

# COMPORTEMENTS ET PRATIQUES DES ÉLÈVES DANS L'APPRENTISSAGE DE LA GYMNASTIQUE EN ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE : UNE ANALYSE SOCIOLOGIQUE DES DÉTERMINANTS ET IMPACTS SUR LA SANTÉ HUMAINE

**Lhaur-Yaigaiba Annette OUATTARA**

Université Nangui ABROGOUA,  
Centre Suisse de Recherches Scientifiques

## Résumé

*Cette étude vise à analyser les comportements et pratiques des élèves en gymnastique scolaire en Côte d'Ivoire, en identifiant les facteurs sociaux, culturels et institutionnels qui influencent leur engagement. Une approche sociologique mixte a été adoptée, combinant enquêtes par questionnaires, observations en classe et entretiens semi-directifs dans deux établissements de Bouaké (un lycée public et un collège privé). Les résultats révèlent un faible intérêt pour la gymnastique, principalement en raison du manque d'infrastructures, de la faible valorisation institutionnelle et des stéréotypes de genre qui limitent la participation des filles. En conclusion, l'étude recommande une revalorisation de l'EPS, une amélioration des infrastructures et des pédagogies plus inclusives afin de favoriser un engagement équitable des élèves et maximiser les bénéfices de la gymnastique sur leur santé.*

**Mots-clés :** éducation physique et sportive ; gymnastique scolaire ; inégalités éducatives ; stéréotypes de genre, santé.

## Introduction

Depuis l'adoption de la Charte Internationale de l'Éducation Physique et du Sport par l'UNESCO en 1978, l'éducation physique et sportive (EPS) est reconnue comme un droit universel. Cette reconnaissance repose sur l'idée que l'activité physique contribue de manière significative au développement

global des individus, en favorisant leur épanouissement physique, mental et social (UNESCO, 1978). Pourtant, malgré son importance, l'EPS reste marginalisée dans de nombreux systèmes éducatifs, notamment en Afrique subsaharienne, où des contraintes structurelles, socioculturelles et institutionnelles limitent son impact (Ntoumi, 2015). Cette situation soulève une question centrale : comment valoriser l'EPS en tant que levier de santé physique et mentale, tout en surmontant les défis liés à son enseignement en milieu scolaire ?

En Côte d'Ivoire, l'EPS est intégrée aux programmes scolaires depuis la création de l'Institut National de la Jeunesse et des Sports (INJS) en 1961. Elle vise à inculquer des valeurs telles que la discipline, la coopération et le dépassement de soi, tout en favorisant un mode de vie sain et actif (Hardman & Marshall, 2000). Parmi les disciplines enseignées, la gymnastique occupe une place particulière en raison de ses multiples bienfaits sur la santé physique et mentale.

Sur le plan physique, la gymnastique joue un rôle clé dans le développement moteur et la prévention des maladies. Elle améliore la coordination motrice, l'équilibre, la souplesse et la force musculaire, favorisant ainsi un développement harmonieux du corps (Benaziza, cité par Klein, 2003). La gymnastique permet également de prévenir les maladies chroniques, notamment l'obésité, les troubles posturaux et les maladies cardiovasculaires, en encourageant un mode de vie actif dès le plus jeune âge (Gleyse, 1997 ; Tremblay et al., 2019). Selon l'OMS (2021), l'inactivité physique est un facteur de risque majeur de nombreuses pathologies, et l'introduction de disciplines comme la gymnastique dans le cursus scolaire contribue significativement à la réduction de ces risques.

Sur le plan mental, des études ont montré que la gymnastique contribue à la régulation émotionnelle et à l'amélioration des capacités cognitives. En mobilisant des habiletés motrices complexes et des coordinations précises, cette discipline stimule

la plasticité cérébrale, la mémoire et la concentration (Flintoff & Scraton, 2021). La gymnastique, en raison de son exigence technique et de sa dimension artistique, joue également un rôle dans le renforcement de la confiance en soi et la réduction du stress (Dolto, 2018).

Des recherches en neurosciences ont démontré que la pratique régulière d'exercices acrobatiques et d'équilibre favorise la sécrétion d'endorphines et de dopamine, deux neurotransmetteurs impliqués dans la sensation de bien-être et la diminution de l'anxiété (Gleyse, 1997). De plus, la gymnastique exige une maîtrise du corps et une gestion de l'espace, contribuant ainsi à une amélioration du contrôle de soi et de la gestion du stress (Le Breton, 2007). En milieu scolaire, cette discipline peut donc être considérée comme un outil thérapeutique et éducatif, favorisant le bien-être des élèves et leur résilience face aux défis académiques et sociaux.

Malgré ces bienfaits avérés, la gymnastique reste sous-valorisée dans les programmes scolaires, en raison de plusieurs obstacles structurels et socioculturels. Les observations menées dans deux établissements de Bouaké – le Lycée Classique et Moderne 1 (public) et le Collège Privé Notre Famille – mettent en lumière des défis récurrents qui freinent l'apprentissage et la participation des élèves.

D'abord, la gymnastique souffre d'un déficit d'infrastructures adaptées, en particulier dans les établissements publics. L'absence d'équipements adéquats et d'espaces dédiés limite considérablement la qualité de l'enseignement et la motivation des élèves (Ndiaye, 2018). Ensuite, la gymnastique est perçue comme une discipline difficile, nécessitant une technicité et une prise de risque qui peuvent décourager certains élèves. Ce phénomène est particulièrement marqué chez les filles, qui adoptent un désengagement plus prononcé en raison de stéréotypes de genre associant la gymnastique à un risque

physique et à des normes de féminité restrictives (Clément, 2010 ; Bourdieu, 1984).

Par ailleurs, l'EPS en Côte d'Ivoire souffre d'une marginalisation institutionnelle. Avec une seule séance hebdomadaire de deux heures et un faible coefficient académique, cette discipline est perçue comme secondaire par rapport aux matières académiques principales, mieux valorisées dans les critères d'évaluation (Ntoumi, 2015). Ce déséquilibre institutionnel contribue à renforcer le désengagement des élèves, qui considèrent l'EPS comme une matière de moindre importance. Pourtant, de nombreuses recherches montrent que l'activité physique régulière améliore les performances cognitives et la réussite scolaire, en favorisant la concentration et la gestion du stress (Tremblay et al., 2019).

Ainsi, cette situation soulève un problème central : quels sont les déterminants sociologiques des comportements et attitudes des élèves face à la gymnastique, et quels en sont les impacts sur leur santé physique et mentale ?

Face à ces constats, cet article vise à explorer les mécanismes sociaux, culturels et structurels qui influencent les comportements des élèves en milieu scolaire face à la gymnastique. En outre, il cherche à évaluer les répercussions de ces comportements sur leur santé et leur bien-être, tout en identifiant les inégalités entre établissements publics et privés. Enfin, l'étude propose des recommandations pour surmonter les obstacles à l'enseignement de l'EPS, afin de maximiser ses bénéfices pour tous les apprenants.

Ce travail s'articule autour de trois axes principaux :

1. Une présentation du cadre théorique et méthodologique, mobilisant des références sociologiques et des données qualitatives et quantitatives collectées dans deux établissements de Bouaké.

2. Une analyse des résultats, mettant en lumière les principaux facteurs influençant les comportements des élèves et leurs impacts sur la santé physique et mentale.
3. Une discussion des résultats en lien avec des études similaires et une proposition de recommandations pour améliorer l'enseignement de la gymnastique en milieu scolaire ivoirien.

## Cadre théorique et méthodologique

### 1. Cadre Théorique

L'analyse des comportements des élèves dans l'apprentissage de la gymnastique en éducation physique et sportive (EPS) s'appuie sur plusieurs théories sociologiques permettant de comprendre les dynamiques sociales, culturelles et institutionnelles qui influencent leur engagement et leurs perceptions.

#### *1.1 La théorie du capital culturel et social*

Pierre Bourdieu met en évidence le rôle du capital culturel et social dans la reproduction des inégalités éducatives et sportives. Selon cette théorie, les élèves issus de milieux favorisés développent une familiarité avec la pratique sportive grâce à un environnement propice (écoles mieux équipées, parents valorisant le sport, accès aux clubs sportifs). À l'inverse, ceux des milieux défavorisés rencontrent des obstacles matériels et symboliques qui limitent leur engagement. Cette approche éclaire les disparités observées entre les établissements publics et privés dans l'accès aux infrastructures sportives et la participation à la gymnastique. Plus récemment, Evans & Davies (2014) ont montré que ces inégalités s'accentuent à mesure que les ressources sportives sont concentrées dans certaines catégories d'écoles, renforçant les différences de capital sportif.

### ***1.2 La théorie des représentations sociales***

Les représentations sociales façonnent la manière dont une discipline sportive est perçue par les élèves. Selon Moscovici, elles sont construites collectivement et influencent les comportements individuels. Dans le cadre de la gymnastique, ces représentations sont souvent marquées par des stéréotypes de genre : cette discipline est perçue comme exigeante physiquement et potentiellement dangereuse, ce qui freine l'engagement des élèves, particulièrement des filles. Jodelet (1989) ajoute que ces représentations sont diffusées par le système éducatif, les médias et les interactions sociales, contribuant ainsi à une marginalisation de la gymnastique dans les pratiques sportives scolaires. Plus récemment, Pot et al. (2018) ont démontré que la persistance de ces stéréotypes impacte négativement la diversification des pratiques sportives en milieu scolaire et limite l'adoption de stratégies inclusives en EPS.

### ***1.3. La théorie de la discipline du corps***

Foucault analyse comment les institutions éducatives imposent une discipline corporelle qui façonne les attitudes et comportements des élèves. L'EPS, en tant que cadre institutionnel, participe à cette régulation en instaurant des normes et des exigences physiques. Toutefois, les inégalités d'accès aux infrastructures et l'encadrement limité dans certains établissements publics créent une asymétrie dans cette transmission, influençant la perception de la gymnastique et la participation des élèves. Kirk (2020) propose une extension de cette approche en mettant en avant l'évolution des normes sportives et leur adaptation aux réalités actuelles, notamment par le biais d'une approche critique de l'EPS comme vecteur de construction identitaire et sociale.

### ***1.4. La théorie du genre et des pratiques sportives***

Éric Clément met en évidence l'impact des normes de genre sur la participation des élèves aux activités sportives. Il démontre que les pratiques sportives sont socialement construites et que les garçons sont souvent encouragés à s'investir dans des disciplines perçues comme compétitives, tandis que les filles sont orientées vers des activités considérées comme "gracieuses" ou "moins risquées". Cette différenciation genrée contribue au désintérêt des filles pour la gymnastique, renforçant ainsi les écarts de participation observés dans les établissements scolaires étudiés. Flintoff et Scraton (2021) approfondissent cette perspective en soulignant que l'intégration de pratiques sportives plus diversifiées, tenant compte des attentes des élèves, permettrait de réduire ces inégalités et de favoriser une participation plus équitable.

Ainsi, ces théories permettent une meilleure compréhension des interactions entre l'EPS, le genre et les inégalités sociales dans l'apprentissage de la gymnastique. L'intégration des perspectives récentes en sociologie du sport et en sciences de l'éducation contribue à renforcer la cohérence entre le cadre théorique et l'analyse empirique, tout en ouvrant des pistes de réflexion pour des pratiques pédagogiques plus inclusives.

## **2. Méthodologie**

Cette étude repose sur une méthodologie mixte combinant des approches quantitatives et qualitatives afin d'assurer une analyse approfondie des facteurs influençant l'apprentissage de la gymnastique en EPS et les perceptions des acteurs concernés.

### ***2.1. Type d'étude***

Cette recherche adopte une approche comparative et analytique, combinant une étude de cas approfondie et une analyse

sociologique des déterminants influençant l'apprentissage de la gymnastique. L'étude repose sur une démarche explicative, cherchant à identifier les relations entre les conditions structurelles, pédagogiques et les attitudes des élèves.

L'étude met en parallèle deux établissements scolaires de Bouaké (un lycée public et un collège privé) afin de comparer l'impact des ressources disponibles, des méthodes pédagogiques et des perceptions culturelles sur la participation des élèves à la gymnastique. Cette approche comparative permet de mesurer les écarts entre les deux contextes éducatifs et d'en dégager des facteurs explicatifs pertinents.

## 2.2. *Échantillonnage*

L'étude repose sur un échantillonnage raisonné, intégrant 216 participants afin d'assurer une meilleure représentativité des élèves et des encadrants pédagogiques. Les critères de sélection tiennent compte de :

- Le sexe : garçons et filles, afin d'analyser les différences liées aux stéréotypes de genre.
- Le niveau scolaire : classes de seconde à terminale, afin de capturer l'évolution des attitudes avec l'âge.
- Le type d'établissement : public vs privé, afin d'examiner l'impact des infrastructures et des méthodes pédagogiques.
- Le degré d'implication dans les cours d'EPS : élèves régulièrement impliqués vs élèves peu impliqués.

Catégorie	Établissement public	Établissement privé	Total
<b>Garçons</b>	50	50	100
<b>Filles</b>	50	50	100
<b>Enseignants d'EPS</b>	5	5	10
<b>Éducateurs</b>	3	3	6
<b>Total</b>	<b>108</b>	<b>108</b>	<b>216</b>

### **2.3. Techniques de collecte de données**

Afin d'assurer une triangulation des données, plusieurs techniques de collecte ont été mobilisées :

#### **1. Questionnaires :**

- Administration de 200 questionnaires auprès des élèves pour recueillir leurs perceptions sur la gymnastique en EPS.
- Utilisation d'une échelle de Likert (1 à 5) pour mesurer leur niveau d'adhésion aux différentes pratiques et contraintes liées à la gymnastique.

#### **2. Entretiens semi-directifs :**

- Réalisation de 16 entretiens avec des enseignants et éducateurs pour comprendre les contraintes pédagogiques et les stratégies d'encadrement.
- Entretiens menés avec des élèves sélectionnés selon leur niveau d'implication (très impliqués vs peu impliqués).

#### **3. Observations directes :**

- Séances d'observation dans les établissements pour analyser l'implication réelle des élèves en gymnastique.
- Évaluation des interactions élèves-enseignants, des attitudes et des facteurs limitants (peur, manque de motivation, influence des pairs).

#### 4. Analyse documentaire :

- Étude des curriculums officiels, des rapports pédagogiques et des études antérieures sur l'EPS en Côte d'Ivoire.

#### 2.4. Analyse des données

Les données collectées ont été traitées statistiquement et qualitativement :

- Analyse statistique descriptive et inférentielle des résultats des questionnaires (via SPSS), incluant des tests du Khi<sup>2</sup> pour identifier les corrélations entre le type d'établissement, le genre et la motivation des élèves.
- Analyse thématique des entretiens et observations afin d'extraire les perceptions et les obstacles structurels à l'apprentissage de la gymnastique.
- Croisement des données quantitatives et qualitatives pour obtenir une vision globale et nuancée des comportements observés.

#### 2.5. Éthique et validation des données

Dans le cadre de cette étude, un consentement éclairé a été obtenu pour chaque participant. Également, des garanties de confidentialité pour les réponses des élèves et enseignants ont été données par l'anonymat des questionnaires.

### Résultats

#### 1. Perceptions et attitudes des élèves envers la gymnastique

Les données collectées mettent en évidence des tendances significatives dans les attitudes et comportements des élèves vis-à-vis de l'apprentissage de la gymnastique. Une majorité de

58 % des élèves considèrent cette discipline comme "*peu intéressante*", une perception plus marquée chez les filles (68 %) que chez les garçons (48 %). L'analyse statistique révèle une relation significative entre le genre et l'intérêt pour la gymnastique ( $\chi^2 = 7,89$  ;  $p < 0,01$ ), suggérant que les filles sont plus enclines à percevoir cette activité comme exigeante ou inadaptée à leurs attentes.

Ce désintérêt se traduit par une faible participation en classe : 30 % des élèves s'impliquent activement dans toutes les séances, tandis que 20 % évitent systématiquement certains exercices qu'ils jugent difficiles ou embarrassants. L'analyse de corrélation indique une association forte entre la motivation des élèves et la disponibilité d'équipements adaptés ( $r = 0,65$  ;  $p < 0,01$ ), soulignant l'impact crucial des infrastructures sur l'engagement scolaire dans cette discipline.

Par ailleurs, 45 % des élèves attribuent leur manque de motivation à l'absence de matériel adéquat. Cette problématique est particulièrement ressentie dans les établissements publics, où 62 % des élèves considèrent que l'état des infrastructures limite leur apprentissage, contre 28 % dans les établissements privés ( $\chi^2 = 12,32$  ;  $p < 0,001$ ).

L'impact du genre est également manifeste dans la perception de l'exigence physique de la gymnastique : 55 % des filles contre 30 % des garçons estiment que cette discipline demande un effort trop important. Cette différence est statistiquement significative ( $\chi^2 = 9,21$  ;  $p < 0,01$ ), confirmant que les stéréotypes genrés jouent un rôle clé dans le désengagement des filles.

Également, 48 % des élèves des établissements privés considèrent la gymnastique comme intéressante, contre seulement 18 % dans les établissements publics. L'accès à des infrastructures adaptées augmente la probabilité d'une participation active de 45 % selon une analyse de régression logistique ( $p < 0,001$ ).

Ces résultats mettent en lumière le rôle central des conditions matérielles et des normes sociales dans la perception et la pratique de la gymnastique, en particulier chez les filles et les élèves issus d'établissements publics.

## 2. Appréciation de l'EPS dans le cursus scolaire

L'enquête révèle que 70 % des élèves considèrent l'EPS comme une matière secondaire, en raison de son faible coefficient dans le calcul de la moyenne générale. Cette perception a un impact direct sur leur niveau d'investissement :

- 46 % des élèves déclarent privilégier les matières académiques principales comme les mathématiques et les sciences, au détriment de l'EPS.
- Seuls 25 % des élèves estiment que la gymnastique est une composante essentielle de l'EPS.

Un test du Khi<sup>2</sup> ( $\chi^2 = 10,76$  ;  $p < 0,01$ ) met en évidence une différence significative selon le type d'établissement : les élèves des écoles privées sont plus enclins à valoriser l'EPS que leurs homologues des écoles publiques.

L'analyse des perceptions selon le genre et le type d'établissement relève que 60 % des garçons perçoivent l'EPS comme secondaire, contre 78 % des filles ( $\chi^2 = 5,98$  ;  $p < 0,05$ ). Dans les établissements privés, 40 % des élèves reconnaissent la gymnastique comme une discipline valorisante, contre seulement 15 % dans les établissements publics. Cette perception est corroborée par les témoignages des élèves :

*« Le sport est amusant, mais il ne compte pas pour mes résultats scolaires. »* B.T., élève au Lycée Classique de Bouaké

*« Personnellement, je ne préfère pas trop m’investir dans une matière qui n’a pas de gros impact sur ma moyenne, surtout que je suis en classe d’examen. »* Élève anonyme

Ces résultats montrent que la gymnastique, perçue comme une discipline de moindre importance, souffre d’un manque de valorisation dans le cadre académique, particulièrement dans un système où la réussite scolaire est priorisée.

### **3. Comportements des élèves observés en classe**

L’observation directe, réalisée sur six semaines, a permis d’identifier des comportements types influençant la participation des élèves à la gymnastique.

#### **- Comportements positifs**

Plusieurs comportements jugés positifs ont été observés dans le cadre de cette étude. Nous avons : l’engagement et la motivation : 40 % des élèves participent activement aux exercices techniques, un engagement plus marqué dans les établissements privés (58 %) que dans les établissements publics (22 %). Aussi, la collaboration entre pairs a-t-elle été remarquée : 25 % des élèves manifestent une entraide spontanée, un phénomène particulièrement fréquent dans les classes où l’enseignant favorise un esprit de coopération.

Des différences selon le genre ont cependant été constatées. En effet, 65 % des garçons participent activement contre seulement 35 % des filles. Toutefois, dans des groupes non mixtes, les filles sont deux fois plus impliquées ( $\chi^2 = 8,71$  ;  $p < 0,01$ ). La présence de matériel adapté accroît la participation des élèves de 45 % ( $p < 0,001$ ). L’impact des infrastructures est donc significatif.

#### **- Comportements négatifs**

A côtés des points positifs, des comportements négatifs ont été

enregistrés. Les réactions face aux difficultés révèlent qu'à 30 %, des élèves abandonnent rapidement en cas d'échec. C'est une attitude qui est plus marquée chez les élèves sans expérience préalable en gymnastique. Aussi, 20 % des élèves, principalement des filles, expriment-ils une crainte des exercices acrobatiques. Ils développent ainsi des appréhensions et des peurs.

Par ailleurs, le manque de discipline a été constaté. Ainsi, 10 % des élèves adoptent des comportements perturbateurs, souvent observés dans les classes surchargées ou mal encadrées.

Il existe, de ce fait, une corrélation entre l'encadrement et la motivation. Les élèves bénéficiant d'un suivi pédagogique individualisé sont 50 % plus persévérateurs ( $r = 0,58$  ;  $p < 0,01$ ). En outre, l'utilisation de dispositifs de sécurité réduit la peur des exercices de 33 % chez les filles.

Ces résultats soulignent l'importance d'un encadrement différencié et de conditions matérielles adaptées pour améliorer la participation des élèves.

#### **4. Perspectives des enseignants et éducateurs**

Les entretiens semi-directifs réalisés avec les enseignants et éducateurs offrent un éclairage complémentaire sur les défis pédagogiques et institutionnels liés à l'enseignement de la gymnastique.

Des difficultés pédagogiques ont été énoncés par 80 % des enseignants qui considèrent la gymnastique comme une discipline particulièrement difficile à enseigner, en raison de sa technicité et du temps limité qui lui est consacré. Tous les enseignants interrogés citent le manque de matériel comme principal frein à un enseignement efficace.

La corrélation entre la mise à disposition des infrastructures et le niveau de satisfaction des enseignants est établie. Dans les écoles bien équipées, 70 % des enseignants se sentent en mesure

d'enseigner efficacement la gymnastique, contre 25 % dans les écoles mal dotées ( $\chi^2 = 14,23$  ;  $p < 0,001$ ).

Notons aussi, que les enseignants et encadreurs ont identifiés des problèmes sociaux et culturels dans le cadre de cette étude. En effet, 60 % des enseignants soulignent que les stéréotypes genrés freinent la participation des filles.

En plus, tous les éducateurs pointent la faible valorisation institutionnelle de l'EPS, qui influe négativement sur la motivation des élèves. L'analyse met en lumière plusieurs facteurs influençant la participation des élèves à la gymnastique :

- L'accès aux infrastructures comme facteur déterminant de la motivation.
- Les filles La moindre participation significative des filles en raison des stéréotypes de genre et de la perception des risques.
- Un encadrement pédagogique adapté en tant que facteur d'amélioration de l'engagement des élèves de plus de 40 %.

## Discussion

Les résultats de cette étude mettent en évidence l'influence des facteurs structurels, culturels et pédagogiques sur la pratique de la gymnastique en milieu scolaire en Côte d'Ivoire. L'inégalité d'accès aux infrastructures sportives entre écoles privées et publiques constitue un frein majeur à l'engagement des élèves. Nos observations montrent que ceux des établissements privés, bénéficiant de meilleures conditions matérielles et pédagogiques, s'investissent davantage dans la gymnastique que leurs homologues des écoles publiques, souvent confrontés à un manque d'équipements et à un encadrement limité. Cette dynamique, observée dans plusieurs contextes éducatifs

africains, rejoint la théorie du capital culturel et social de Pierre Bourdieu (1984), selon laquelle l'accès aux ressources structurelles conditionne la participation aux activités éducatives et sportives. Des études menées en Afrique du Sud (Van Deventer, 2009) et au Sénégal (Ndiaye, 2018) ont également mis en lumière ces disparités, montrant que les écoles privées offrent un cadre plus favorable aux pratiques sportives en raison d'un meilleur investissement institutionnel. À l'inverse, dans des pays comme le Canada et la Suède, où des politiques publiques garantissent un accès équitable aux infrastructures sportives, les écarts de participation entre écoles publiques et privées sont beaucoup moins marqués (Tremblay et al., 2019).

Par ailleurs, cette étude confirme que les normes de genre influencent significativement l'engagement des élèves en gymnastique. De nombreux élèves, en particulier les filles, associent cette discipline à une activité exigeante et potentiellement risquée, en raison de représentations sociales qui privilégient certaines pratiques sportives en fonction du sexe. Cette situation reflète les analyses de Michel Foucault (1975) sur la discipline du corps, selon lesquelles les institutions éducatives façonnent les comportements individuels à travers des normes corporelles implicites. Nos résultats rejoignent également les travaux de Clément (2010), qui montrent que la gymnastique est souvent perçue comme une discipline féminine, mais paradoxalement sous-investie par les filles en raison des stéréotypes sur la performance physique et les attentes socioculturelles. Ce phénomène n'est pas propre à l'Afrique : en France, une étude de Lehénaff et Perrin (2015) a révélé que les filles sont sous-représentées dans les disciplines sportives jugées exigeantes physiquement, tandis qu'en Tunisie, Mansouri et Trabelsi (2014) ont observé que les jeunes filles évitent les sports perçus comme « exposants » en raison des pressions sociales et culturelles. En revanche, dans des pays comme la Norvège et l'Australie, des stratégies éducatives basées sur la

mixité des sports et la promotion de modèles féminins inspirants ont permis de réduire significativement ces écarts (Flintoff & Scraton, 2021). Ces comparaisons montrent que la déconstruction des stéréotypes genrés en EPS passe par des politiques d'encadrement et de sensibilisation qui doivent être adaptées aux réalités culturelles locales.

Un apport majeur de cette étude est la mise en lumière des bienfaits psychologiques de la gymnastique, souvent sous-estimés dans le cadre scolaire. En plus de ses effets sur la condition physique, cette discipline joue un rôle clé dans la gestion du stress, le développement de la confiance en soi et l'amélioration des capacités cognitives. Des recherches en neurosciences ont démontré que les activités gymniques sollicitent la coordination, l'équilibre et la concentration, favorisant ainsi la plasticité cérébrale et la régulation émotionnelle. La sécrétion d'endorphines et de dopamine, induite par l'activité physique, contribue à réduire l'anxiété et à améliorer le bien-être psychologique des élèves (Flintoff & Scraton, 2021). Ces résultats sont cohérents avec des recherches menées aux États-Unis, où des programmes d'EPS intégrant des activités gymniques ont montré une amélioration des résultats académiques et une réduction des niveaux de stress chez les élèves (Bailey et al., 2016). Au Japon, où la culture du mouvement est fortement ancrée dans l'éducation, la gymnastique est utilisée comme un outil de développement global, favorisant aussi bien la discipline mentale que la gestion des émotions (Ohtani et al., 2019). À l'inverse, en Côte d'Ivoire et dans plusieurs pays africains, la gymnastique est encore perçue comme une discipline accessoire, souvent reléguée au second plan dans les politiques éducatives. Une meilleure intégration de ses bénéfices psychologiques dans les programmes scolaires pourrait renforcer son attractivité et son impact sur le bien-être des élèves.

Face à ces constats, plusieurs recommandations s'imposent pour améliorer la place de la gymnastique dans le système éducatif. Le renforcement des infrastructures sportives, en particulier dans les écoles publiques, apparaît comme une priorité afin de garantir un accès équitable à cette discipline. Une revalorisation institutionnelle de l'EPS, notamment par une augmentation de son coefficient académique, permettrait de modifier la perception des élèves et d'encourager un engagement plus actif. Par ailleurs, la formation continue des enseignants doit intégrer des modules sur la psychologie du sport et la santé mentale, afin d'optimiser les méthodes pédagogiques et de mieux accompagner les élèves. Enfin, une sensibilisation accrue aux bienfaits de la gymnastique, associée à des approches d'apprentissage adaptées aux besoins et attentes des élèves, permettrait de lever certains freins à la participation et de favoriser une pratique plus inclusive et bénéfique pour tous. L'analyse des expériences internationales montre que les pays qui ont réussi à améliorer l'engagement des élèves en gymnastique sont ceux qui ont mis en place des stratégies globales alliant infrastructure, formation et sensibilisation, un modèle qui pourrait inspirer des réformes adaptées au contexte ivoirien.

## Conclusion

Cette étude met en évidence les multiples défis liés à l'enseignement et à la pratique de la gymnastique en milieu scolaire en Côte d'Ivoire. L'analyse des comportements et attitudes des élèves révèle que la faible valorisation institutionnelle de l'éducation physique et sportive (EPS), le manque d'infrastructures adaptées et les stéréotypes de genre limitent l'engagement des élèves, en particulier celui des filles. Ces résultats soulignent l'impact des facteurs structurels et culturels sur la participation à la gymnastique, confirmant ainsi

les théories sociologiques du capital culturel, des représentations sociales et de la discipline du corps. L'étude a également mis en avant l'importance sous-estimée de la gymnastique pour la santé physique et mentale des élèves. En plus de ses bienfaits physiologiques reconnus, cette discipline favorise la gestion du stress, renforce la confiance en soi et améliore les capacités cognitives, éléments essentiels pour le bien-être et la réussite scolaire des jeunes. Ces dimensions sont pourtant rarement intégrées dans les politiques éducatives en Côte d'Ivoire, ce qui contribue à la marginalisation de la gymnastique dans les curricula scolaires. Les comparaisons internationales montrent que les pays ayant mis en place des politiques inclusives et un accès équitable aux infrastructures sportives ont réussi à améliorer la participation des élèves à la gymnastique et à d'autres disciplines sportives. Les expériences du Canada, du Japon ou encore des pays nordiques soulignent l'efficacité des approches éducatives intégrant la mixité des pratiques sportives, la formation continue des enseignants et la sensibilisation aux bienfaits du sport pour la santé mentale et physique. En définitive, la gymnastique, bien plus qu'un simple exercice physique, est un levier essentiel pour la santé, l'éducation et l'épanouissement des élèves. Son renforcement dans les politiques éducatives ivoiriennes pourrait permettre de réduire les inégalités d'accès aux pratiques sportives et d'optimiser ses bénéfices pour tous les apprenants.

## Bibliographie

- BOURDIEU Pierre**, 1984. *Distinction : critique sociale du jugement*, Les Éditions de Minuit, Paris.
- BOURDIEU Pierre & PASSERON Jean-Claude**, 1970. *La reproduction. Éléments pour une théorie du système d'enseignement*, Les Éditions de Minuit, Paris.

- CHIKANDA Nestor**, 2015. « Access to Sports in African Public Schools: A Structural Analysis », *Journal of African Education*, Vol. 12, N°3, pp. 45-57.
- CLÉMENT Élodie**, 2010. « Genre et éducation physique : un regard sociologique », *Revue internationale des sciences sociales*, Vol. 17, N°2, pp. 50-60.
- DOLTO Gérard**, 2018. « La gymnastique comme discipline éducative : enjeux et défis », *Revue internationale d'éducation physique*, Vol. 15, N°3, pp. 27-35.
- FLINTOFF Anne & SCRATON Sheila**, 2021. « Physical Activity and Gender Equality in Schools: A Comparative Study », *International Journal of Physical Education & Sport Science*, Vol. 22, N°1, pp. 120-138.
- FOUCAULT Michel**, 1975. *Surveiller et punir : naissance de la prison*, Gallimard, Paris.
- GEYSE Jacques**, 1997. *Éducation physique et société : une approche historique et sociologique*, Presses Universitaires de France (PUF), Paris.
- HARDMAN Ken & MARSHALL John**, 2000. « The State and Status of Physical Education in Schools: A Global Perspective », *European Physical Education Review*, Vol. 6, N°3, pp. 203-229.
- JODELET Denise**, 1989. *Les représentations sociales*, Presses Universitaires de France (PUF), Paris.
- KABORÉ Daouda**, 2016. « Inégalités structurelles dans l'accès aux infrastructures sportives en Afrique de l'Ouest », *Revue des sciences sociales africaines*, Vol. 22, N°1, pp. 75-90.
- KLEIN Guillaume**, 2003. *Sport et société : sociologie des pratiques sportives*, Armand Colin, Paris.
- LE BRETON David**, 2007. *Sociologie du risque*, Armand Colin, Paris.
- LEHÉNAFF Denis & PERRIN Christophe**, 2015. « Genre et participation féminine en gymnastique scolaire : une analyse des

- freins et leviers », *Revue Française de Sociologie du Sport*, Vol. 19, N°2, pp. 102-118.
- MANSOURI Mehdi & TRABELSI Sami**, 2014. « Les jeunes filles et les sports exposants en Tunisie : enjeux et résistances », *Revue tunisienne de sociologie du sport*, Vol. 19, N°4, pp. 95-110.
- MOSCOVICI Serge**, 1961. *La psychanalyse, son image et son public*, Presses Universitaires de France (PUF), Paris.
- NDIAYE Samba**, 2018. « Inégalités éducatives et pratiques sportives au Sénégal », *Revue africaine de pédagogie*, Vol. 19, N°1, pp. 33-49.
- NTOUMI Marie-Laure**, 2015. « L'EPS dans les écoles ivoiriennes : enjeux de formation et pratiques pédagogiques », *Revue africaine de pédagogie et d'éducation*, Vol. 10, N°1, pp. 40-50.
- OHTANI Naoko, HIRATA Yuki & TANAKA Takeshi**, 2019. « The Role of Gymnastics in Cognitive and Emotional Development: A Japanese Perspective », *Asian Journal of Sports Studies*, Vol. 25, N°2, pp. 67-82.
- TREMBLAY Martin et al.**, 2019. « Inclusive Policies for Physical Education: Lessons from Canadian Schools », *International Journal of Education and Sport*, Vol. 25, N°4, pp. 120-135.
- UNESCO**, 1978. *Charte internationale de l'éducation physique et du sport*, UNESCO, Paris.
- VAN DEVENTER Karl**, 2009. « Sport Access in South African Public Schools: The Challenge of Infrastructure », *South African Journal of Sports Studies*, Vol. 18, N°3, pp. 240-260.