

# Sport et intégration sociale

**Au-delà d'une simple occupation, le sport participe, avec ses valeurs, ses principes et ses règles, à l'intégration sociale, pour peu que sa pratique soit encadrée et s'inscrive dans la durée.**

**Brigitte Deydier**  
Directrice technique nationale,  
Fédération française de judo

**D**epuis les années quatre-vingt, l'expression « intégration par le sport » s'est développée avec la diversification des lieux de pratique et avec la prise de conscience par les pouvoirs publics et les collectivités des problèmes d'intégration sociale des jeunes.

## Politiques publiques : la confusion

Les différentes politiques publiques ont pris alors en considération les valeurs éducatives du sport. Mais la diversité de ces politiques publiques, l'absence de principes forts établis par le monde du sport, la prise en main du « service » par les professionnels de l'animation socioculturelle sans goût ni vraie connaissance du sport ont amené certes un progrès dans l'approche des jeunes, mais aussi une grande dispersion d'énergie et de moyens.

Notons que le mot « sport » n'existe pas dans les récents discours de la politique de la ville : le rapport de l'Observatoire national des zones sensibles en 2005 n'utilise pas le mot sport, la loi d'orientation et la préparation pour la ville et la rénovation urbaine de 2003 ne parlent jamais de sport. Le fossé est immense parfois entre la vision nationale et la mise en œuvre par les acteurs de terrain.

La compétence sportive est absente des lois de décentralisation, mais elle est prise en compte par tous sur le terrain.

J'aime à croire que, dans l'ensemble des activités mises en service localement pour l'intégration sociale, la partie sport joue pleinement son rôle d'ouverture sur le monde, de brassage social, d'apprentissage de la règle et du sens de l'équipe. Les évaluations de son rôle sont plus faciles à réaliser sur le terrain

qu'au niveau global, surtout avec le rôle d'exemplarité donné au sport et au sportif.

## Sport et éducation

Entre sport et intégration, nous ne pouvons pas ignorer l'étape « éducation ». Le sport est porteur de nombreuses valeurs éducatives et participe à l'épanouissement personnel, à une estime de soi retrouvée. Il contribue alors à l'intégration des jeunes, des handicapés, des femmes, de toutes les populations en difficulté.

Pratiquer dans un club, c'est participer à la vie d'un club, c'est favoriser les connexions sociales. Tout d'abord, les sportifs partagent une pratique, des actions. Ils se regroupent autour d'un même centre d'intérêt, ils partagent, qu'ils soient partenaires ou adversaires. La relation avec l'entraîneur, qui cadre l'activité, qui donne les consignes, les conseils pour progresser, conforte leur capacité d'écoute et de confiance. Dans toutes les autres activités de l'association aussi, le sportif va pouvoir échanger, donner, se tourner vers les autres pour des projets d'organisation d'activités d'animation, des moments festifs, etc.

Dans les actions sportives menées dans les quartiers en difficulté sociale, nous notons des changements de comportement, d'attitude, de motivation chez les jeunes sportifs. Nous avons observé une régulière corrélation entre la pratique sportive des jeunes filles de ces quartiers et la réussite scolaire. Capacité à exister malgré les contraintes sociales, besoin de sortir du carcan local ?

Nous pouvons noter dans certains cas que le développement de connaissances cognitives favorise l'acquisition de compétences sociales. Béatrice Clavel, sociologue, mène des études



très intéressantes sur les méthodes pédagogiques interactives de résolution de problèmes.

### La culture et les règles

Si le sport n'est pas par essence éducatif, le judo est une exception. Jigoro Kano, universitaire japonais, a souhaité créer, à la fin des années 1800, « *une discipline éducative ayant pour mission l'épanouissement de l'individu* », et il l'a nommée le judo.

Dans la pratique sportive, tout le monde est à égalité de chances. Seules les qualités physiques ou mentales et le travail interviennent sur le résultat. Faire du sport, c'est prendre confiance en soi.

En judo, tous les pratiquants sont en kimono blanc. Tous égaux ! Sur le tapis, le judoka travaille avec différents partenaires, il travaille en collaboration avec chacun d'entre eux. Chacun a besoin de l'autre pour progresser. Une relation d'échange et d'attention mutuelle se crée. Le judoka « ceinture noire » va travailler avec le « ceinture blanche » débutant et ils partageront leurs savoirs. En judo, tous les exercices pédagogiques sont basés sur la coopération, y compris les combats d'entraînement appelés « randori ». Le professeur de judo est un éducateur avant tout.

Dans tous les sports de combat, le respect de l'adversaire est essentiel. Pour cela, le rituel permet d'isoler dans le temps et l'espace la confrontation, qui doit aussi respecter des règles très strictes. L'arbitre est partie intégrante de la compétition et il a une grande autorité. Aucun judoka ne peut contester une décision, il doit saluer son adversaire et le tapis à la fin du combat. Se contrôler, se maîtriser tout en donnant le meilleur de soi-même sont des éléments fondamentaux de la progression individuelle. La collaboration puis la compétition dans la règle sont indispensables à l'acquisition des règles du judo et des règles de vie.

L'identification aux valeurs du club et du sport, aux champions, aux maillots, aux ceintures noires pour les judokas est un relais que le sportif va montrer, va porter à l'extérieur. Le sportif apprend la responsabilité partagée des valeurs auxquelles il adhère.

### Le goût de l'effort lié au progrès

La difficulté est d'ancrer les jeunes dans les clubs et d'avoir une pratique régulière.

Pourtant, acquérir des valeurs éducatives demande de pratiquer le sport dans toutes ses composantes et surtout dans une durée suffisamment importante.

Dans les opérations « 100 ceintures noires, 100 emplois », opérations sociales du judo, l'objectif est de devenir ceinture noire.

Obtenir sa ceinture noire, c'est montrer la maîtrise de qualités mentales, techniques et physiques, comme le dit la définition du grade en judo : Shin-Gi-Tai. Cela demande de nombreuses heures de travail, de répétition, de coopération, de remise en question. C'est la pratique pendant les trois, quatre, cinq ans nécessaires pour acquérir respect et maîtrise symbolisés par la ceinture noire.

C'est pour cela que nous — Fédération française de judo-jujitsu et disciplines associées — insistons sur les nécessaires qualités pédagogiques de l'enseignant du judo.

Savoir se positionner par rapport à la règle, les respecter, aimer l'effort sont les qualités demandées par le monde de l'entreprise pour ses embauches, et les opérations que nous réalisons avec les jeunes judokas le démontrent régulièrement.

### Un sport éducatif

Oui, le sport, et le judo en particulier, est une activité socialisante si on respecte quelques fondamentaux comme la durée de la pratique, la qualité d'enseignement, l'appartenance à un club, la prise en compte de la famille, de l'environnement.

Pratiquer un sport éducatif aura pour conséquence une meilleure intégration sociale. L'adoption des règles communes, la nécessité d'un apprentissage, la détermination dans l'atteinte de l'objectif, et le plaisir de sa progression individuelle dans un collectif donnent toute sa légitimité au sport.

Le sport a des valeurs qui favorisent l'intégration sociale comme :

- un cadre institutionnel : l'association,
- un enseignement de qualité,
- un ancrage culturel,
- une notion de progression individuelle et de réalisation personnelle.

Il est bien clair que le sport n'est qu'une partie des dispositifs d'insertion, il ne se suffit pas à lui-même. Par contre, le sport doit être la pierre de base avec ses valeurs, ses principes et ses règles. Il ne peut pas et ne doit pas être édulcoré. Il faut changer le regard sur le sport, car il ne peut être un simple pansement sur une douleur sociale.

Le sport n'est pas transpiration, il n'est pas simple occupation du temps des jeunes, il est formateur et, pour cela, il doit être pratiqué avec plaisir, avec respect et s'inscrire dans la durée. 