notamment chez les non-pratiquants



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2020, 2022
* Le libellé en 2020 était : Au cours des douze derniers mois, avez-vous eu une prescription médicale pour pratiquer une activité physique ou sportive (sport sur ordonnance) ?

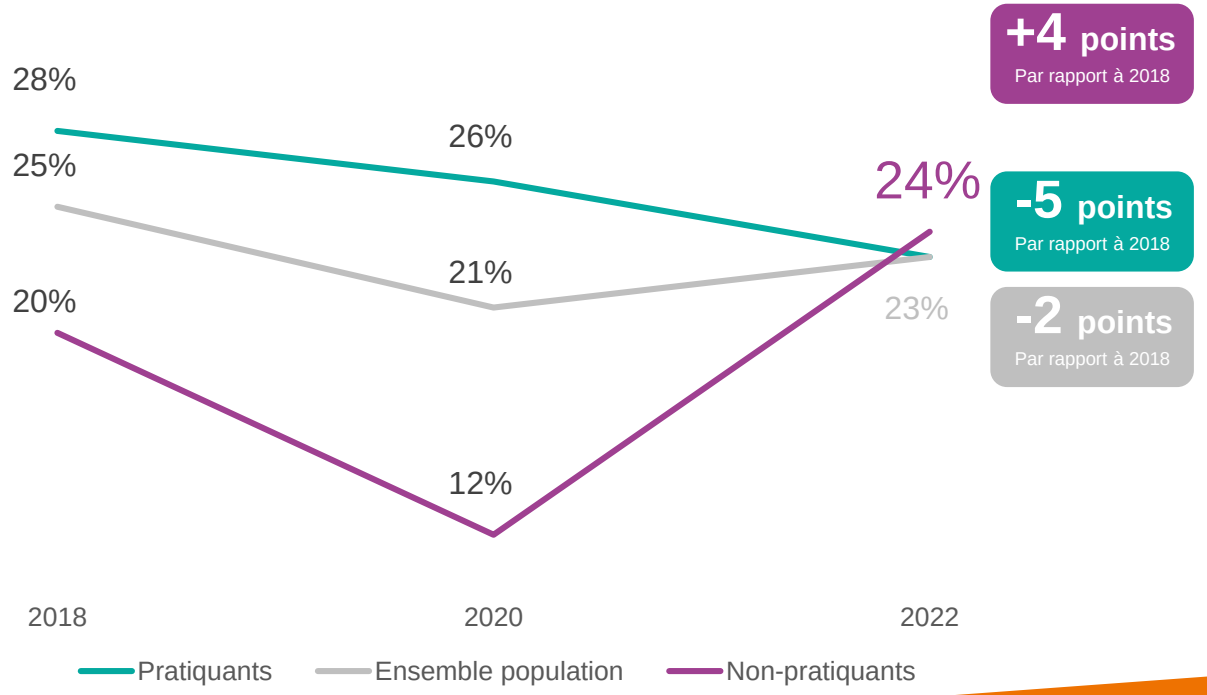
L'envie de pratiquer de nouvelles activités sportives au cours des 12 prochains mois enregistre une hausse particulièrement marquée chez les non-pratiquants, alors qu'elle recule légèrement chez l'ensemble des Français

23 % des Français ont envie de pratiquer une nouvelle activité physique et sportive au cours des 12 prochains mois – 23 % chez les pratiquants et 24 % chez les non-pratiquants actuels

En 2022, la natation, la danse, la gymnastique, le tennis, la marche, la boxe et l'équitation sont les disciplines qui font le plus envie. (Champ : ensemble de la population)

Y a-t-il des activités que vous ne pratiquez pas et que vous auriez envie de pratiquer dans les 12 prochains mois ?

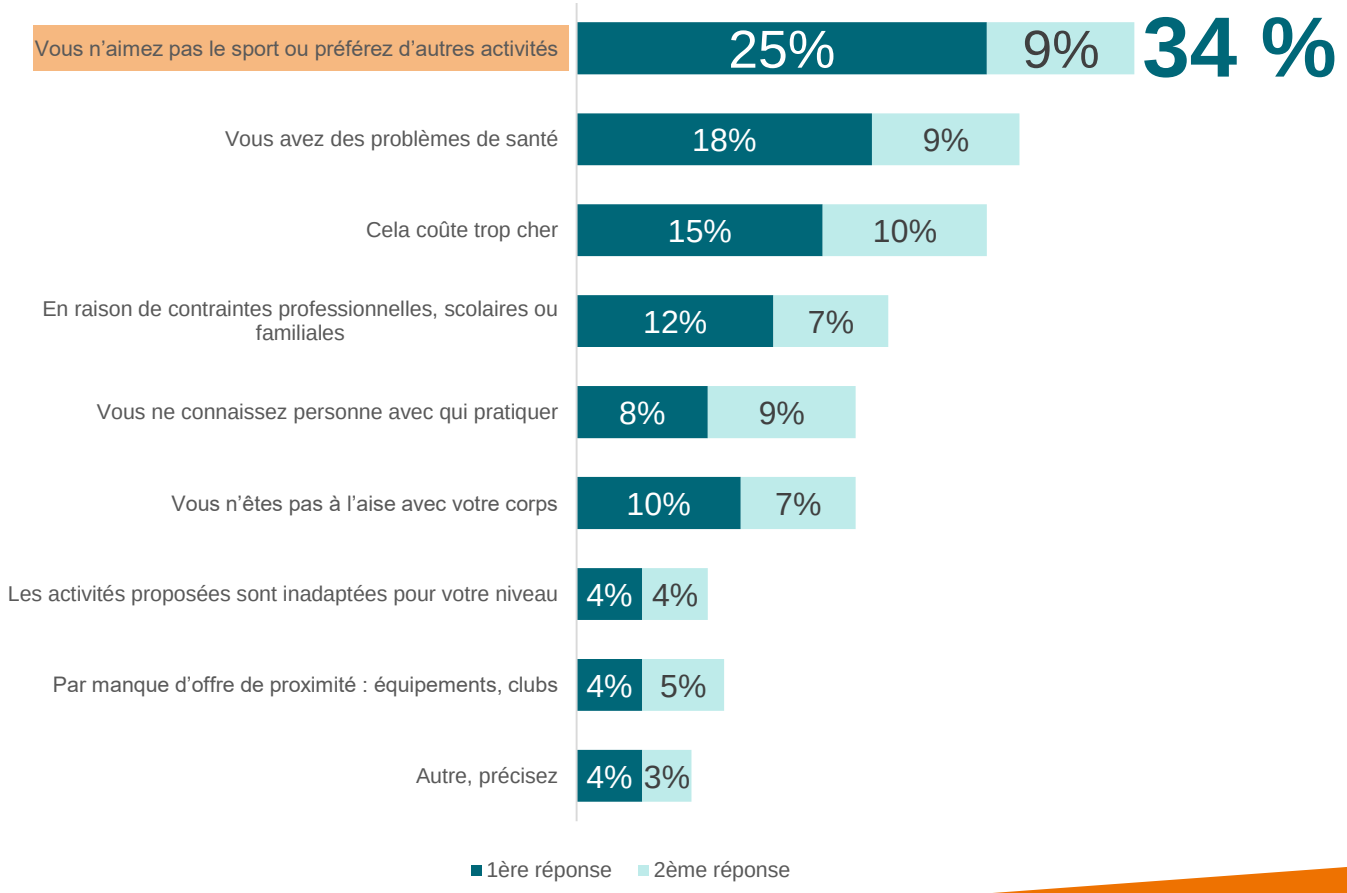
Réponses « Oui » (en %)



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2018, 2020, 2022

Toutefois, de nombreux freins persistent : 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

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



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

Une appétence cependant forte chez les pratiquants réguliers : 50 % d'entre eux aimeraient pratiquer davantage leurs activités actuelles

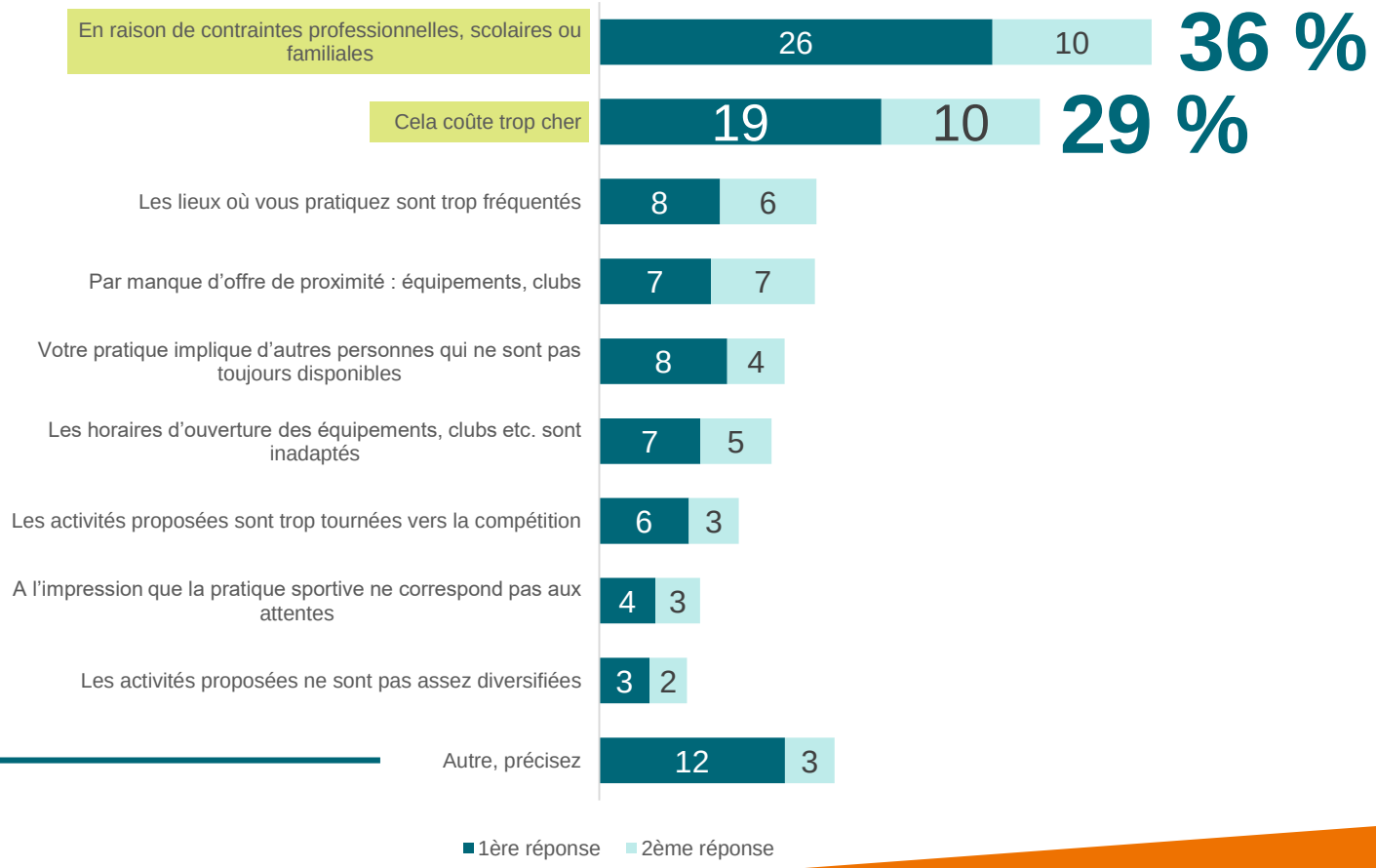
Les pratiquants réguliers représentent 60 % de l'ensemble de la population

Aimeriez-vous pratiquer davantage les activités que vous pratiquez déjà ?
Champ : Pratiquants réguliers – Pratiquant régulier = compteur d'activités > 51 séances

Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

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

En dehors des contraintes ou interdictions liées à la situation sanitaire, quelles sont les raisons qui vous empêchent de pratiquer davantage ?
Champ : Pratiquants réguliers – compteur des activités > 51 séances



L'âge, état de santé, problèmes de santé, maladie, manque d'envie.

Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

INJEP CRÉDOC

11

L’intérêt pour Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024

Deux tiers des Français ont suivi un événement sportif au cours des douze derniers mois

65 % **+13 points** Par rapport à 2020

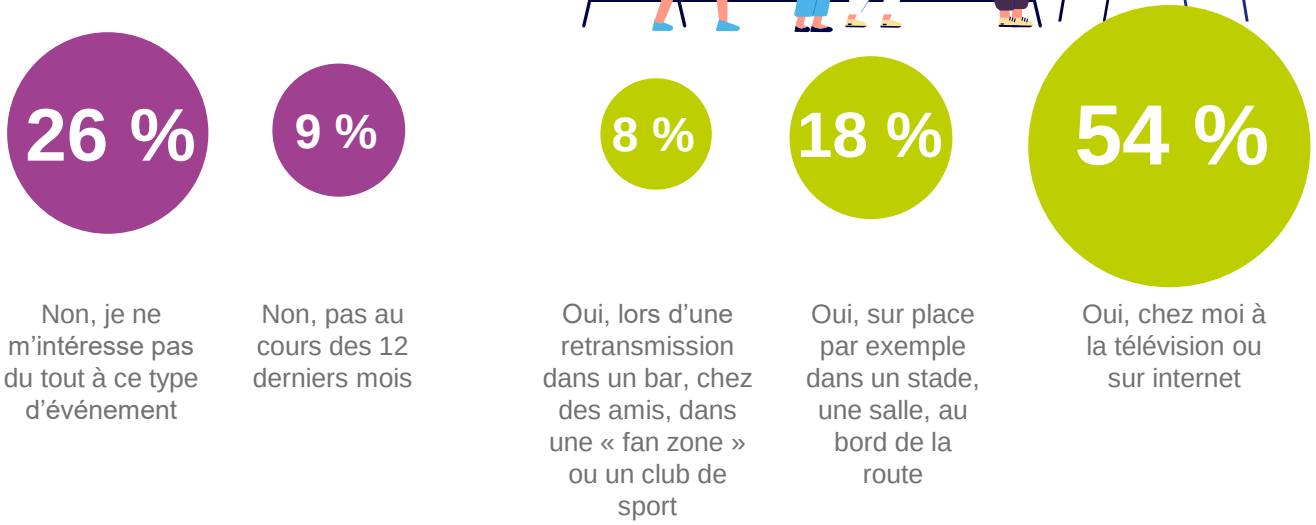
des Français ont suivi une rencontre sportive (quel que soit le sport) au cours des douze derniers mois

Que ce soit à la télévision ou sur internet, dans un stade, une salle, au bord de la route, ou encore lors d'une retransmission dans un bar, chez des amis ou dans une « fan zone ».

35 % (-13 points) n'ont pas suivi d'événement sportif au cours des 12 derniers mois, et 26 % y seraient tout à fait réfractaires.

L'intérêt pour les transmissions sportives reste très genré : 76 % des hommes ont suivi un tel événement contre 55 % des femmes

Au cours des douze derniers mois, avez-vous regardé une rencontre sportive (un match, un tournoi, une compétition), quel que soit le sport ?
Plusieurs réponses possibles (1, 2, 3)



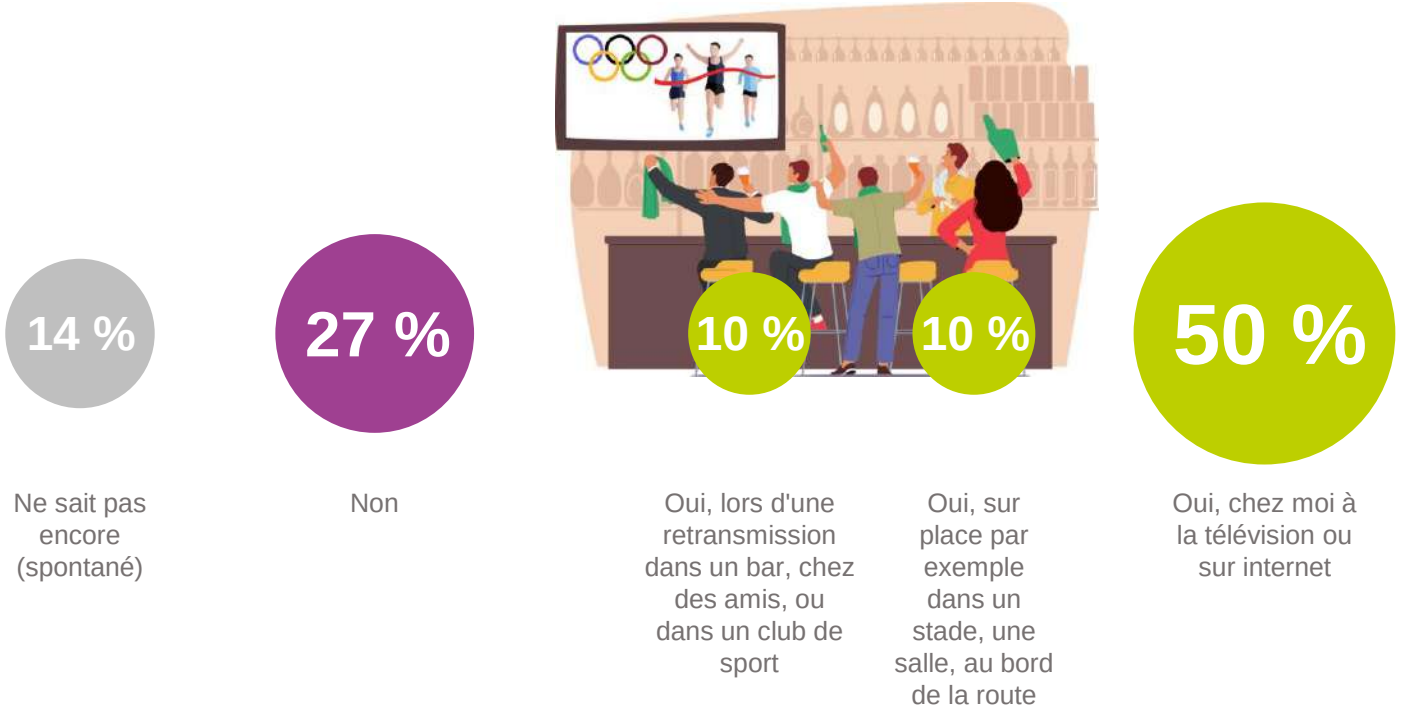
Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2020, 2022

Six Français sur dix ont l'intention de regarder les Jeux Olympiques de Paris 2024, le plus souvent à la télévision

59 % **+1 point** Par rapport à 2020

des Français envisagent de regarder les JO de Paris 2024

En 2024, les Jeux Olympiques se dérouleront en France, essentiellement à Paris.
Est-ce que vous envisagez de regarder ces Jeux Olympiques, quel que soit le sport ? (en %)
Plusieurs réponses possibles (1, 2, 3)



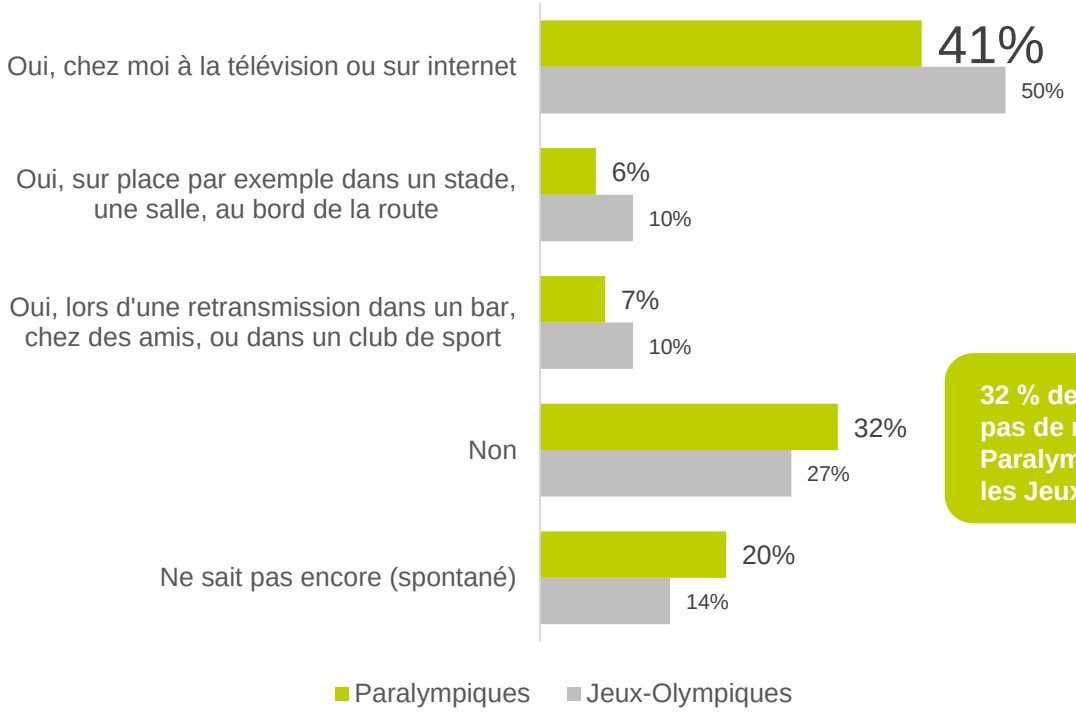
Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2020, 2022

Un peu moins de la moitié des Français envisagent de regarder les Jeux Paralympiques de Paris 2024, là encore principalement à la télévision

48 %

des Français envisagent de regarder les Jeux Paralympiques

Les Jeux Paralympiques se dérouleront également en France.
Est-ce que vous envisagez de regarder ces Jeux Paralympiques de Paris 2024, quel que soit le sport ? (en %)
Plusieurs réponses possibles (1, 2, 3)



32 % des Français n'envisagent pas de regarder les Jeux Paralympiques (contre 27 % pour les Jeux-Olympiques)

Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

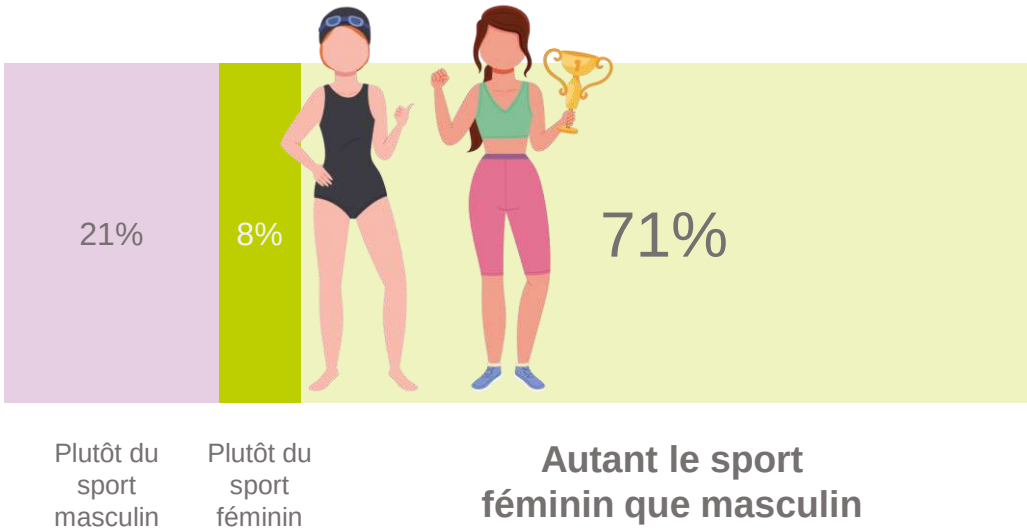
INJEP CRÉDOC

71 % des personnes intéressées par les Jeux Olympiques de Paris 2024 ont l'intention de suivre autant le sport féminin que masculin

L'intérêt pour le sport féminin ou le sport masculin est très genré :

- 15 % des femmes indiquent vouloir regarder uniquement du sport féminin, contre 2 % des hommes.
- À l'inverse, 29 % des hommes déclarent un intérêt exclusif pour les sports masculins, contre 10 % des femmes.

Lors des Jeux Olympiques, pensez-vous regarder ?
(en %)
Champ : Ceux ayant l'intention de regarder ou d'assister aux Jeux Olympiques de Paris sous une forme ou une autre



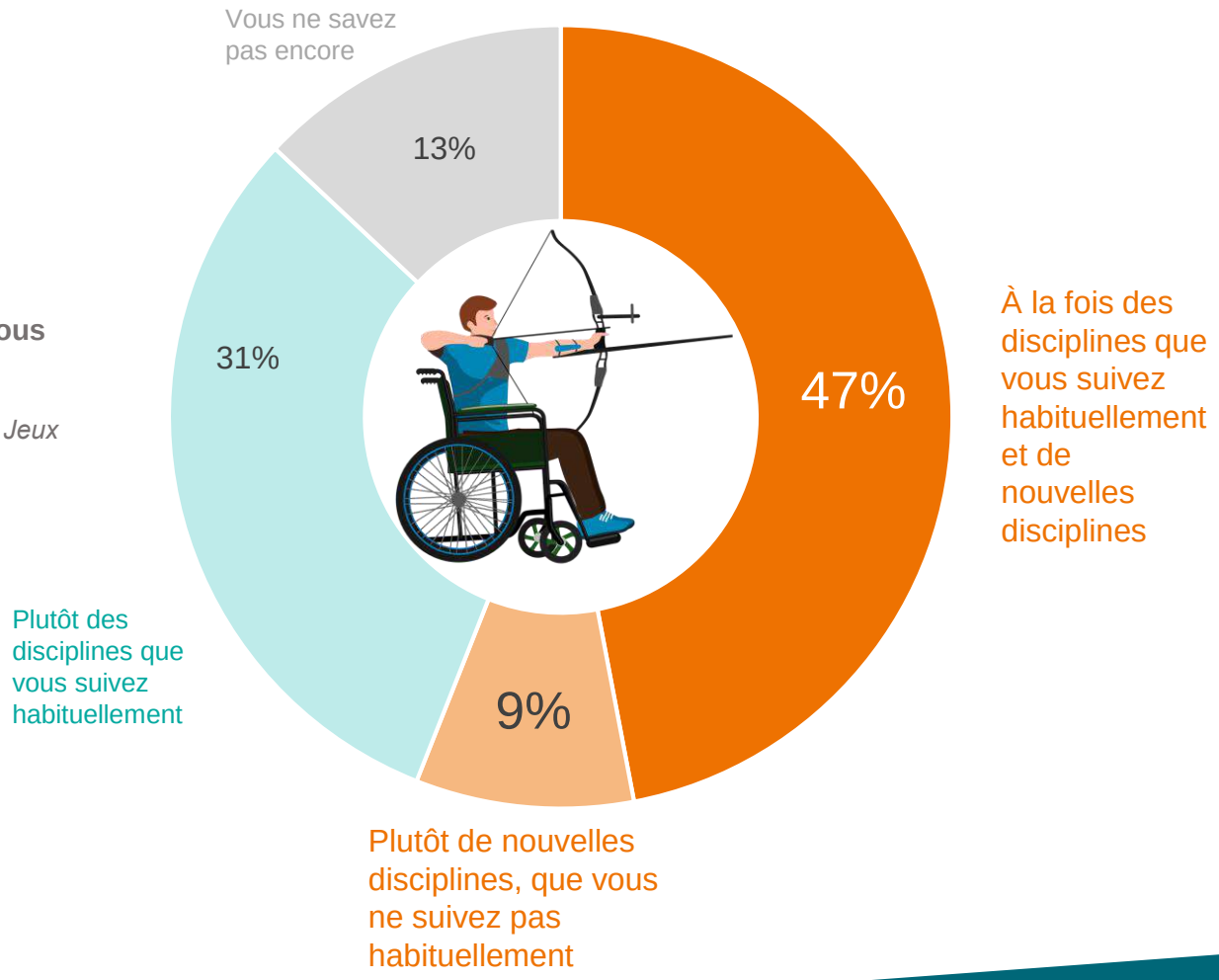
75 % Des femmes

69 % Des hommes

Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

Six répondants sur dix pensent profiter des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024 pour découvrir aussi de nouvelles disciplines qu'ils ou elles ne suivent pas habituellement

Lors des Jeux Olympiques de Paris 2024, pensez-vous regarder ?
(en %)
Champ : Ceux ayant l'intention de regarder ou d'assister aux Jeux Olympiques de Paris sous une forme ou une autre



Source : INJEP, ministère des sports, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

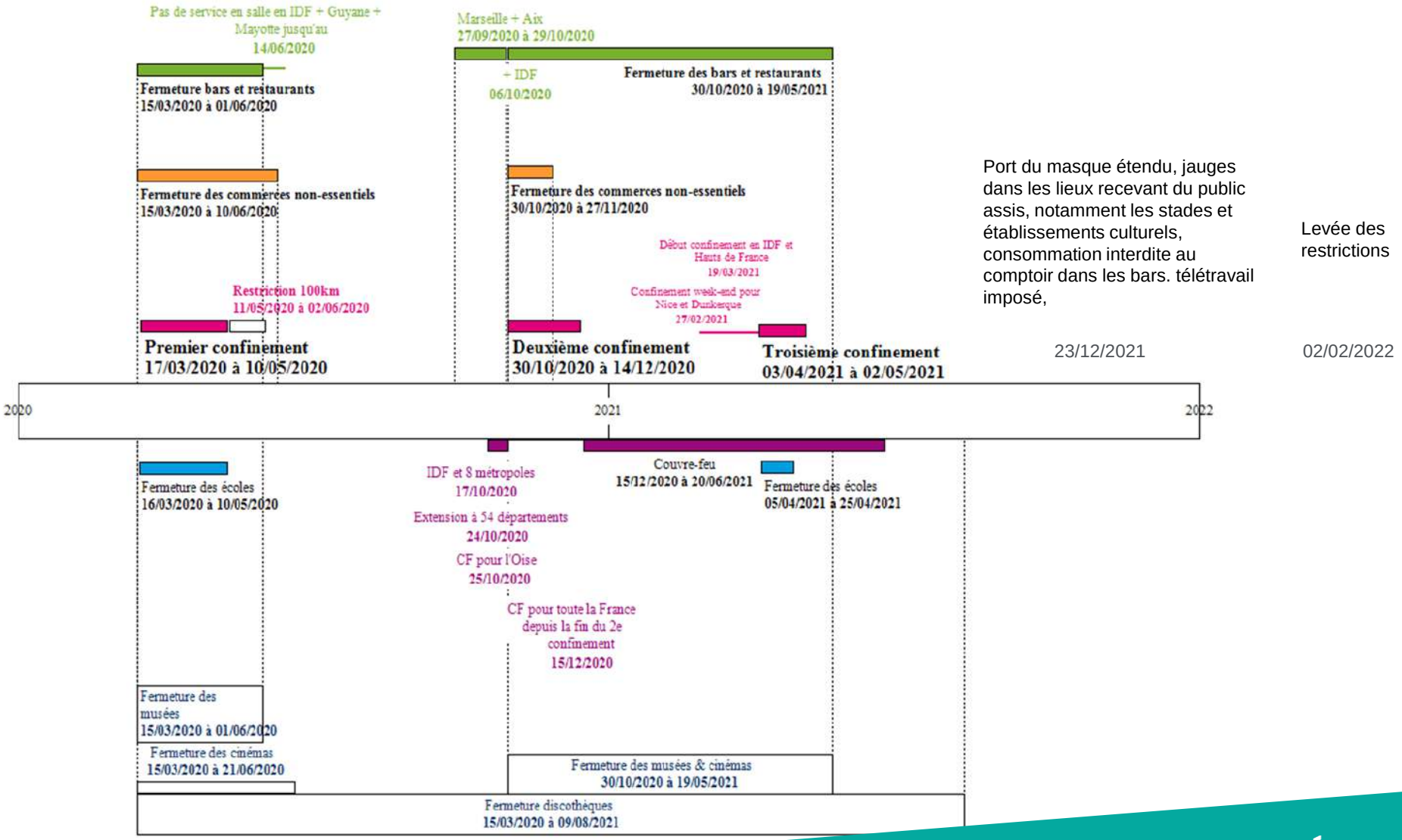
12

Annexes

Un contexte sanitaire particulier qui a modifié les habitudes de la société

Après deux ans marqués par la pandémie et la distanciation sociale

Terrain entre juin et juillet 2022



Port du masque étendu, jauges dans les lieux recevant du public assis, notamment les stades et établissements culturels, consommation interdite au comptoir dans les bars. télétravail imposé,

23/12/2021

Levée des restrictions

02/02/2022

INJEP CRÉDOC

En 2022, des reflexes de distanciation sociale persistent

- En mai 2022, **31 %** évitent les embrassades
- **18 %** de la population évite encore les regroupements et réunions en face à face

Des inquiétudes de contracter ou transmettre le virus incitent au report sur des activités de plein air

« Chacune des affirmations suivantes sur les lieux culturels (musées, concert, spectacles, bibliothèques, théâtres, cinéma…) correspond-elle à votre cas personnel ? »
Champ : Ensemble des Français de 15 ans et plus

66 %

préfèrent « faire des activités de plein air plutôt que d'aller au cinéma ou dans les musées. »

56 %

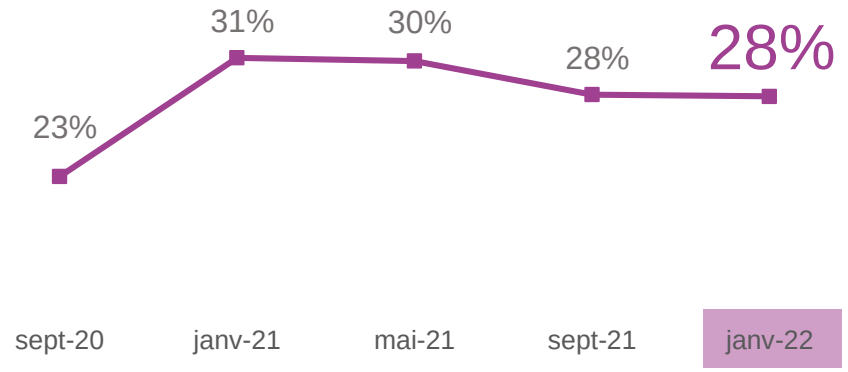
craignent « les lieux très fréquentés à cause du risque d'attraper le virus du Covid et/ou de le transmettre »

Source : CRÉDOC, Enquête Conditions de vie et aspirations, janvier 2022, pour le ministère de la culture

Le recours au télétravail se stabilise et concerne trois actifs occupés sur dix

- En début 2022, près de **trois actifs en emploi sur dix** exercent leur activité au moins en partie en télétravail :
  - Dans la majorité des cas, l'activité n'est exercée que partiellement en télétravail (22 %)
- Près de **six actifs en emploi sur dix (56 %)** déclarent que **leur activité ne se prête pas au télétravail**
- Le développement de ce mode d'exercice de l'activité professionnelle est cependant fortement lié à la crise sanitaire, le gouvernement demandant aux entreprises jusqu'en février 2022 de favoriser la mise en place du télétravail afin de limiter la propagation du Covid-19.

Exercez-vous actuellement votre activité professionnelle en télétravail ?
- % de « Oui » –
Champ : actifs en emploi



Source : CRÉDOC, Enquêtes Conditions de vie et aspirations.

INJEP NOTES & RAPPORTS RAPPORT d'ETUDE

- Mars 2023
- INJEPR-2023/02

BAROMETRE NATIONAL DES PRATIQUES SPORTIVES 2022

En 2022, la pratique sportive régulière est en forte hausse : 60 % des Français de 15 ans et plus ont pratiqué une activité physique et sportive en moyenne une fois par semaine au cours des 12 derniers mois, soit 6 points de plus qu'en 2018. En tenant compte des pratiques occasionnelles, 72 % ont pratiqué au moins une activité physique et sportive au cours des douze derniers mois, soit 6 points de plus qu'en 2018.

La hausse de la pratique sportive régulière est portée pour moitié par le développement de la marche et de la randonnée. Elle est également fortement liée à la pratique féminine qui a gagné 7 points en 4 ans : en 2022, 58 % des femmes pratiquent en moyenne au moins une fois par semaine.
La pratique sportive reste socialement différenciée avec une surreprésentation de jeunes et de hauts revenus et de diplômés du supérieur faisant régulièrement du sport, mais l'écart entre catégories modestes et catégories aisées se réduit.

Cette édition 2022 montre une évolution des façons de pratiquer. Les personnes font désormais davantage de sport à domicile et moins dans les structures sportives, en lien avec le développement du télétravail.