



SPORT ET COHESION SOCIALE

Le sport est un réel moyen de cohésion sociale. Il transmet de nombreuses valeurs et quelques règles sociales.

C'est un ensemble d'exercices, le plus souvent physiques, se pratiquant sous forme de jeux individuels ou collectifs pouvant donner lieu à des compétitions.

Le terme "sport" a pour racine le mot en vieux français "**desport**" qui signifie "**divertissement, plaisir physique ou de l'esprit**".

Le sport moderne se définit par quatre éléments indispensables :

La mise en oeuvre d'une ou plusieurs qualités physiques : activités d'endurance, de résistance, de force, de coordination, d'adresse, de souplesse, etc. Une activité institutionnalisée, ses règles tendent à être identiques pour l'ensemble de la planète. Une pratique majoritairement orientée vers la compétition. Une pratique fédérée (sous tutelle d'une fédération).

Si la compétition est prédominante, il existe toutefois d'autres formes de pratique mettant plutôt en avant le plaisir, la santé, l'éducation ou l'épanouissement. La pratique équilibrée d'un sport aide à se maintenir en bonne santé physique et mentale. A l'inverse, l'excès dans un sens, l'absence totale d'exercice physique, et celui dans l'autre, le surmenage sportif, sont mauvais pour la santé.

La pratique d'un sport se décompose en trois types d'activités :

L'entraînement sportif, la compétition et la récupération.

L'entraînement a pour objectif de former et d'entraîner le pratiquant pour que ses performances augmentent. Pour être bénéfique, l'entraînement

doit être réparti par une succession de séances régulières, progressives et complémentaires les unes aux autres. **La compétition** a pour objectif de mesurer les sportifs entre eux et de récompenser les meilleurs. Pour de nombreux sportifs, la compétition est le moment le plus fort et le plus agréable de la pratique du sport. Enfin, la pratique d'un sport comprend des phases **de récupération et de détente**. L'objectif de ces séances est de laisser au corps de l'athlète le temps et le repos nécessaire pour qu'il se remette en état de produire les meilleurs efforts.

La pratique d'un sport fait travailler le système cardio-respiratoire et différents muscles. Elle permet de brûler des calories et donc de prévenir de l'obésité. Elle incite à avoir une alimentation correcte. Elle facilite l'évacuation de la tension nerveuse accumulée dans la journée. Elle permet la découverte du corps et de ses limites. Il est recommandé de pratiquer un sport d'intensité moyenne ou, plus simplement, d'exercer une activité physique pendant un temps allant de 50min à 1h30 si l'on veut avoir un effet sur le maintien ou l'abaissement de son poids, au moins trois fois par semaine.

I- Un des acteurs principaux : Le respect

Respect

A- Le rôle du respect

Qu'est ce que le respect ?

Le respect est le sentiment de considération, d'égard, voire de vénération que l'on peut avoir envers un individu ou quelque chose. Il se manifeste par une attitude de déférence et le souci de ne pas porter atteinte à l'objet du respect, ni de le heurter inutilement. **Le respect est une valeur plus profonde que la simple politesse, car il est débarrassé de toute hypocrisie.**

Le respect est l'un des principes fondamentaux dans le milieu sportif. Il est appliqué dans tous les sports et enseigné aux enfants du plus bas âges, car c'est l'un des piliers de l'éducation. Il faut savoir que le respect est la base de tous sport, mais il y a différents types de respect :

- Le respect de soi-même
- Le respect de la différence (taille, corpulence, religion...)
- Le respect du club
- Le respect du joueur
- Le respect du matériel et des infrastructures
- Le respect de l'adversaire
- Le respect de l'arbitre, car sans arbitre, il n'y a pas de sport
- Le respect du match

Le respect c'est avant tout être à l'écoute des autres ; le sport ne pourrait pas exister si cette valeur n'était pas présente dans les différents sports. On pourrait dire que l'élément clé d'un sport, c'est le respect. Dans les sports individuels, le respect tient une place considérable, mais ce n'est rien à côté de celle qu'il tient dans les sports collectifs. Dans ces sports là, il est impératif d'avoir du respect pour les autres et pour tout ce qu'il peut y avoir.

B- Comparaison avant / maintenant

Le mot "respect" n'a plus le même sens qu'autrefois, il est beaucoup moins significatif de nos jours.

Avant les années 1950, les personnes étaient beaucoup plus respectueuses envers les autres. Cela venait certainement de l'éducation que leur apportaient leurs parents, ou de la vie qu'il menaient à l'époque. Avant, l'éducation était tel qu'il ne fallait pas faire de faux pas. Les parents éduquaient leurs enfants dans le respect et l'honnêteté.

En 1950, c'est la période du changement de mentalité pour la plus grande partie de la population.

II- Le sport, transmetteurs de certaines valeurs

A- Transmission de valeurs

Tous les sports transmettent plusieurs valeurs: **la tolérance, le respect, l'honnêteté, l'honneur, le courage...** Les sports collectifs permettent de développer plus particulièrement l'esprit d'équipe, la solidarité, la coopération... Ce sont des valeurs transmissibles dans la vie de tous les jours.

Prenons l'exemple du rugby. Apparut dans les îles Britanniques en 1823, le rugby à XV a été créé à Londres par les Bourgeois ; c'est un sport de brut créé par des Gentlemen. Dans le sud, la classe inférieure, donc les ouvriers ont conçu le rugby à XIII. La mondialisation de ce sport s'est faite grâce à la création de plusieurs compétitions organisées dans le monde entier, cela a entraîné le professionnalisme qui a permis une grande évolution de ce sport.

Ce sport collectif d'opposition frontale suppose la **coopération** entre les partenaires et le **respect** d'autrui à travers l'arbitre et l'adversaire. Les combats collectifs et individuels font appels au **courage** et à la **solidarité**. Il faut accepter les chocs et la chute. Il faut de l'intelligence tactique pour choisir les solutions de jeux par tous les temps et la durée des matchs sont très longues (2x40 min).

" **Le rugby, école de vie** " slogan de la Fédération Française de Rugby

Le Basket-Ball a été créé en 1891 aux Etats-Unis par James Naismith qui est un docteur-professeur en médecine.

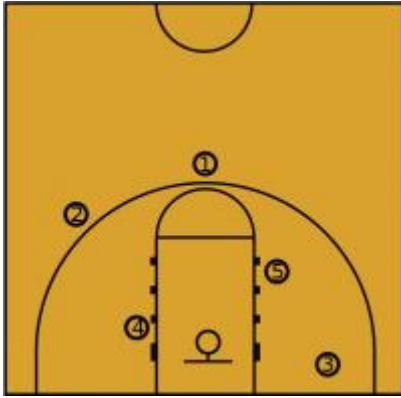
Selon lui, "**Le basket-ball n'a pas été inventé par accident. Il s'est développé pour répondre à un besoin.**"

Il cherche à occuper ses étudiants entre les saisons de football et de baseball, pendant l'hiver, au cours duquel la pratique du sport en extérieur était difficile. Sa mondialisation et les valeurs enseignées par ce sport sont similaires à celles du rugby.

B- Les interactions relationnelles

L'étymologie du mot "équipe" désigne à l'origine l'esquif" qui vient de l'allemand "schiff" et l'anglais "ship". C'est à dire le bateau, puis les occupants dans leur activité collective que l'on retrouve dans le terme "**équipage**". L'équipe, c'est l'équipage où chacun est embarqué pour un même sort, où chacun a une fonction distincte. Plus le nombre de personnes composant l'équipe augmente, plus la cohésion risque d'en souffrir, car les risques de conflits vont augmenter. Chacun doit pouvoir communiquer avec tous les autres membres, non pas par personne interposée, mais face à face. Si les équipiers restent toujours unis, solidaires après chaque match, ils le sont aussi autrement.

- Au basket-ball, il existe 5 positions différentes : Le **meneur** qui remonte la balle et annonce les tactiques (N°1) ; l'**arrière** qui joue à l'extérieur de la raquette et qui shoot à l'intérieur et à l'extérieur (N°2) ; l'**aillier** qui est aussi à l'extérieur de la raquette et qui peut venir en aide aux intérieurs (N°3) ; le **pivot** qui est chargé de récupérer les rebonds et mettre des paniers directement dans le cercle (N°4) ; l'**aillier fort** a un rôle similaire à celui du pivot (N°5) : à eux deux ils forment les **intérieurs**.



L'acceptation de ces différents rôles dans une équipe inculque une certaine responsabilité à avoir un certain comportement (offensif/defensif). Au sein d'une équipe les rôles occupent une place centrale, il faut l'accepter et faire en sorte d'être le plus performant possible.

III- Le sport, une aide à la socialisation

A- Le rôle et les règles sociales

Le sport participe beaucoup à **la socialisation des individus**. En effet, c'est en pratiquant un sport, quel qu'il soit, que l'individu s'imprègne de certaines règles sociales.

Le rôle du sport se caractérise par :

- un apprentissage du mode d'agir et de penser
- un dépassement des différences
- un renforcement des liens avec le groupe social
- un sentiment d'appartenance à "une deuxième famille", attachement à l'équipe
- une forme d'expression : interagir, communiquer, se faire accepter, se faire écouter...
- vouloir être avec d'autres, partager avec d'autres, établir un contact avec d'autres, avoir une cohésion de groupe

Le simple fait de se retrouver entre amis pour jouer une partie de basketball, par exemple, est considéré comme **un événement social** où des **échanges** entre personnes ont lieu.

Pratiquer un sport en équipe permet aux individus de partager quelque chose en fonction des classes sociales, du sexe, de l'origine...

Il permet aussi de transformer un individu, qu'il soit jeune ou plus âgé, en citoyen responsable, de lui faire accepter un modèle de comportement vers un objectif de contrôle de lui-même.

La logique sportive veut que si les règles ne sont pas respectées, on encourt une sanction. C'est aussi comme ça que fonctionne notre société : si on ne respecte pas les lois, c'est la "prison".

B- La socialisation à travers plusieurs exemples

C-

L'exemple des personnes incarcérées :



"Cela leur permet de nouer des relations sur un autre modèle que le caïdat." Pierre Cambréal président du Comité régional olympique et sportif

Dans l'attente du jugement ou de la sortie, le milieu de l'emprisonnement est un lieu où le détenu tend à se renfermer sur lui-même.

Pour les personnes incarcérées, **les notions de réhabilitation ou de réinsertions** sont une préoccupation.

C'est pourquoi on peut utiliser la fonction **de resocialisation** : le sport et les activités physiques peuvent contribuer au développement de la sociabilité des personnes placées sous les mains de la justice.

Préparer la libération et la réinsertion sociale des détenus par l'organisation de rencontre sportives à l'intérieur et, si possible, à l'extérieur des établissements et notamment en autorisant les détenus à s'affilier à des clubs sportifs.

Suite à cela, la question de réinsertion est un peu plus facile : les personnes qui ont bénéficié d'une activité physique et sportive en prison ont plus de chance pour se réinsérer dans la société.

On peut donc en conclure qu'en plus du soutien de qualité de vie et de santé des prisonniers, le sport permet la resocialisation.

Et les jeunes délinquants ?

Le sport est reconnu comme un "remède" à la délinquance bien que cela soit encore un gros problème en France. Le sport permettrait de "faire sortir" l'agressivité, de se défouler et ainsi éviter des actes de violence.

L'exemple de l'intégration des immigrés :

La pratique du sport peut susciter à l'intégration d'une personne immigrée dans son pays d'accueil. La pratique sportive peut améliorer le statut social, supprimer les préjugés et contribuer à l'émancipation des peuples. De plus, l'exemple de la réussite de certains sportifs de haut niveau issus de mêmes quartiers les poussent à espérer. La victoire de l'équipe de France lors de la Coupe du Monde de 1998 de football est souvent présentée comme la victoire de l'intégration. On retrouvait des joueurs aux origines très diverses. Ces joueurs qui sont devenus des modèles d'intégration, sont dorénavant des modèles pour bon nombre de jeunes immigrés. D'après les immigrés, le sport est le troisième facteur de leur socialisation dans leur pays d'accueil après l'école et le travail.

Et le sport de haut niveau ?

Beaucoup de jeunes prennent exemples sur les sportifs professionnels. Combien de jeunes étaient admiratifs de Zinédine Zidane ? Ce footballeur professionnel a pourtant pu montrer, lors de la finale de la Coupe du Monde en 2006, qu'il ne savait pas garder son sang-froid en donnant un "coup de boule" à son adversaire italien. Ce joueur est d'origine algérienne. Cet exemple renforce donc le blocage de l'intégration ainsi que l'intensité des stéréotypes et préjugés.

Conclusion

Le sport est un réel moyen de transmission de valeurs et de règles sociales. A travers le sport, on peut inculquer une liste énorme de valeurs, mais la valeur qui est néanmoins la plus présente **est le respect**. Le respect est la base de tout sport quel qu'il soit. Le sport est aussi un réel moyen de socialisation, cela nous permet de rencontrer des personnes, de nous changer les idées.