



Rapport sur la mixité de genre dans les pratiques sportives compétitives

2026

REMERCIEMENT

Je souhaite remercier l'ensemble des personnes qui ont contribué, de près ou de loin, à la réalisation de cette recherche.

Je remercie l'ensemble des membres du Comité de Paris, salarié·es et bénévoles, pour leur accueil, leur disponibilité et la confiance qu'ils m'ont accordée durant ces cinq derniers mois. Je pense en particulier à Chloé, David, Line, Marie-Lyse, Pablo, ainsi qu'à Michel, Thierry et Danielle.

Je tiens également à remercier toutes les personnes ayant participé aux entretiens semi-directifs, Camille, Laurent, Éric, Nao, Annabeau, Alexia, Élise et bien d'autres, pour le temps qu'elles y ont consacré et pour le partage de leurs expériences. Leur contribution a été essentielle à l'élaboration de ce travail.

Je remercie également celles et ceux ayant répondu au questionnaire.

Enfin, j'adresse mes remerciements à mes professeurs M. Charitas et M. Guéry, pour leur accompagnement tout au long de l'année et pour la qualité de leurs conseils dans la conduite de ce projet.

SOMMAIRE

REMERCIEMENT	2
INTRODUCTION	4
PARTE 1 - Le sport comme espace de reproduction des rapports sociaux de genre	9
CHAPITRE 1 - La non-mixité comme construction historique et sociale.....	10
CHAPITRE 2 - Le genre et la hiérarchisation des pratiques sportives.....	14
PARTIE 2 - État des lieux de la mixité dans le sport	19
CHAPITRE 1 - La mixité sportive : une réalité plurielle selon les contextes	20
CHAPITRE 2 - Les conditions structurantes de la mixité compétitive	26
CHAPITRE 3 - Les effets sociaux de la mixité	31
PARTIE 3 - L'étude de cas du Comité FSGT de Paris	35
CHAPITRE 1 - Le positionnement épistémologique d'enquête	36
CHAPITRE 2 - Le Festival des Pratiques Mixtes comme point de départ.....	36
CHAPITRE 3 - La population enquêtée.....	38
CHAPITRE 4 - Les outils de collecte des données	40
PARTIE 4 - La mixité compétitive comme développement d'une nouvelle norme sportive	42
CHAPITRE 1 - Reconfigurer le jeu : adapter les règles pour rendre la mixité praticable ...	43
CHAPITRE 2 - Transformer les rapports sociaux : la mixité comme espace de recomposition sociale	54
CHAPITRE 3 - Déplacer les inégalités : le niveau comme condition d'accès à la mixité compétitive	67
CONCLUSION	75
BIBLIOGRAPHIE	78

INTRODUCTION

Cette recherche s'inscrit dans le cadre d'un stage au sein du Comité de Paris de la Fédération Sportive et Gymnique du Travail (FSGT), de mars à juillet 2026. Ce stage s'articule lui-même autour de l'organisation du Festival des Pratiques Mixtes prévu en juin de cette même année. Cet événement inédit, porté par le Comité, s'inscrit dans une démarche de promotion et d'expérimentation de la pratique sportive compétitive en mixité de genre. Ce terrain a permis de préciser l'objet de cette recherche, elle aussi initiée par le Comité : comprendre les enjeux et les conditions de réussite de la mixité de genre dans les pratiques sportives compétitives. Pour cela, le Comité organise un Festival dédié à la mixité de genre afin de mettre en place un espace d'expérimentation et d'observation.

La Fédération Sportive et Gymnique du Travail (FSGT) est une fédération omnisports, héritière du mouvement ouvrier, qui milite depuis 1934 pour un sport populaire, accessible et émancipateur. Elle est née de la fusion de l'Union des Sociétés Gymniques et Sportives du Travail (USGST) proche de la Confédération Générale du Travail (CGT) et de la Fédération Sportive du Travail (FST) proche de la Confédération Générale du Travail Unitaire (CGTU). Construite dans un contexte de luttes sociales et antifascistes, elle œuvre depuis sa création à faire du sport un outil d'éducation populaire et de transformation sociale, au service de l'émancipation collective et individuelle. Aujourd'hui agréée par le ministère des Sports, la FSGT poursuit son projet socio-politique, en défendant un modèle alternatif éloigné des logiques élitistes et marchandes du sport. Fidèle à cette orientation, elle conçoit l'innovation comme un levier pour transformer les rapports sociaux et démocratiser l'accès aux pratiques sportives. Elle compte aujourd'hui plus de 200 000 pratiquant-es, 4 200 clubs et propose plus d'une centaine d'activités physiques et sportives compétitives et non compétitives. Elle fêtait en 2024, ses 90 ans d'engagement au service du droit au sport pour tous et toutes (FSGT, 2024)¹. Portée par une histoire et des valeurs d'égalité et d'éman-

cipation, la FSGT fait de la mixité de genre un terrain d'expérimentation pour les années à venir, ce qui en fait un terrain propice à l'étude de cette mixité de genre. Pour le Comité de Paris, entité territoriale de la fédération pour le département du 75, la mixité apparaît ainsi comme le prolongement de ses engagements historiques. Parmi ses réflexions structurées, celles initiées lors du Festival des Innovations en 2016, ont posé la mixité comme enjeu d'évolution des pratiques sportives. Ce Festival avait été organisé dans l'objectif d'engager une réflexion collective, afin de concevoir des pratiques plus inclusives, égalitaires et émancipatrices. Dix ans après, le Comité organise un nouvel événement intitulé, le Festival des Pratiques Mixtes, autour de la mixité de genre. Ce festival constitue le support de réflexion de ce travail. Il repose sur l'organisation de 3 temps complémentaires. Le premier est une recherche sur la mixité de genre menée au niveau du Comité de Paris, afin d'identifier les conditions de réussite et les enjeux de la mixité au sein des pratiques compétitives. Le deuxième est une table ronde, afin d'ouvrir un espace de réflexion collective sur les enjeux de la mixité. Le dernier est un temps de pratique sportive, organisé sous la forme de rencontres dans différentes disciplines mixtes.

L'ensemble de cette démarche constitue le cadre de cette recherche. La découverte du terrain associatif et la rencontre avec les acteurs de ce milieu ont permis de soulever un premier questionnement : comment dans un paysage sportif dominé par la non-mixité certaines disciplines parviennent-elles à organiser des pratiques compétitives en mixité de genre ?

Une interrogation qui résonne également dans mon parcours personnel. Le choix de ce sujet s'inscrit dans la continuité d'une réflexion personnelle sur les questions de genre dans le sport, amorcée cette année après avoir débuté un premier projet de mémoire consacré au rugby féminin. Dans mon enfance, la mixité me paraissait être une évidence : ayant grandi entourée de garçons et pratiquant des disciplines majoritairement mixtes. En entrant dans des

¹ Fédération Sportive et Gymnique du Travail. (2024). 90 ans, une histoire d'émancipation par le sport. FSGT.

pratiques compétitives, une séparation progressive s'est opérée avec les garçons, ce qui me semblait tout à fait normal et conforme à l'organisation dominante du sport. Ce n'est qu'avec le recul, que cette transition, autrefois perçue comme allant de soi, m'a conduite à m'interroger sur le processus social qui conduit à la bi-catégorisation du sport, les filles d'un côté et les garçons de l'autre. Ce questionnement personnel m'a ainsi amenée à choisir la mixité de genre comme objet d'étude, d'autant qu'il m'a semblé cohérent avec les valeurs portées par la structure de stage qui m'accueillait. Cette articulation entre terrain et trajectoire personnelle m'a conduite à cette interrogation, elle-même inscrite dans une réalité sociale plus large. C'est dans cette continuité que s'inscrit le cadre théorique mobilisé dans ce travail, qui permet de replacer mes expériences dans la compréhension du fonctionnement social du sport.

Le sport occupe une place importante dans les sociétés contemporaines. Il constitue un espace fort de socialisation, où se forment des liens et se construisent des identités collectives, en transmettant des valeurs. Cette définition rejoint l'analyse de Jacques Defrance, pour qui le sport constitue un fait social total au sens de Marcel Mauss, c'est-à-dire un phénomène où s'expriment une multitude de dimensions sociales, culturelles et symboliques en même temps (Defrance, 2009)². Cependant, si le sport est un espace de socialisation, il n'est pas pour autant neutre, mais lui-même lieu de reproduction des rapports et des représentations qui se jouent dans la société. C'est dans ce cadre, que s'inscrit la compréhension des logiques de différenciation qui structurent les pratiques sportives. La place des femmes dans le sport, relativement récente, s'est ainsi construite dans un contexte marqué par des représentations sociales façonnées par l'organisation patriarcale de la société, qui structurent encore les perceptions et les attentes liées au sport (Bourdieu, 1998 ; Mennesson, 2005). La société et les structures institutionnelles ont longtemps légitimé et légitiment encore une différenciation sexuée des rôles et des compétences (Louveau, 2006 ; Rouyer, 2018). Dès lors, le sport, s'est dès l'origine constitué en un espace de sé-

paration et de hiérarchisation des sexes. Cette bi-catégorisation a de ce fait progressivement naturalisé les espaces dits non-mixte, au sens littéral du terme, c'est-à-dire organisés autour d'un seul sexe.

Il convient de préciser l'usage du terme non-mixité dans ce travail. En effet dans un contexte militant et féministe plus récent, la notion de non-mixité désigne une pratique permettant à des groupes considérés comme opprimés ou discriminés de se réunir (Université d'Angers, 2022)³. Ces groupes, excluent les individus considérés comme appartenant à des groupes dominants pour éviter la reproduction des dynamiques de domination sociale et favoriser leur émancipation. Apparue dès les années 1960, cette définition de non-mixité est aujourd'hui dominante dans l'espace public et revient beaucoup dans les milieux engagés, associatifs et universitaires. Toutefois, dans le cadre de cette recherche, le terme de non-mixité est employé dans son sens descriptif, pour qualifier les espaces et/ou pratiques réservés à un seul sexe. Cette décision terminologique permet de rendre compte qu'il s'agit d'un modèle structurel historiquement institué. C'est précisément parce que ce modèle de séparation s'est imposé et naturalisé que la mixité de genre y apparaît comme une alternative à part entière.

C'est dans ce contexte que la mixité de genre constitue un enjeu analytique. Au sens large, la mixité désigne la coprésence, dans un même espace social, institutionnel ou organisationnel, d'acteurs issus de groupes distincts selon leur genre, leur origine, leur âge ou leur milieu social (Zaidman, 2007)⁴. Définie ainsi, la mixité constitue un repère descriptif, sans rendre compte des dynamiques qui la traversent. Appliquée au sport et au genre, elle renvoie plus précisément à la présence conjointe de femmes et d'hommes dans un même espace sportif. Cela ne signifie pas pour autant qu'elle garantit la nature des relations qui s'y déploient, car sa mise en place n'est pas naturelle, et ses enjeux varient selon les contextes. La mixité de genre mobilise ces tensions pour penser des formes de pratique plus ouvertes et représentatives de la diversité des publics sportifs. Interroger la

² Defrance, J. (2009). *Sociologie du sport*. Paris : La Découverte.

³ Université d'Angers. (2022, 24 février). *Non-mixité / mixité choisie*. Mois du genre.

⁴ Zaidman, C. (2007). La mixité, objet d'étude scientifique ou enjeu politique ? *Cahiers du Genre*, n° 42(1), 205-218.

mixité dans le sport permet de questionner les normes qui organisent les rapports de genre, d'en montrer leurs effets concrets et d'imaginer comment des pratiques peuvent contribuer à des transformations sociales. Or, si la mixité existe déjà dans le sport, c'est dans les pratiques compétitives qu'elle s'efface généralement. C'est précisément dans le cadre compétitif que s'inscrit cette recherche, car c'est là que la non-mixité est la plus structurée et institutionnalisée, et donc que sa remise en cause est plus significative.

Cette recherche s'appuie également sur le concept de genre, qu'il convient de distinguer de celui de sexe. Selon les définitions de l'Organisation mondiale de la Santé⁵, le sexe renvoie aux caractéristiques biologiques et physiologiques qui différencient les individus à la naissance, tandis que le genre désigne les rôles, comportements et attentes socialement construits qu'une société associe aux hommes et aux femmes. L'OMS précise que « *le concept de genre comprend cinq dimensions importantes : relationnelle, hiérarchique, historique contextuelle et institutionnelle* ». Introduire la mixité de genre revient à interroger comment s'organisent, évoluent et s'orientent ces dimensions, structurantes des normes sociales, dans un contexte donné. Cette recherche s'inscrit par ailleurs dans le cadre de la binarité de genre, entendue comme la distinction historique et sociale dominante qui organise les individus en deux catégories : d'un côté les femmes et de l'autre les hommes.

Ce positionnement n'ignore ni n'exclut l'existence d'identités plurielles. Il reconnaît que la norme binaire demeure aujourd'hui le cadre structurant d'une majorité des organisations sociales, culturelles et sportives (Inserm, 2022)⁶. Si elle constitue un référentiel analytique pour interroger la mixité dans le sport, la recherche ne s'y limite pas. À ce titre, elle s'interroge sur les contours de la mixité. Ces définitions clarifiées, il devient intéressant d'observer l'écart entre ce que le sport compétitif organise, c'est-à-dire une séparation, et ce que la mixité pourrait permettre, à savoir une reconfiguration des relations entre individus grâce à un cadre de

pratique inédit. Si les inégalités de genre dans le sport sont aujourd'hui documentées, du point de vue de l'accès à la pratique, de la visibilité médiatique ou des fonctions dirigeantes (Davis et Louveau, 2006 ; Mennesson, 2005 ; Bourdieu, 1998), celle de la mixité dans les pratiques sportives compétitives associatives demeure moins étudiée. Les travaux existants portent plutôt sur les contextes scolaires et l'EPS, dans lesquels la mixité a déjà fait l'objet d'analyses approfondies sur les attentes différenciées, les stéréotypes ou les mécanismes de reproduction des rapports de genre (Cogérino, 2009 ; Bréau, 2017 ; Bouchet, 2024). C'est ainsi que cette recherche a pour objectif de contribuer aux réflexions déjà engagées sur la mixité de genre, en s'appuyant sur une expérimentation portée par le Comité FSGT de Paris à travers un festival.



Photo 1 : Tournoi de volleyball équitmixte du Festival des Pratiques Mixtes (5 juillet 2026)
(Source Comité FSGT de Paris)

⁵ Conseil de l'Europe. (2026). *Sexe et genre – Questions de genre*. Consulté le 11 mai 2026, sur

⁶ Inserm. (2022). *L'identité de genre, entre faits naturels et faits construits : une approche intégrative et développementale*.

Ces interrogations, nourries par le terrain et la littérature, sur les enjeux de la mixité dans les pratiques sportives compétitives, aboutissent à la problématique suivante.

Dans quelle mesure la mise en place d'une pratique sportive mixte compétitive expérimentée par le Comité FSGT de Paris constitue-t-elle une nouvelle norme sportive qui reconfigure les rapports sociaux dans le sport et dans la société ?

Pour répondre à cette problématique, plusieurs hypothèses de travail, ont été identifiées, chacune explorant une dimension particulière des conditions qui freinent ou rendent possible la mixité de genre en compétition.

HYPOTHESE 1

L'adaptation des règles dans les compétitions mixtes redéfinit les conditions de pratique et cherche à compenser les inégalités issues d'une socialisation sportive historiquement genrée.

Cette hypothèse repose sur le constat que tous et toutes les pratiquant·es ne disposent pas des mêmes capacités techniques et/ou physiques au sein d'une discipline sportive, du fait notamment d'un accès historiquement inégal à la pratique. Sans adaptation des règles, il semblerait que la mixité reproduise, voire renforce, les inégalités existantes entre hommes et femmes. Il est donc intéressant d'examiner comment et dans quelle mesure des ajustements réglementaires pourraient rééquilibrer la pratique sans dénaturer la logique interne de l'activité.

HYPOTHESE 2

L'introduction de la mixité en contexte compétitif, exception dans un paysage sportif dominé par la non-mixité, conduit les pratiquant·es à reconsidérer leurs représentations, tout en accordant aux femmes une légitimité dans un espace sportif compétitif historiquement masculin.

Cette hypothèse part du constat que dans un modèle sportif dominé par la non-mixité, la mixité devient une forme de pratique inédite. La mise en situation de la mixité, dans un cadre compétitif, où hommes et femmes sont engagé·es, construirait un espace de remise en question des stéréotypes de genre. L'accès des femmes à un espace historiquement masculin permettrait de faire évoluer les représentations genrées quant à leur légitimité sportive au sein de pratiques compétitives et ainsi de faire évoluer les rapports sociaux.

HYPOTHESE 3

Le niveau de pratique sportive en compétition constitue un obstacle structurel qui limite la portée égalitaire de la mixité, dans les cadres où celle-ci n'est pas imposée.

Cette hypothèse repose sur l'idée que, au-delà du genre, le niveau est le principal critère recherché dans les pratiques sportives compétitives. Cependant, si ce critère semble détaché de toute logique de genre, il masque en réalité des inégalités. En tant que produit d'une socialisation genrée et d'un accès historiquement inégal à la pratique sportive, le niveau peut devenir un mécanisme de sélection. Il semblerait, en effet, que plus l'exigence compétitive augmente, plus les femmes sont sous-représentées. Sans adaptation des règles imposant la mixité, le niveau tend à renforcer les inégalités et devient un substitut acceptable à la différenciation de genre.

Cette recherche s'organise autour de cinq parties. La première étudie le sport comme espace de reproduction des inégalités de genre, en partant de la différenciation sexuée et de la norme historique dominante de la non-mixité afin d'analyser les mécanismes qui la maintiennent. La deuxième partie dresse un état des lieux des pratiques sportives mixtes existantes et identifie leurs conditions de réussite. La troisième partie, présente la méthodologie retenue. La quatrième partie constitue l'analyse et la discussion des données quantitatives et qualitatives, de la littérature et interprétations au regard des hypothèses et de la problématique. La dernière et cinquième étape présente la conclusion de ce travail.



*Photo 2 : Tournoi de volleyball équitmixte du Festival des Pratiques Mixtes (5 juillet 2026)
(Source Comité FSCT de Paris)*

PARTIE 1

Le sport comme espace de reproduction des rapports sociaux de genre

Héritier d'une histoire façonnée par et pour les hommes, le sport s'est structuré autour de normes masculines, qui influencent toujours fortement l'organisation des pratiques sportives, des représentations et des institutions (Hargreaves, 1994 ; Bourdieu, 1998 ; Mennesson, 2005 ; DAVISSE et LOUVEAU, 2006). Cette première partie vise à montrer que loin d'un choix organisationnel, la non-mixité est le produit d'une construction historique, sociale et symbolique. Comprendre comment ce modèle s'est imposé et légitimé permet d'éclairer les réticences à un autre modèle moins répandu, celui de la mixité.

CHAPITRE 1 - La non-mixité comme construction historique et sociale	9
1.1. Le corps sexué : entre biologie et construction sociale.....	9
1.2. Le sport comme espace historiquement masculin.....	10
1.3. La séparation des sexes comme norme institutionnelle	11
CHAPITRE 2 - Le genre et la hiérarchisation des pratiques sportives	13
2.1. La socialisation de genre comme vecteur de la non-mixité	13
2.2. Les stéréotypes et représentations de genre	14
2.3. La persistance des inégalités de genre	166



Photo 3 : Source Comité FSGT de Paris

CHAPITRE 1

La non-mixité comme construction historique et sociale

Dans un paysage sportif alors dominé par la non-mixité, les pratiques sportives mixtes notamment compétitives, sont des exceptions. Elles s'inscrivent plus généralement dans une longue histoire de différenciation sexuée, biologique et sociale, qui a structuré le sport moderne, dès l'origine, comme espace masculin. Le chapitre revient sur les fondements de cette séparation. Il montre comment les différences biologiques et la faible reconnaissance sociale des femmes, ont servi de justification à leur exclusion historique et à l'institutionnalisation de la bi-catégorisation. Il s'agit de comprendre comment la non-mixité est devenue le principe structurant du champ sportif.

1.1. Le corps sexué : entre biologie et construction sociale

Avant d'être socialement et institutionnellement différenciés, les individus sont d'abord des êtres biologiques, pour lesquels des différences physiologiques moyennes existent et distinguent deux sexes, homme et femme. Ces écarts ne doivent toutefois pas être surinterprétés. En effet, les hommes présentent en moyenne une masse musculaire et une capacité cardiovasculaire plus élevée que les femmes, tandis que ces dernières sont généralement moins fatigables donc plus endurantes (Hunter, 2016)⁷. Ces exemples d'écarts sont toutefois relatifs et contextuels : ils varient selon des critères comme l'âge, le niveau d'entraînement ou encore la discipline pratiquée. Un homme sédentaire présentera ainsi des capacités bien inférieures à celles d'une femme sportive régulière. Autrement dit, même si chaque sexe présente ces caractéristiques et tendances physiologiques moyennes, toute hiérarchisation reste dépendante des variables individuelles. Ainsi, il est impossible d'établir des catégories strictes, sachant que les différences observées ne sont jamais uniformes (Hunter, 2016).

Le gabarit ne constitue pas un marqueur déterminant à lui seul, mais une variable parmi d'autres dans les relations de force au même titre que l'âge, l'expérience ou la condition physique. Ces différences physiologiques se développent principalement à la puberté. Avant, l'hétérogénéité entre enfants est généralement plus marquée que les différences entre sexes. Cet

élément, associé à d'autres facteurs pédagogiques et sociaux, contribue à faire des pratiques mixtes une forme ordinaire chez les plus jeunes. Les systèmes hormonaux ne sont pas encore pleinement activés et les taux de testostérone et d'œstrogène restent bas et relativement similaires (Brunel, 2024)⁸. Les différences de taille, de force et de vitesse existent déjà, mais ne suivent pas encore des trajectoires sexuées marquées. À l'adolescence et donc avec la puberté, les trajectoires divergent davantage. Chez les garçons, une forte augmentation de testostérone accélère la croissance musculaire et les capacités cardiovasculaires. Chez les filles, une montée des œstrogènes favorise le développement de la masse graisseuse (Pion, 2024)⁹. Ces évolutions créent des écarts moyens, qui ne s'appliquent jamais uniformément. En effet, il convient de rappeler qu'il est impossible de faire des généralités et que les rythmes de croissance varient fortement d'un individu à l'autre. La morphologie n'est donc pas un critère strictement binaire, car les cas individuels comptent autant que les moyennes statistiques. Certaines femmes peuvent être plus grandes que leurs partenaires masculins, renversant ainsi les représentations habituelles du rapport de force. Réduire les différences corporelles à des données biologiques, ne suffit pas à rendre compte de la réalité sociale des corps. C'est ce que montre Marcel Mauss (1950) avec sa notion de « *techniques du corps* »¹⁰. Selon lui, les gestes et les activités physiques les plus ordinaires, comme marcher ou courir, ne sont pas naturelles mais socialement transmises et incorporées. Les

⁷ Hunter, S.K. (2016). *The Relevance of Sex Differences in Performance Fatigability. Medicine & Science in Sports & Exercise*, 48(11), 2247–2256.

⁸ Brunel, S. (2024, 30 août). *L'évolution hormonale durant la puberté*. ACCES – École normale supérieure de Lyon.

⁹ Pion, C. (2024, 6 novembre). *La puberté (adolescence) : tout ce qu'il faut savoir*. PasseportSanté.

¹⁰ Marcel M., (1950). *Les techniques du corps. Sociologie et anthropologie* (p.365-386). Paris : Presses Universitaires de France.

corps sont des organismes biologiques certes, mais façonnés et éduqués socialement. Chaque espace et réalité sociale façonnent, selon lui, des manières spécifiques d'utiliser son corps. Erving Goffman prolonge cette idée, en montrant que les différences corporelles ne relèvent pas uniquement de la biologie ou du physique, mais bien d'apprentissages et normes différenciées (Goffman, 1977)¹¹. Selon lui, les manières d'occuper l'espace et de se tenir résultent de socialisations genrées, qui assignent aux femmes et aux hommes des postures et attitudes différentes. Ces deux analyses convergent pour montrer que les différences corporelles ne relèvent pas uniquement de la biologie, mais bien d'un ensemble de facteurs sociaux, culturels et normatifs. Cette articulation entre données biologiques et apprentissages sociaux est le sujet d'un documentaire réalisé par Françoise DAVISSE et Jean Philippe URBACH, *Laisse pas ton corps au vestiaire* (2025)¹². Il illustre comment l'école continue de produire des inégalités sur le plan corporel entre filles et garçons, à travers des interactions et des gestes supposément anodins. Le film montre comment les différences présentées et perçues comme « *naturelles* », sont en réalité façonnées par l'internalisation de normes de genre. Il démontre cependant que ces normes ne sont pas figées, et que certaines pratiques pédagogiques cherchent à modifier les stéréotypes de genre en travaillant sur les comportements qui produisent des habitudes incorporées. Ce sont bien les représentations sociales qui construisent ces distinctions plus que la nature elle-même. C'est à partir de cette différenciation biologique et sociale que le sport moderne s'est historiquement organisé, en laissant en retrait voire excluant les femmes de ses espaces et pratiques.

1.2. Le sport comme espace historiquement masculin

Historiquement, le sport moderne s'est construit sur une séparation des sexes. À l'origine, il n'est même pas pensé pour les femmes, qui en sont exclues dès la création des Jeux

olympiques modernes en 1896. Pierre de Coubertin, créateur de ces Jeux, refusa l'intégration des femmes dans les épreuves sportives officielles. Bien qu'il défende l'universalité, selon laquelle « *tous les peuples doivent être admis* », il affirmera protéger la dignité des femmes en leur interdisant la compétition publique. Cette position paternaliste s'inscrit dans une conception profondément élitiste du sport, pensée par et pour les élites masculines, bourgeoises et occidentales. Elle reflète les normes de son époque, marquée par un ordre social patriarcal, où la pratique féminine était largement contestée. L'exclusion du cadre olympique est l'expression de cette société, qui assignait les femmes à des rôles domestiques et les considérait inaptes à toute activité physique (CIO, 2024)¹³. Pour autant, Coubertin n'interdira pas formellement aux Comités d'organisations d'ouvrir l'accès aux femmes. Entre 1900 et 1924, leur nombre passe de 22 à 135, soit une faible progression au regard de l'essor du mouvement olympique. Les femmes participent pour la première fois aux Jeux en 1900, dans des disciplines jugées compatibles à la féminité, comme le tennis, le golf ou la voile. Ces disciplines étaient considérées féminines, car elles valorisaient la grâce et la maîtrise de soi, qualités autrefois associées aux normes bourgeoises, et parce qu'elles n'impliquaient pas un engagement physique trop intense. Cette intégration n'était donc que très limitée et strictement encadrée, l'objectif étant pour les instances de veiller à ce que les femmes ne remettent pas en cause l'ordre symbolique établi (Hargreaves, 1994)¹⁴. C'est justement à cette période que des militantes comme Alice Milliat se sont engagées pour contester cette exclusion. Afin de démontrer les capacités sportives des femmes et pour prouver l'incohérence du discours olympique, elle a fondé en 1921 la Fédération Sportive Féminine Internationale (FSFI) et organisé les Jeux Mondiaux féminins. Ce sont les combats de femmes engagées comme Alice Milliat, qui ont progressivement poussé le Comité International Olympique à inclure et ouvrir les compétitions aux femmes (Pfister, 2010)¹⁵. Cependant

¹¹ Goffman, E. (1977). *La ritualisation de la féminité*. Actes de la recherche en sciences sociales, 14, 34-50.

¹² DAVISSE, F. et URBACH, J.P. (2025). *Laisse pas ton corps au vestiaire* (film documentaire).

¹³ Comité International Olympique (2024). *Pourquoi Pierre de Coubertin était-il opposé à la participation des femmes aux Jeux Olympiques ?* Olympics.com.

¹⁴ Hargreaves, J. (1994). *Sporting Females: Critical Issues in the History and Sociology of Women's Sports*.

¹⁵ Pfister, G. (2010). Women in sport – gender relations and future perspectives. *Sport in Society*, 13(2), 234-248.

cette vision élitiste et paternaliste, notamment portée par Coubertin, ne se limite pas au sport de haut niveau. Elle traduit des normes sociales, plus larges, propres à une société où les femmes étaient fréquemment exclues de nombreuses activités publiques et de nombreux espaces sociaux.

Le sport reproduit encore aujourd'hui des rapports sociaux de genre hérité de cette période, dans lesquels les femmes sont considérées comme moins capables et moins légitimes que les hommes. Leur intégration s'est faite progressivement, discipline après discipline, souvent dans des conditions inégalitaires, sans remettre en cause le modèle de référence masculin (SIAF, 2023)¹⁶. Cette exclusion puis inclusion partielle ont naturalisé la division sexuée dans les organisations sportives, jusqu'à en faire aujourd'hui le modèle dominant. C'est cette naturalisation qui rend désormais la non-mixité difficile à remettre en question, à tel point qu'elle se présente comme un héritage intériorisé, qui a conduit à la bi-catégorisation systématique des hommes et des femmes. C'est à partir de la construction de cette évidence que la séparation des sexes a été formalisée progressivement comme principe de fonctionnement.

1.3. La séparation des sexes comme norme institutionnelle

La séparation sexuée du sport relève non seulement des représentations patriarcales diffusées dès le XXe siècle, mais également de leur formalisation progressive, qui a établi la bi-catégorisation des femmes et des hommes comme principe de fonctionnement du champ sportif. Cette institutionnalisation repose sur une volonté de préserver une forme d'équité entre individus physiologiquement différents et la reproduction d'un ordre social qui hiérarchise les sexes et leurs pratiques (Hargreaves, 1994). Les fédérations sportives, les règlements, les compétitions, tous reposent sur cette évidence d'un sport divisé en deux catégories, définies par le sexe. Cette évidence est d'autant plus marquante qu'elle demeure implicite et rare-

ment nommée. Comme le soulignent Rosianu, Besnier et Bancel, (2024)¹⁷, certaines disciplines, comme le football, sont spontanément associées au masculin, tandis que la pratique féminine doit être explicitement précisée. Cette asymétrie relève de la hiérarchisation implicite des genres et la naturalisation des catégories sexuées. Les débats, de plus en plus récurrents autour des tests de féminité accentuent les tensions produites par cette institutionnalisation. L'objectif affiché de ces tests est de vérifier la « *véracité* » du sexe des athlètes féminines pour éviter toute supposée fraude. Cependant, la littérature montre que ces dispositifs ne sont pas neutres, mais des outils de contrôle des corps, principalement féminins, jugés trop masculines, et renforcent ainsi une frontière entre les sexes (Bohuon, 2010)¹⁸. Ces tests reposent sur l'idée que les femmes doivent se conformer à des critères normatifs imposés par les institutions pour être reconnues comme telles, excluant de fait celles et ceux dont les identités ou caractéristiques corporelles s'écartent de ces normes.

Les personnes ne répondant pas à la définition binaire du sexe, sur laquelle repose le système compétitif se voient explicitement ou implicitement marginalisées. Bohuon (2010)¹⁹ emploie le terme de « *police du sexe* » pour qualifier ces dispositifs mis en place par le Comité international olympique afin de reconnaître les « *vraies femmes* ». Ces contrôles ne sont cependant pas nouveaux. Des examens visuels étaient déjà pratiqués dans les années 1930, suivis d'examens gynécologiques, sous couvert d'égalité des chances. Bohuon montre que la définition du sexe employée dans le sport repose sur des critères arbitraires, culturellement situés, dénonçant l'inaptitude des institutions à considérer la diversité des corps. Cette logique perdure : le CIO a annoncé en 2026 vouloir rétablir des tests pour les prochains Jeux Olympiques de 2028, trente ans après, toujours au nom de l'équité sportive (Le Monde, 2026)²⁰. En effet, dans le discours institutionnel, l'équité sportive renvoie à l'idée d'opposer des athlètes considérés comparables : ce qui justifie histori-

¹⁶ Service interministériel des Archives de France. (2023). *Dossier pédagogique : Les femmes et le sport* [PDF]. FranceArchives.

¹⁷ Rosianu, K., Besnier, N., & Bancel, N. (2024). Le genre à l'épreuve du sport. *Anthropologie et Sociétés*, 48(2), 11-21

¹⁸ Bohuon, A. (2010). Sport et bi-catégorisation par sexe : test de féminité et ambiguïtés du discours médical. *STAPS*, 90, 80-91.

¹⁹ Bohuon, A. (2012), *Le Test de féminité dans les compétitions sportives. Une histoire classée X ?* Paris : Éditions iXe.

²⁰ Le Monde avec AFP. (2026, 27 mars). JO 2028 : trente ans après y avoir renoncé, le CIO rétablit les tests de féminité, la ministre des sports dénonce « un retour en arrière ». *Le Monde*.

quement la bi-catégorisation censée garantir des conditions justes et équilibrées. Une telle mesure renforce ainsi la frontière binaire du sexe, excluant les athlètes trans et intersexes. Ces mécanismes témoignent de la tension entre la volonté affichée de préserver une forme d'équité sportive et la définition binaire des sexes, sur laquelle repose le système compétitif. En d'autres termes, le sport moderne prétend garantir des conditions de compétition justes, alors qu'il s'appuie sur une conception du sexe qui produit elle-même des inégalités. L'histoire du sport illustre la longue exclusion des femmes, suivie de la catégorisation des sexes, dans des disciplines souvent moins valorisées sur les plans matériel et symbolique. Cette organisation binaire repose sur une domination masculine persistante dans la société, qui se retrouve dans les instances décisionnaires. La séparation des sexes est d'autant plus compliquée à remettre en cause qu'elle est fondée sur un apprentissage précoce. Cette logique se met en place tôt, alors même que les pratiques sont souvent mixtes pour les enfants, l'accès aux catégories et aux équipes est déjà préétabli par la licence. Ainsi, les socialisations primaire et secondaire (Berger et Luckman, 1966)²¹ structurent durablement les représentations des individus et rendent la non-mixité comme la norme rassurante, dans un contexte où la mixité devient une exception. Comme le montrent DAVISSE et LOUVEAU (2006)²², les es-

paces de performance restent principalement non-mixtes, contrairement aux espaces de loisir et aux pratiques des plus jeunes, renforçant l'idée d'une mixité compliquée. Elles soulignent que la séparation des sexes est moins fondée sur des différences naturelles que sur des normes sociales intériorisées qui assignent à l'avance les filles et garçons à des pratiques distinctes. La force des catégories sexuées dans l'organisation sportive s'observe dans de nombreuses pratiques qui se proclament mixtes, comme l'escalade, mais reviennent tout de suite à des logiques non-mixtes dès lors que la compétition commence.

L'organisation institutionnelle contribue ainsi à légitimer la séparation des sexes comme évidence à la fois sportive et sociale, ancrée dans un contexte historique marqué par des rapports de genre inégalitaires et une volonté de préserver l'équité compétitive supposée. Les arguments mobilisés pour justifier cette séparation reposent largement sur des constructions sociales. En réalité, la division des pratiques sur des critères physiologiques masque des réalités qui se chevauchent. Autrement dit, la distinction sportive relève d'une interprétation sociale du corps, amplifiée et alimentée par les représentations sociales collectives bien plus que par la nature elle-même. C'est ce modèle que des mécanismes sociaux entretiennent et reproduisent au quotidien.



*Photo 4 : Championnat de France de badminton FSGT 2025
(Source : Revue Sport Plein Air janvier 2026)*

²¹ Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Anchor Books.

²² DAVISSE, A., & LOUVEAU, C. (dir.). (2006). *Sports, genre et transformations sociales*. Maison des Sciences de l'Homme d'Aquitaine.

CHAPITRE 2

Le genre et la hiérarchisation des pratiques sportives

Bien qu'imposée institutionnellement et historiquement, la séparation des sexes transposée à la non-mixité se perpétue à travers des mécanismes sociaux. Le sport est traversé par des normes, des stéréotypes et des hiérarchies symboliques, qui participent activement à la reproduction du modèle sportif bi-catégorisé. Ce chapitre analyse comment ces différentes injonctions sociales participent au maintien de ce modèle.

2.1. La socialisation de genre comme vecteur de la non-mixité

Si le sport est historiquement et institutionnellement conçu autour de la séparation des sexes, il est également façonné par les processus de socialisation. Les représentations liées au genre se construisent tôt à travers les expériences et interactions quotidiennes auxquelles les enfants sont exposés. La socialisation antérieure des individus se traduit ainsi dans leurs comportements et peut se manifester par des réticences à l'égard de certaines formes de pratiques, comme celles mixtes. Ces réticences se forment dès la socialisation primaire, au sein de la cellule familiale où s'intériorisent les premières normes de genre. L'habitus, comme le nomme Bourdieu, représente un ensemble de dispositions incorporées inconsciemment, qui orientent durablement les pratiques et les perceptions des individus (1980)²³. Bien que profondément ancrées et difficiles à transformer, ces dispositions ne sont pas figées étant donné qu'elles ont été formées très jeune et peuvent être remises en question. La socialisation primaire est ensuite complétée par la socialisation secondaire, à l'école ou dans les associations sportives, qui renforce et questionne les représentations construites plus tôt (Berger et Luckman, 1966). Avec le temps, les normes intériorisées se rigidifient et certaines pratiques sportives se voient associées à un sexe plutôt qu'à un autre, renforçant les frontières de genre et rendant la non-mixité davantage naturelle.

Cette division sexuée des activités sportives demeure largement présente et influence toujours le rapport de chacun au sport (Rouyer et al., 2018)²⁴. La socialisation de genre joue ainsi un

rôle structurant dans la construction et le développement identitaire des sportifs, particulièrement lorsqu'elle intervient dès le plus jeune âge. L'adolescence constitue un point de rupture où les transformations corporelles liées à la puberté s'entremêlent avec des enjeux psychiques et sociaux. Comme le décrit Marcelli (2007)²⁵, ce moment de vie coïncide avec celui où les stéréotypes, notamment de genre, se construisent et se renforcent, ce qui complexifie la distinction entre ce qui relève du corps et ce qui relève de son interprétation sociale. La socialisation de genre désigne l'ensemble des influences sociales qui conduisent les individus à intérioriser les normes et attentes associées aux genres. Ces influences émanent de différents espaces de socialisation, en commençant par la famille, l'école ou les groupes de pairs (Rouyer et al., 2018)²⁶. Dès l'enfance, les individus intériorisent les représentations genrées auxquelles ils sont exposés. Dans la sphère sportive, ces influences orientent les choix et représentations associés aux disciplines, consolidant ainsi certaines divisions sexuées.



Source MOOC - Égal Sport

Parallèlement, comme le décrit Bernard Lahire (2001)²⁷ les individus ne sont jamais homogènes mais pluriels, traversés par des socialisations multiples et parfois contradictoires. Ceci

²³ Bourdieu P., (1980), *Le sens pratique*. Paris : Minuit.

²⁴ Rouyer V., Constans S. et Régeon V., 2018, « Construction des rapports au genre dans l'enfance : les points de vue des filles et des garçons sur les activités sportives », *Le sujet dans la cité*, Actuels Hors-série n° 7, p. 151-163.

²⁵ Marcelli D. (2007). Garçons/filles. La différence des sexes, une question de physiologie ou de culture ? *Adolescence*, 25 : 321-339.

²⁶ Rouyer V., Constans S. et Régeon V., 2018, « Construction des rapports au genre dans l'enfance : les points de vue des filles et des garçons sur les activités sportives », *Le sujet dans la cité*, Actuels Hors-série n° 7, p. 151-163.

²⁷ Lahire B., (2001). *L'homme pluriel. La sociologie à l'épreuve de l'individu*. Nathan

offre un cadre théorique pour comprendre la pluralité des perceptions de la mixité. Il permet de comprendre comment les individus orientent leurs actions en fonction de valeurs et dispositions, fruits de socialisations diverses, et non d'une logique personnelle unique et homogène. Le rapport à la mixité reflète ainsi une socialisation individuelle façonnée par des normes collectives. La mixité sportive, en tant qu'espace inédit, peut alors devenir un espace où ces socialisations, se rejouent, se renégocient et se transforment. Les trajectoires sexuées se construisent à l'articulation des différents facteurs : psychiques, sociaux et biologiques (Marcelli, 2007)²⁸. Ainsi, de l'enfance où s'intériorisent les premières représentations genrées, à la pré-adolescence où elles se renforcent, jusqu'à l'adolescence où les attentes liées aux sexes deviennent davantage marquées. C'est à ce moment que les réticences à la mixité semblent se figer, le sport devenant un espace de rencontre où le choix des pratiques oriente et renforce les divisions sexuées (Mennesson, 2005)²⁹.



Source MOOC - Égal Sport

C'est à partir de cette différenciation sexuée socialement construite, que la non-mixité s'est historiquement imposée comme norme dominante dans le sport. Face à ces mécanismes profondément persistants, certains acteurs du mouvement sportif ont développé des outils visant à prévenir et sensibiliser à ces logiques. L'association Égal Sport a notamment conçu un support de formation en ligne destiné aux acteurs du champ sportif afin de sensibiliser aux méca-

nismes de socialisation de genre et donner des clés pour comprendre comment les normes influencent les pratiques et rapports sociaux (MOOC, Égal Sport, 2025)³⁰ (Photo 3).

2.2. Les stéréotypes et représentations de genre

La non-mixité se reproduit d'elle-même : elle est entretenue par un ensemble de mécanismes, individuels, institutionnels et médiatique, qui contribuent à en faire la conception dominante du sport. Ces mécanismes reposent en grande partie sur des stéréotypes de genre, dont notamment sur la croyance que les garçons seraient plus performants que les filles. Ces représentations conduisent de nombreux jeunes garçons à percevoir la pratique avec des filles comme un frein à leur performance. Elles contribuent également à dévaloriser les performances féminines et à légitimer l'idée d'une hiérarchie sportive entre sexes. Le sport se transforme alors en espace de démonstration de la masculinité, où les compétences des femmes s'effacent au profit de la virilité. C'est ce qu'a théorisé Raewyn Connell (1995)³¹ avec son concept de masculinité hégémonique, qu'elle définit comme « *configuration des pratiques de genre qui incarne la solution socialement acceptée au problème de la légitimité du patriarcat et qui garantit la position dominante des hommes et la subordination des femmes* ». Les mécanismes décrits par Connell à l'échelle de l'ordre social global s'appliquent dans le cadre scolaire, où les corps sont mis en jeu, comparés et évalués, et où la performance devient un critère de différenciation.

L'éducation physique et sportive (EPS) constitue ainsi, l'un des premiers espaces mixtes pour les enfants en dehors de la sphère scolaire traditionnelle et du cadre familial. L'EPS permet aux filles et aux garçons de se rencontrer, de se comparer et de se confronter, notamment sur le plan physique. Elle dispose d'un potentiel éducatif pour expérimenter des rapports sociaux inédits et construire une culture commune. Cependant, ce potentiel est parfois contrarié par la persistance de représentation de genre

²⁸ Marcelli D. (2007). Garçons/filles. La différence des sexes, une question de physiologie ou de culture ? *Adolescence*, 25 : 321-339.

²⁹ Mennesson, C. (2005). *Être une femme dans le monde des hommes. Socialisation sportive et construction du genre*. L'Harmattan.

³⁰ Égal Sport. (2025). *MOOC Égalité dans le sport* [MOOC]. Association Égal Sport.

³¹ Connell, R. W. (1995). *Masculinities*. University of California Press.

qui structure profondément les interactions. Dans une de leurs études, Bréau et Lentillon-Kaestner (2017)³² ont montré que les garçons préfèrent principalement les contextes non-mixte qu'ils considèrent plus compétitif et conforme aux normes de la masculinité. À l'inverse, les situations mixtes, sont associées à une pratique moins performante et intense, en raison des stéréotypes persistants concernant le niveau ou la motivation des filles. Ces représentations relèvent cependant d'un imaginaire, et non d'un constat objectif. Dans la sphère scolaire où les enfants continuent leur socialisation secondaire, les enseignants jouent un rôle déterminant. Les travaux de Cogérino (2009)³³, toujours en EPS, montrent que la mixité n'est pas toujours pensée comme un enjeu d'égalité entre les sexes, mais plutôt comme un mode de gestion des pratiques et des niveaux. Cette lecture naturalise les écarts de traitement entre les filles et les garçons et invisibilise les mécanismes de reproduction des inégalités. Cogérino montre que les attentes des enseignant·es restent souvent différenciées selon le sexe : les garçons tendent à être davantage sollicités et valorisés, tandis que les filles sont moins mises en avant, y compris dans les interactions. Ce phénomène tient principalement à la connotation masculine du programme EPS qui valorise des dispositions socialement construites comme masculines.

Dans la continuité des travaux qui illustrent la manière dont l'EPS participe à la légitimation des différences filles et garçons, Vigneron (2006)³⁴ met en évidence un paradoxe dans l'une de ses études : dans l'ensemble, les filles réussissent mieux à l'école que les garçons dans quasi toutes les matières, sauf en EPS. Elle explique que ces écarts de réussite ne relèvent pas d'un déterminisme biologique, mais d'une fabrication scolaire qui résulte d'attentes différenciées et des pratiques pédagogiques. L'EPS tend ainsi à reproduire les attentes différenciées qui structurent déjà l'espace social, faisant de la mixité un dispositif de reproduction des rapports de genre, où se construisent et se

renforcent les hiérarchies entre les sexes. Si la mixité scolaire repose sur le principe d'un droit égal, elle aboutit souvent à un apprentissage différencié des positions sociales réellement occupées, sous l'effet des représentations des élèves et des pratiques non-neutres des enseignant·es.

La sphère familiale constitue un autre espace de reproduction de ces normes. Dans ces travaux sur la socialisation sportive familiale, Mennesson (2011)³⁵ montre que les parents transmettent consciemment ou non des représentations genrées de la pratique sportive. Certains parents perçoivent la pratique sportive de leurs fils avec des filles comme un frein pour leur évolution sportive, et d'autres, voient la pratique mixte de leur fille comme risquée, par crainte justement du regard social dominant. Ces attitudes traduisent l'intériorisation des représentations sociales dans un système patriarcal et participent à l'orientation des choix des enfants avant même leur entrée dans une institution.

Enfin, l'homophobie constitue un mécanisme de régulation sociale à part entière. Comme le montrent Anderson (2009)³⁶ dans ses travaux sur la masculinité et la sexualité dans le sport, l'homophobie fonctionne comme un dispositif visant à maintenir les hommes dans des normes et rôles conformes à la masculinité dominante. Dans les environnements sportifs mixtes, ces normes peuvent accentuer la pression et la crainte de jugement, pour l'ensemble du champ des pratiquant·es. L'ensemble de ces mécanismes, de reproduction de stéréotypes et d'inégalités, se renforcent mutuellement et produisent un environnement dans lequel la non-mixité apparaît une fois de plus comme une évidence supposément protectrice.

2.3. La persistance des inégalités de genre

Les mécanismes sociologiques et historiques qui ont structuré la non-mixité ne relèvent pas uniquement du passé. Ces logiques continuent de produire et de reproduire des inégalités concrètes et mesurables en matière d'accès à la pratique, de visibilité médiatique ou

³² Bréau, A., & Lentillon-Kaestner, V. (2017). Les garçons face à la mixité et à la non-mixité en EPS. *Revue eJRIEPS*, 40, 4-30.

³³ Cogérino, G. (2005). *Filles et garçons en EPS*. Paris : Editions Revue EPS.

³⁴ Vigneron, C. (2006). Les inégalités de réussite en EPS entre filles et garçons : déterminisme biologique ou fabrication scolaire ? *Revue française de pédagogie*, 156, 59-70.

³⁵ Mennesson, C. (2011). Socialisation familiale et investissement des filles et des garçons dans les pratiques culturelles et sportives associatives. *Réseaux*, 168(4), 87-112.

³⁶ Anderson, E. (2009). *Inclusive Masculinity: The Changing Nature of Masculinities*. Routledge.

encore de positions à responsabilité. C'est pourquoi il est nécessaire d'en mesurer les effets contemporains. Malgré la progression continue du nombre de femmes dans les pratiques sportives depuis la fin des années 1980, elles demeurent minoritaires et sous-représentées dans le champ sportif. Selon le ministère des sports, entre 2021 et 2023, le nombre de femmes licenciées a augmenté de 8,9% contre 6,5% pour les hommes, illustrant un rattrapage encore insuffisant pour rééquilibrer les rapports de genre (ministère des Sports, 2025)³⁷. En 2024, 68% des femmes déclaraient pratiquer un sport au moins occasionnellement contre 73% des hommes. Chez les jeunes, ces écarts sont plus importants, 50% des femmes de 16 à 24 ans pratiquent un sport contre 63% des hommes de la même tranche d'âge, les progrès ne suffisant pas à réduire significativement ces différences (INSEE, 2017)³⁸. Ainsi, ces chiffres rappellent que les avancées quantitatives restent insuffisantes et confirment la nécessité d'interroger les mécanismes qui freinent toujours l'égal accès des femmes au sport. Ces écarts entre hommes et femmes s'accroissent à mesure que l'on s'éloigne des disciplines historiquement associées à la féminité. Les femmes, surreprésentées en danse et gymnastique, ne représentaient qu'un pratiquant sur cinq dans les sports collectifs en 2017, selon l'INSEE. Par ailleurs, une étude de la MGEN (2024)³⁹ révèle un décrochage sportif important des adolescentes : près d'une sur deux abandonnerait le sport en raison de contraintes sociales. Ce retrait ne peut être réduit à un manque d'intérêt, mais résulte de la conjonction de facteurs structurels comme la pression sociale, la socialisation différenciée, les conditions matérielles et financières ou le manque de modèles. Ces obstacles témoignent d'un environnement sportif souvent moins accueillant et moins encourageant. Ces asymétries de pratique sont accentuées par une invisibilisation médiatique. En 2016, le Conseil Supérieur de l'Audiovisuel (CSA) estimait que moins de 20% du volume

horaire des retransmissions sportives télévisuelles était consacré au sport féminin. Au-delà des chiffres, les inégalités se manifestent dans la manière dont les médias traitent et commentent les performances des athlètes féminines, en se focalisant davantage sur la vie privée et sur leur apparence que sur la performance et les résultats sportifs (Messner et al., 2000)⁴⁰. Dans sa thèse sur les représentations télévisuelles des sportives de haut niveau, Lapeyroux (2021)⁴¹ montre que les médias reproduisent et banalisent des stéréotypes de genre, en discréditant les sportives qui ne se conforment pas aux normes de féminité attendues et en sous-médiatisant les sports à tradition masculine. Lors des Jeux olympiques de Paris, un journaliste sportif avait fait un commentaire sur la joueuse de tennis italienne, Sara Errani en disant « *la patronne, elle fait tout : la vaisselle, la cuisine, la serpillière* ».

Ces propos ont été rapidement dénoncés comme « *misogynes et sexistes* » par l'Union des journalistes de sport en France et l'association des femmes journalistes de sport. Ils illustrent la persistance des représentations réductrices des sportives et des femmes à des rôles domestiques, jusqu'au très haut niveau (Grond, 2024)⁴².

Ces asymétries permettent la diffusion massive d'un modèle masculin présenté comme référentiel, tendant à invisibiliser les femmes et minimiser leur légitimité sportive. Des données récentes sur les pratiques sportives dans l'espace public mettent en lumière comment les inégalités d'accès restent fortement liées aux normes de genre et aux conditions de pratique.

Une étude de l'INET montre ainsi que la sécurité constitue le premier frein à la pratique sportive féminine dans l'espace public (INET, 2024)⁴³. Cela montre ainsi que la sécurité constitue un frein majeur et persistant pour les femmes, rappelant que l'égalité d'accès sup-

³⁷ Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative. (2025, 10 mars). *Le sport féminin gagne du terrain*. <https://www.sports.gouv.fr/le-sport-feminin-gagne-du-terrain-3262>

³⁸ Gleizes, F., & Pénicaud, É. (2017). *Pratiques physiques ou sportives des femmes et des hommes : des rapprochements mais aussi des différences qui persistent* (Insee Première n° 1675). Insee.

³⁹ MGEN & Kantar. (2026, 13 janvier). *Adolescentes et sport : le grand décrochage*.

⁴⁰ Messner, M. A., Dunbar, M. & Hunt, D. (2000). The Televised Sports Manhood Formula. *Journal of Sport and Social Issues*, 24, 380-394.

⁴¹ Lapeyroux N., (2021). « Représentations télévisuelles des Championnats du monde de football des femmes en France : entre stéréotypes et innovations transgressives », *Staps*, 131 : 85-101.

⁴² Grond, J.-S. (2024, 3 août). *Un commentateur des JO sanctionné pour propos sexistes*. [Sports.fr](https://www.sports.fr).

⁴³ Institut National des Études Territoriales. (2024). *La pratique sportive dans l'espace public au prisme de l'inclusion des femmes*. INET.

pose également des conditions de pratiques adaptées et sûres.

Le sport, miroir des rapports sociaux entre sexes, met en lumière la manière dont certains mécanismes culturels et structurels structurent durablement l'expérience des femmes dans les espaces sportifs et pèsent sur leur rapport à la mixité. C'est dans ce contexte que la question de mixité prend alors son sens. Elle renvoie à des choix individuels, politiques ou organisationnels qui supposent d'en comprendre les conditions, les formes, mais aussi les limites.

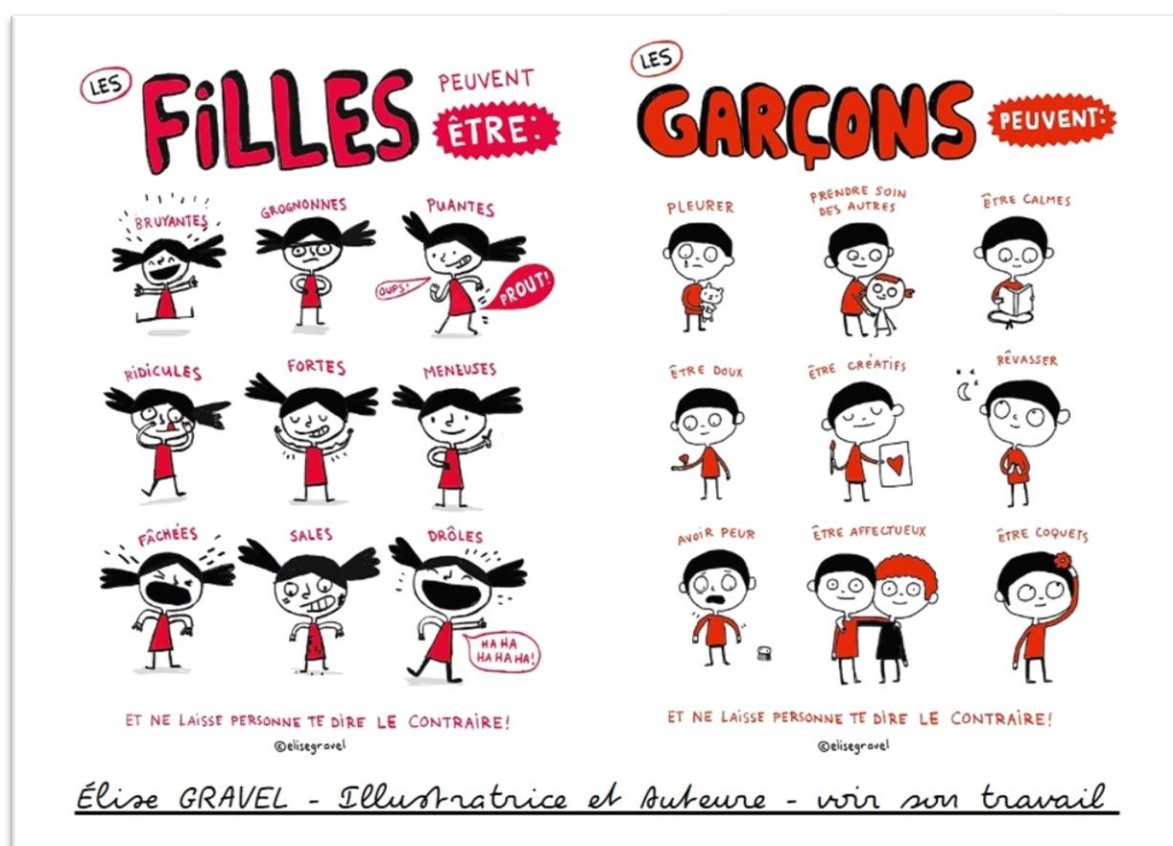


Illustration du MOOC de l'association Égal Sport.

PARTIE 2

État des lieux de la mixité dans le sport

La mixité, loin d'être une utopie ou un objectif idéologique, existe déjà dans de nombreuses pratiques sportives, sous des formes variées et dans des contextes différents, parfois même dans des cadres compétitifs. Pour analyser les conditions de sa mise en œuvre et ce qu'elle produit, il convient avant tout de dresser un état des lieux du modèle. Cette deuxième partie vise ainsi à montrer que la mixité n'est pas une négation de la non-mixité, mais un modèle à part, produit de conditions sociales, organisationnelles et culturelles différentes. Autrement dit, elle ne va pas de soi mais se construit, se négocie et se régle.

CHAPITRE 1 - La mixité sportive : une réalité plurielle selon les contextes.....	20
1.1.La coprésence des sexes ou l'égalité ?.....	20
1.2. La mixité dans les pratiques loisir et à l'école.....	21
1.3. Les compétitions mixtes.....	22
CHAPITRE 2 - Les conditions structurantes de la mixité compétitive.....	26
2.1. L'adaptation des règles.....	26
2.2. Le niveau sportif comme produit d'une socialisation genrée.....	27
2.3. Les conditions d'accès à la mixité compétitive	28
CHAPITRE 3 - Les effets sociaux de la mixité	31
3.1. L'évolution des représentations sociales et des rapports sociaux	31
3.2. Les minorités de genre dans l'espace sportif	32



Photo 5 : Rencontre de tennis de table mixte
(Source : Comité FSGT de Paris)

CHAPITRE 1

La mixité sportive : une réalité plurielle selon les contextes

Avant d'analyser les conditions de la mixité compétitive, il est nécessaire d'en clarifier les contours empiriques et conceptuels. La mixité est un terme aujourd'hui politiquement et publiquement très employé, et souvent utilisé de manière imprécise. Ce chapitre pose les bases indispensables permettant de questionner les mécanismes qui structurent la mixité selon les contextes, afin de comprendre ce qu'elle recouvre réellement.

1.1 La coprésence des sexes ou l'égalité ?

La mixité est aujourd'hui omniprésente dans les discours institutionnels, scolaires et sportifs, mais elle demeure une notion floue, souvent confondue avec d'autres principes qu'il est nécessaire de distinguer. Cette ambiguïté explique pourquoi Didier Guignard souligne que la relation entre sport et mixité ne relève pas « d'un trait d'union, mais d'un point d'interrogation » (2023)⁴⁴. Il explique que si la pratique sportive est universelle, elle devient pourtant très tôt genrée, montrant que la seule coprésence des sexes ne suffit pas à produire des conditions égalitaires. Il décrit la mixité comme relevant parfois même d'une contradiction, tant les normes et usages restent différenciés. C'est précisément pour éviter des confusions conceptuelles qu'il est important de clarifier les notions d'égalité, d'équité et de parité, afin de situer la mixité et de comprendre ce qu'elle permet, mais aussi ce qu'elle ne garantit pas. La mixité⁴⁵ s'inscrit dans un réseau de notions voisines auxquelles elle est souvent assimilée, mais qu'il convient de distinguer. L'égalité est un principe normatif selon lequel les individus doivent bénéficier des mêmes droits et du même traitement, indépendamment de leurs différences. Elle relève du domaine du droit et des intentions. En l'occurrence, la coprésence de femmes et d'hommes dans un même espace n'implique pas nécessairement un traitement identique et des conditions équivalentes. L'équité désigne un principe de justice fondé sur l'équilibre, qui consiste à tenir compte des différences entre les individus afin de corriger les désavantages structurels et de compenser les

inégalités de départ. Elle vise à garantir l'égalité des opportunités, afin que chacun·e bénéficie de conditions d'accès et de ressources comparables (Mercier et al., 2023)⁴⁶. Enfin, la parité renvoie à une répartition proportionnelle entre hommes et femmes au sein d'une structure, d'un collectif ou d'un espace de décision, visant à assurer une représentation équilibrée, souvent pensée comme un partage égal.

La mixité se distingue de chacune de ces notions, la coprésence ne garantissant ni l'égalité de traitement, ni l'équité des conditions, ni la parité. Elle en est une condition évidente, mais insuffisante. Sous le prisme du genre, la mixité renvoie à la présence conjointe de personnes de sexes différents : femmes, hommes et personnes ne se reconnaissant pas dans ces deux catégories de genre, dans un même espace sportif. Elle constitue ainsi un cadre organisationnel dont les usages et effets sont investis différemment selon les contextes et les individus. Il existe par ailleurs, plusieurs formes de mixité au sens du genre, qu'il convient de distinguer. La mixité choisie, qui relève d'une recomposition volontaire, réunit des personnes appartenant aux groupes minoritaires comme les femmes, les personnes trans et les personnes non-binaires, en excluant les hommes cisgenres, afin de créer un espace de solidarité face aux dynamiques de domination persistantes (Université d'Angers, 2022)⁴⁷. Ce modèle a pour objectif de rassembler différentes minorités entre elles pour éviter la reproduction des rapports de pouvoir. Elle se distingue de la non-mixité choisie, définie en introduction, qui désigne des espaces réservés à un seul groupe minorisé dans une démarche d'émancipation

⁴⁴ Guignard, D. (2023). *Sport et mixité : La coexistence des femmes et des hommes dans le domaine sportif*. Presses de l'Université Toulouse Capitole.

⁴⁵ Au sens large, la mixité désigne la coprésence, dans un même espace social, institutionnel ou organisationnel, d'acteurs issus de groupes distincts selon leur genre, leur origine, leur âge ou leur milieu social (Zaidman, 2007).

⁴⁶ Mercier, F., & Sauvé, J.-S. (2023). *Équité, diversité et inclusion : Recension des thèses et mémoires produits à l'Université de Montréal, 2011-2021* [Rapport]. Université de Montréal.

⁴⁷ Université d'Angers. (2022). *Non-mixité / mixité choisie*. Mois du genre.

centrée sur l'expérience commune d'un rapport de domination. Ces options apparaissent, dans le paysage sportif dominé par les hommes, comme des alternatives qui élargissent le champ des pratiques sportives et proposent des espaces plus sécurisants. Si la mixité ne garantit pas l'égalité, c'est aussi parce qu'elle ne constitue pas une réalité uniforme. Ses formes, ses usages et ses effets varient selon les contextes et les espaces sportifs. Dans le sport de haut niveau, elle relève de décisions institutionnelles (fédérations internationales, CIO) et s'inscrit dans des logiques de performance, de réglementation et de visibilité médiatique. Autrement dit, la mixité y est organisée selon ce que les instances jugent compatibles ou non avec la compétition. Cette organisation institutionnelle reste par ailleurs marquée par des rapports de genre. En effet, DAVISSE et LOUVEAU (2013)⁴⁸ montrent que ces espaces sportifs demeurent structurellement masculins. Elles expliquent cela en raison de la construction et la transmission d'une masculinité hégémonique qu'elles nomment la « *maison des hommes* » portée par l'encadrement et les hiérarchies internes. Dans le cadre scolaire, la mixité est institutionnalisée et proclamée comme principe éducatif pensé comme outil de socialisation, même si les études montrent qu'elle ne garantit pas l'égalité dans les interactions et les apprentissages. Lorsqu'elle n'est pas accompagnée d'une réflexion pédagogique, la mixité peut même reproduire des inégalités qu'elle prétend dépasser (Cogérino, 2005). Dans le sport associatif, la mixité se joue à l'échelle locale, moins documentée et médiatisée. Guérandel et Beyria (2012)⁴⁹ montrent qu'elle dépend de la culture des clubs, des ressources et des représentations portées par les encadrant·es. Entre les pratiques de loisir, souvent auto-encadrée et le sport de haut niveau, institutionnalisé, les enjeux de la mixité divergent et les relations humaines ne jouent pas le même rôle. C'est précisément dans cet entre-deux que se posent les questions d'adaptation, d'engagement et de transformation des représentations qui conditionnent la réussite ou l'échec des pratiques mixtes.

1.2. La mixité dans les pratiques loisir et à l'école

Dans les premières expériences sociales et sportives des individus, la mixité apparaît comme une évidence. En effet, dans les pratiques de loisirs comme dans la pratique scolaire, elle est la forme dominante d'organisation. À l'école, la mixité a été institutionnalisée par la loi Haby du 11 juillet 1975, qui l'a généralisée dans l'ensemble des établissements publics, éducation physique et sportive (EPS) comprise, faisant d'elle un premier laboratoire d'observation des rapports de genre (Cogérino, 2009). En effet, chez les enfants, la mixité constitue une forme courante de pratique sportive et sociale. Les activités multisports ou les pratiques extra-scolaires par exemple, fonctionnent ainsi en mixité dans l'enfance, sans que cela ne soulève de questionnement particulier. Dans ces contextes où la performance n'est pas centrale, l'enjeu social dépasse le résultat sportif. L'objectif est avant tout la découverte, la socialisation et l'apprentissage. L'absence de logique compétitive dédramatise les différences de niveau et de morphologie, rendant la mixité relativement naturelle. De plus, avant la puberté, qui débute en moyenne vers 11 ans chez les filles et 12 ans chez les garçons, les différences physiques sont encore peu marquées (Assurance Maladie, 2026)⁵⁰. Cette homogénéité corporelle relative facilite la mixité en limitant les écarts perçus entre filles et garçons. En effet, si certaines dynamiques différenciées existent déjà à cet âge, elles sont moins visibles et moins interprétées en termes de genre. Ainsi, la mixité dans l'enfance s'impose car les pratiques sont ludiques, les différences corporelles peu marquées et les normes de genres moins rigides. Edith Maruéjols (2014)⁵¹, montre dans sa thèse sur les espaces de loisir des jeunes, que dès lors que l'encadrement est pensé pour permettre aux filles et aux garçons de coexister et pratiquer ensemble, et que l'enjeu du résultat est secondaire, la question de la mixité ne se pose plus vraiment. Alors que la pratique demeure largement répandue et peu questionnée chez les plus jeunes, des re-

⁴⁸ DAVISSE, A., & LOUVEAU, C. (2013). Socialisation sportive et formation des « grands hommes ». *Ethnologie française*, 43(4), 723-734.

⁴⁹ Guérandel, C., & Beyria, F. (2012). Le sport, lieu de questionnement des rapports sociaux de sexe ? L'exemple d'une pratique collective mixte en compétition. *Sociologies*

⁵⁰ Assurance Maladie. (2026, 31 mars). *Comprendre les changements à la puberté*.

⁵¹ Maruéjols-Benoit, É. (2014). *Mixité, égalité et genre dans les espaces du loisir des jeunes : pertinence d'un paradigme féministe* (Thèse de doctorat, Université Bordeaux Montaigne). TEL Archives ouvertes.

cherches en psychologie du développement ont montré que les représentations genrées des activités sportives sont déjà présentes chez les enfants (Rouyer, 2018)⁵². Ce constat suggère que les réticences à son égard ne sont pas innées, mais se construisent progressivement avec la socialisation. Les travaux de Lentillon (2009)⁵³ montrent que les stéréotypes sexuels relatifs aux pratiques sportives chez les adolescents s'affirment avec l'âge et produisent des effets discriminatoires réels. Ils influencent les choix d'activités, les perceptions de compétences et les dynamiques de groupe. Les écarts de représentations entre enfants et adultes indiquent ainsi que les réticences à la mixité ne relèvent pas de dispositions naturelles, mais de processus de socialisation façonnés par les normes, les attentes différenciées et les interactions avec les pairs. Cela s'exprime davantage au moment de la puberté, au moment où les prescriptions de genre et les codes de masculinité et de féminité deviennent omniprésents. Cependant, la simple coprésence des filles et des garçons ne suffit pas à garantir une mixité réelle et égalitaire. L'apparente facilité de la mixité masque des mécanismes de reproduction d'inégalités de genre au sein même de l'institution scolaire et des pratiques de loisirs. Edith Maruéjols (2014), montre également, dans sa thèse, que l'organisation genrée de l'espace, en classe comme dans la cour, participe au maintien des rapports de domination et renforce les représentations sociales traditionnelles. Elle observe comment, dans la cour de récréation, les garçons occupent principalement le centre, autour du terrain de foot, tandis que les filles se retrouvent distancées tout autour. Elle met également en évidence que l'intégration des filles dans un groupe de garçons reste difficile, leur participation étant parfois perçue comme inhabituelle. Même lorsqu'elles sont acceptées, elles reçoivent moins la balle et doivent constamment « *faire leurs preuves* », illustrant la persistance des normes genrées. Ainsi, Maruéjols souligne que, si la cour constitue potentiellement un espace où les rapports de pouvoir peuvent être remis en cause, l'école reste tra-

versée par des attentes et interactions genrées qui freinent une égalité réelle.

Face à ces constats, certaines stratégies pédagogiques recourent à la non-mixité pour offrir aux filles un « *espace de protection* » et favoriser leur engagement. Ces dispositifs restent toutefois ambivalents, car ils peuvent paradoxalement reconduire une distinction binaire des enfants, plutôt que de la dépasser. C'est ce que montrent une étude intitulée « Plus libres sans les garçons ? » menée par Bréau, Hauw et Lentillon (2018)⁵⁴ dans des classes d'EPS non-mixte. Leur enquête justifie le recours à la non-mixité en relevant que les adolescentes se sentent parfois plus libres et engagées lorsqu'elles évoluent entre elles, à l'écart de la surveillance du regard et du jugement masculin. Ils mettent également en évidence que des rapports de domination se maintiennent au sein de ces groupes non-mixtes, révélant que l'absence de garçons n'est pas une solution pour neutraliser les normes de genre. Les normes de féminité notamment, restent actives et continuent d'orienter les comportements et interactions. Si la mixité reste pratiquée à l'école et dans les clubs sportifs pour les catégories jeunes, elle se heurte progressivement à des limites lorsque les enfants grandissent. L'entrée dans un cadre sportif compétitif marque un tournant. La bi-catégorisation redevient la norme dominante et la mixité doit se justifier.

En résumé, dans les pratiques sportives des enfants, la question ne porte pas sur la possibilité de la mixité, mais sur les modalités concrètes de son existence et de sa légitimité dans un cadre sportif organisé.

1.3. Les compétitions mixtes

La question de la mixité n'est pas traitée de la même manière selon les disciplines et les formes de pratiques sportives. Dans les activités de loisir, la littérature montre que la mixité s'installe plus facilement, car l'enjeu du résultat est dédramatisé et les disparités de niveau y sont davantage tolérées, puisqu'elles n'ont pas

⁵² Rouyer V., Constans S. et Régeon V., 2018, « Construction des rapports au genre dans l'enfance : les points de vue des filles et des garçons sur les activités sportives », *Le sujet dans la cité*, Actuels Hors-série n° 7, p. 151-163.

⁵³ Lentillon V. (2009), Les stéréotypes sexuels relatifs à la pratique des activités physiques et sportives chez les adolescents français

et leurs conséquences discriminatoires, *Bulletin de psychologie*, vol. 499, n° 1, p. 15-28.

⁵⁴ Bréau, A., Hauw, D., et Lentillon-Kaestner, V. (2018). Plus libres sans les garçons ? Une analyse des manières de « faire le genre » chez des adolescentes au sein de classes non-mixtes en EPS. *Éducation & formations*, (98), 5-21.

d'incidence directe sur l'objectif à atteindre. À l'inverse, dans le sport de compétition, la logique de performance est décrite comme un élément structurant qui transforme les conditions de la mixité. Guérandel et Beyria (2012)⁵⁵ montrent que les exigences individuelles et collectives introduisent des mécanismes de hiérarchisation et de comparaison intrinsèquement liés à la recherche du résultat. Ainsi, la compétition sportive rend visible la manière dont le sport institutionnalise la séparation des sexes et les inégalités qui en résultent (Pfister, 2010). Il est donc nécessaire de rappeler deux formes de pratique sportive aux logiques distinctes : la pratique compétitive, qui regroupe les activités inscrites dans un cadre très réglementé, orienté vers la performance et obéissant à une logique de résultat ; et la pratique de loisir, qui englobe l'ensemble des activités physiques et sportives pratiquées sur la base du plaisir, avec moins d'exigences de performance (Pociello, 1999)⁵⁶. Si dans l'enfance et les pratiques de loisir la mixité est répandue, la littérature souligne que cette réalité change dès l'entrée dans un cadre compétitif. L'introduction d'un enjeu de performance, d'un règlement ou d'un classement réactive des distinctions sexuées historiquement intégrées à l'organisation sportive (Guérandel et Beyria, 2012). De nombreuses disciplines qui pratiquent l'entraînement ou le loisir en mixité réintroduisent systématiquement la division femme/homme dès lors que la compétition intervient. Cette rupture révèle que la dimension compétitive est elle-même un facteur structurel qui produit et institutionnalise la non-mixité, indépendamment des disciplines concernées. Comme le montre Christine Mennesson (2005) dans ses travaux, la compétition active une dimension symbolique absente des pratiques de loisir. Selon elle, les espaces compétitifs réaffirment certaines normes de genre, notamment dans les disciplines historiquement construites autour de la masculinité. Elle souligne que les enjeux identitaires, les stéréotypes et les résistances y sont renforcés, au point que certaines sportives doivent développer une contre-identité de genre pour se réaliser dans leur discipline. L'analyse de ces dynamiques identitaires ne relève pas uniquement des interactions lo-

cales et des contextes compétitifs, mais s'inscrit dans une organisation plus large du sport institutionnel. Attali et Saint Martin (2010)⁵⁷, observent ce paradoxe : si le sport institutionnel a progressivement permis de flouter certaines frontières identitaires, de classe sociale, d'appartenance ou de nationalité, la différenciation sexuée est, elle, restée une constante structurelle. Elle a été historiquement inscrite par les règlements et les institutions, toutes constituées autour de la perception binaire et hiérarchisée du genre. Cette permanence tient donc à une construction sociale et institutionnelle qui a traversé le temps, et non à une nécessité sportive.

Il serait pour autant incorrect d'affirmer qu'il n'existe pas de sport mixte. La mixité prend différentes formes, y compris au plus haut niveau, ce qui atteste de la faisabilité de pratiques sportives mixtes compétitives. Il existe en effet des disciplines intégralement mixtes, avec des femmes et des hommes qui concourent dans les mêmes épreuves et selon les mêmes règles. En équitation, par exemple, la mixité est totale depuis les Jeux olympiques de 1952, sans que cela ne remette en cause la légitimité des résultats.



Photo 6 : Tournoi de Judo par équipes mixtes organisé par le Paris Sud Judo (Gokyo Cup 13 juin 2026) (Photo prise par Thierry Albisetti - t.albisetti@gmail.com)

⁵⁵ Guérandel C. et Beyria F. (2012). Le sport, lieu de questionnement des rapports sociaux de sexe ? L'exemple d'une pratique collective mixte en compétition.

⁵⁶ Pociello, C. (1999). *Les cultures sportives*. Paris, France : Presses Universitaires de France.

⁵⁷ Attali M., et Saint Martin J. (2010). *Dictionnaire culturel du sport*. Armand Colin

On retrouve également de la mixité dans des sports de voile et des sports mécaniques. En Formule 1, il n'existe aucune distinction réglementaire entre les pilotes selon le sexe. L'histoire montre même que cinq femmes ont déjà participé à un Grand Prix (Hubert, 2024)⁵⁸. L'absence actuelle de femmes dans ces compétitions ne relève pas d'interdictions formelles, mais de barrières structurelles, économiques et culturelles qui dissuadent les filles dès la formation et le financement. La sous-représentation des femmes dans certains sports n'est donc pas une fatalité, mais le produit d'un système pensé par et pour les hommes.

De nombreux sports organisent également des épreuves en formats mixtes. Il existe deux principales logiques de mixité compétitive. La première est la mixité alternée, qui réunit les femmes et les hommes dans des épreuves sportives dans une dynamique de relais ou d'alternance, et souvent dans une logique paritaire. La seconde correspond aux pratiques mixtes en double, particulièrement répandues dans les sports de raquette. Les doubles mixtes en tennis, badminton ou tennis de table existent à tous les niveaux de compétition. Loin d'être anecdotiques, ces épreuves font partie intégrante des programmes officiels. Dans des disciplines comme le tir, le biathlon, l'athlétisme ou la natation, des épreuves mixtes ont aussi progressivement été introduites (Nelsen, 2024)⁵⁹. Depuis les Jeux Olympiques de Tokyo 2020, plusieurs épreuves mixtes ont été ajoutées au programme, même si leur nombre reste limité. Ces exemples témoignent néanmoins que des formats compétitifs mixtes existent et sont appréciés des athlètes et du public (St-Pierre et al, 2024)⁶⁰.

En dehors du cadre olympique, d'autres disciplines présentent une mixité décrite comme « naturelle ». C'est le cas de l'escalade ou de certains sports de plein air, dans lesquels la cohabitation des sexes est souvent considérée comme allant de soi. Enfin, d'autres d'activités moins répandues, reposent sur un principe de mixité. Le korfbal, par exemple, est un sport col-

lectif mixte néerlandais créé au début du XXe siècle. Inspiré du basketball, il se joue en équipe de huit (quatre hommes et quatre femmes), avec des règles qui favorisent la coopération et limitent les confrontations physiques. S'il est reconnu à l'international et présent aux Jeux Mondiaux depuis 1985, il reste largement méconnu⁶¹. L'ultimate constitue un autre exemple de sport collectif mixte, dans lequel des règles spécifiques encadrent la cohabitation des sexes (WFDF, 2021)⁶².



Photo 7: U15 European Korfbal Championship 2019 (International Korfbal Federation)



Photo 8: World U24 Ultimate Championship 2019 (World Flying Disc Federation)

⁵⁸ Hubert, D. (2024, 27 juillet). *Pourquoi pas de femme en F1 ?* La-Voiture.fr

⁵⁹ Nelsen, M. (2024, 19 juillet). *Quelles épreuves par équipes mixtes auront lieu aux Jeux Olympiques de Paris 2024*

⁶⁰ St-Pierre, L., Rouillier, A.-M., Bernatchez, J., & Demers, G. (2024). *La mixité en sport : de la binarité par défaut à un système*

basé sur les besoins et le bien-être des athlètes. Laboratoire pour la progression des femmes+ dans les sports au Québec. 74 p.

⁶¹ Fédération Korfbal France. Histoire du Korfbal

⁶² World Flying Disc Federation (WFDF). (2021). *Rules of Ultimate 2021–2024*. WFDF.

Ces modèles illustrent à la fois la faisabilité des pratiques collectives mixtes et, parfois, leur faible popularité (cf. Photos 6 et 7). La mixité alternée reste la forme la plus courante, précisément parce qu'elle préserve la séparation physique des corps pendant la performance. À l'inverse, l'affrontement ou la coopération directe entre les femmes et les hommes soulève toujours des résistances. L'histoire montre que la mixité n'a pas toujours été bien accueillie. En 1992, lors des Jeux Olympiques de Barcelone, la victoire d'une athlète chinoise lors d'une épreuve de tir sportif, composée exclusivement d'hommes, poussa le CIO et la Fédération internationale de tir à supprimer l'épreuve pour réintroduire les catégories séparées (ISSF, 2024). Cet épisode révèle que la mixité compétitive est tolérée tant qu'elle ne remet pas en cause l'ordre symbolique du sport, historiquement marqué par la supériorité masculine. Malgré ces résistances, là où la mixité a été maintenue et encadrée, elle fonctionne.

Cet état des lieux montre néanmoins que la mixité n'est pas un objectif inatteignable : là où elle a été mise en place, elle fonctionne. Pour autant, elle ne saurait être envisagée comme une solution universelle généralisable tant il y a de spécificités techniques, psychologiques ou organisationnelles. Cependant, la diversité des disciplines et de leurs logiques confirme qu'aucun modèle unique de mixité ne pourrait être transposé à l'ensemble du champ sportif.



*Photo 9 : Rencontre de basketball mixte
(Source : Comité FSGT de Paris)*

CHAPITRE 2

Les conditions structurantes de la mixité compétitive

Si la mixité compétitive reste marginale, elle existe, même si sa mise en place n'est pas automatique. Certains obstacles reflètent directement l'ampleur des inégalités analysées. Ce chapitre examine les conditions structurantes de la mixité compétitive.

2.1. L'adaptation des règles

Dans un paysage sportif historiquement pensé par des hommes et conçu pour eux, autour de normes de confrontation et de compétition, le sport s'est historiquement développé sur la base de la non-mixité. Didier Guignard (2023), souligne ainsi dans ses travaux que ce modèle continue de structurer le sport moderne, dans son organisation, mais aussi dans ses représentations. En effet, l'intégration des femmes dans le sport n'a pas produit de mixité, mais a conduit à l'émergence d'un sport féminin en marge de celui masculin, modelé et subordonné par celui-ci. Dès lors que l'on dépasse le simple cadre du loisir, la pratique prend une nouvelle dimension où la comparaison et la performance deviennent centrales. Christine Mennesson (2005), montre que la possibilité des femmes d'évoluer dans des espaces sportifs masculinisés dépend du type d'interactions en jeu. Elle explique que leur intégration dans ces espaces devient problématique dès lors que la pratique implique une confrontation ou une comparaison physique directes.

En effet, ces situations tendent à accentuer les asymétries de socialisation sportive, de reconnaissance et de légitimité qui traversent les trajectoires individuelles. Les formats mixtes institutionnalisés, comme les épreuves par équipe ou les doubles, fonctionnent précisément, car ils n'impliquent pas de confrontation directe des corps, mais reposent sur des logiques de coopération, de relais ou d'alternance. Cette lecture rejoint les travaux de DAVISSE et LOUVEAU (1998)⁶³, qui montrent que la mixité fonctionne mieux dans des activités non-oppositives, où la confrontation physique entre individus n'est pas le principe même de la discipline. Ainsi, dès que les enjeux deviennent mesurables et visibles, les modalités compétitives tendent à réactiver des rapports de pouvoir et des inégalités de so-

cialisation. Dans ce contexte, l'adaptation des règles apparaît comme une condition structurante de la mixité, particulièrement lorsque la pratique implique des formes d'oppositions. C'est pourquoi, dès qu'elle cherche à s'installer, la mixité suppose un travail d'ajustement. En effet, elle doit compenser les inégalités produites par des socialisations sportives historiquement différenciées. Comme le montre Mennesson (2005), ces socialisations différenciées façonnent des dispositions corporelles et des rapports à la confrontation différents entre les sexes. Dès lors, leur coprésence dans un même espace sportif ne peut fonctionner sans dispositifs qui régulent ces asymétries. À cela s'ajoutent, dans certaines disciplines, des écarts biologiques moyens qui sans être généralisables peuvent renforcer des déséquilibres déjà produits par les socialisations différenciées. DAVISSE et LOUVEAU (1998) rappellent que ces écarts ne peuvent justifier à eux seuls les différences de performance. En revanche, dans des contextes d'opposition directe, ils peuvent justifier la mise en place de règles visant à sécuriser et à équilibrer la pratique. Selon les disciplines, des ajustements peuvent ainsi être mis en place, sous différentes formes : structurels, mais aussi réglementaires, comme l'instauration de quotas de participation, qui constituent déjà une règle organisant la co-présence des sexes.

Dans cette logique, s'inscrit le développement de format mixte « adapté ». Le handball à 4, par exemple, déclinaison du modèle à 7 historiquement organisé en non-mixité. Conçu dans les milieux scolaires pour favoriser la mixité, il repose sur une absence de contact, des règles simplifiées et la mise en avant de la dimension ludique. Ces adaptations visent explicitement à réduire les écarts de force et à garantir l'implication de l'ensemble des participant·es (FFH)⁶⁴.

⁶³ DAVISSE, A., & LOUVEAU, C. (1998). *Sports, école et société : La différence des sexes, féminin, masculin et activités physiques*. L'Harmattan.

⁶⁴ Fédération Française de Handball. (2023). *Dossier de presse : Hand à 4*. FFHandball.

Cet exemple montre que les tentatives de pratique mixte, ici dans un sport collectif et de contact, passent par la mise en place de règles spécifiques. Dans cette perspective, les adaptations réglementaires ne sont pas des simples aménagements, mais des mécanismes visant à rendre praticable une mixité qui, sans elles, resterait difficilement réalisable dans un paysage construit autour de la masculinité.

Ces adaptations réglementaires en ce qu'elles visent à compenser des asymétries pour rendre possible une participation égale, peuvent prendre la forme de discrimination positive, c'est-à-dire des dispositifs visant à compenser les écarts entre individus et groupe pour « *rétablir l'égalité des chances* »⁶⁵. Cependant, la modification de règles peut mettre en exergue des tensions. Si elle se veut de permettre une participation effective, compensant les différences, elle peut être perçue comme infantilisante, renforçant l'idée que les femmes ont besoin de règles pour participer. Certains travaux montrent ce mécanisme peut agir comme un reproducteur des stéréotypes et représentations de genre (Foniel, 2018)⁶⁶. Par ailleurs, le traitement différencié des corps fait par les institutions sportives contribue à naturaliser une hiérarchie des sexes et à amplifier les rapports de pouvoirs (Bournissen et al, 2017)⁶⁷. Cette tension est d'autant plus importante que dans les modèles non-mixtes féminins, les règles ont déjà été adapté du modèle initial pensé par et pour les hommes. Des distances plus courtes, des charges moins importantes, des matchs moins longs ou des obstacles modifiés, sont justifiés par des arguments biologiques ou physiologiques, naturalisant davantage les différences qui relèvent principalement de la construction sociale des individus et leur corps (World Athletics, 2023)⁶⁸.

Ces mécanismes accentuent la tension alliant équité et égalité au sein de la mixité compétitive. Ce qui se joue dans l'adaptation réglementaire va au-delà de l'organisation de la pratique : elle définit les conditions de participation et interroge les formes d'inclusivité envisageable.

Au-delà du cadre réglementaire, un mécanisme plus discret opère comme substitut socialement acceptable à la différenciation de genre.

2.2. Le niveau sportif comme produit d'une socialisation genrée

Le niveau sportif est souvent présenté comme une donnée « *naturelle* », comme si les individus disposaient dès la naissance d'aptitudes prédéterminées. Si des prédispositions génétiques ou morphologiques existent, cette vision masque une réalité centrale, celle de la construction sociale des corps. Comme le montre Detrez (2002)⁶⁹, les corps et dispositions corporelles ne sont jamais de purs produits biologiques, mais résultent de processus de socialisation qui les façonnent durablement. Le niveau sportif apparaît ainsi principalement comme le produit d'une socialisation différenciée entre les individus de manière générale et entre les sexes en particulier. Les garçons et les filles ne sont pas exposé·es aux mêmes expériences, attentes et opportunités, ce qui produit des écarts dès l'entrée dans la pratique sportive et les renforce davantage en compétition. Cette différenciation ne se réduit toutefois pas au sexe. Les pratiques sportives sont traversées par d'autres hiérarchies, d'âges, de classes sociales, d'origines ou de trajectoires sportives. Ces inégalités internes rappellent que la séparation des sexes, souvent présentée comme garante d'équité, ne suffit pas à elle seule à instaurer des conditions égalitaires. La division sexuée des compétitions tend alors à figer les écarts construits en amont, sans en interroger les causes. Les pratiques sportives s'inscrivent et sont orientées par un ensemble de normes de genre, elles même construites au fil des différentes étapes de socialisation, de la sphère familiale, scolaire, et au sein des groupes de pairs. Mennesson (2005) décrit comment ces normes façonnent durablement les manières d'apprendre et de s'entraîner. Elles influencent directement le développement des habilités motrices et conduisent chacun·e à investir son corps différemment, en intériorisant des at-

⁶⁵ Observatoire des inégalités. (2024, 15 janvier). *Discrimination positive*. Observatoire des inégalités.

⁶⁶ Foniel, B. (2018). *La mixité comme révélateur de la construction du genre du sport* [Mémoire de master, Aix-Marseille Université]. Archive ouverte HAL.

⁶⁷ Bournissen, M., de Gaspari, P., & Palazzo, S. (2017). Des discriminations effectives et cachées dans des pratiques sportives insti-

tutionnalisées. *Cahiers de la LCD. Lutte Contre les Discriminations*, (2), 55–70.

⁶⁸ World Athletics. (2023). *World Athletics Competition Rules 2024–2025*. World Athletics.

⁶⁹ Detrez, C. (2002). *La construction sociale du corps*. La Découverte.

tentes contrastées quant à son potentiel et en se concentrant sur des qualités spécifiques. Ainsi, le niveau apparaît comme individuel, mais il est en réalité profondément socialisé. Ce constat ne revient pas à nier l'existence de différences biologiques observables, mais à reconnaître des réalités sociales. Rouyer (2018)⁷⁰ rappelle que l'identité sportive se construit dans une dialectique permanente entre les facteurs biologiques, sociaux et psychologiques. Il est possible d'observer au plus haut niveau de compétition, des écarts de performance dans des disciplines où le résultat repose sur des mesures chronométriques ou des paramètres physiologiques. Aux 100 mètres, le record du monde masculin (9,58 secondes) est supérieur au record féminin (10,49 secondes), comme c'est le cas en escalade dans les épreuves de vitesse (IOC, 2024 ; IOC 2025)⁷¹. Cependant, la réduction progressive de ces écarts au gré de la féminisation des pratiques montre que l'accumulation d'expériences sportives, davantage que des capacités innées, expliquent l'amélioration des performances féminines. Ce phénomène est analysé par Christine Mennesson (2005), qui met en évidence, à travers les carrières sportives d'athlètes féminines, la manière dont l'accès à la pratique, à la compétition, mais aussi à la reconnaissance, transforme les niveaux de performance.

En définitive, les écarts biologiques ne suffisent pas à justifier les inégalités dans la majorité des pratiques sportives, ni à justifier les inégalités de participation ou de légitimité. Les compétences sportives sont largement façonnées par les attentes sociales, les trajectoires individuelles, l'accès à l'entraînement ou les opportunités. La persistance de la bi-catégorisation dans les sports reposant sur une évaluation esthétique ou technique, comme la danse, le surf ou le patinage artistique, confirme que la distinction entre les sexes repose autant sur des normes institutionnelles et culturelles que sur des critères physiques. Dans ces disciplines, la séparation est liée à des représentations genrées de la pratique et des corps légitimes pour

l'incarner, plutôt que des écarts de performance objectifs. À l'inverse, certaines disciplines où la performance dépend en partie d'un moyen technique, permettent la mixité dans certaines catégories, car la performance dépend moins exclusivement de capacité physiologique individuelle. Toutefois, en équitation comme dans les sports automobiles, par exemple, l'accès des femmes y demeure limité (IOC, 2024)⁷².

Aborder le niveau sportif comme un produit social permet de saisir pourquoi la mixité compétitive agit comme un amplificateur des asymétries. Les travaux de Guérandel et Beyria (2012), en ultime montrent comment la coexistence même de femmes et d'hommes dans un même espace sportif tend à reproduire une hiérarchie symbolique des performances. Les interactions mixtes réactivent des rôles genrés : les hommes occupent des positions de leadership et de décision, tandis que les femmes sont assignées à des rôles moins valorisés. Ces dynamiques illustrent la manière dont les écarts de niveau, socialement construits, se rejouent dans la pratique, même lorsque la discipline est pensée comme mixte. Ainsi, la mixité compétitive ne neutralise pas les asymétries, mais peut au contraire en révéler la persistance. Au-delà des cadres réglementaires et symboliques, qui ne sauraient garantir à eux seuls des conditions égalitaire et uniforme, des résistances plus profondes continuent de structurer la mise en place de la mixité.

2.3. Les conditions d'accès à la mixité compétitive

Si la mixité s'installe relativement, aisément dans les pratiques loisirs, son passage au registre compétitif révèle des résistances plus profondes, qui s'expliquent dans les trajectoires individuelles et dans l'organisation même du sport. Cette transition du loisir à la compétition constitue un premier tournant révélant les effets durables de la socialisation différenciée. Sur le plan individuel, les trajectoires de socialisation différenciées ont structuré les attentes, les dis-

⁷⁰ Rouyer, V., Constans, S., & Régeon, V. (2018). *Construction des rapports au genre dans l'enfance : les points de vue des filles et des garçons sur les activités sportives*. Le sujet dans la cité, Actuels, 7(1), 151–163.

⁷¹ International Olympic Committee. (2024). *Athlétisme : Tous les records du monde sur piste, route, marathon, concours et épreuves combinées*.

Goulding, G. (2025, 24 Avril). *The evolution of the speed climbing world record*. 13.04.2026

⁷² International Olympic Committee. (2024). *Equestrian: Olympic history, rules, latest updates and upcoming events*. Olympics.com.

positions et les représentations que les pratiquant-es ont d'eux-mêmes et des autres. DAVISSE et LOUVEAU (1998) montrent que les filles sont moins encouragées et orientées vers la compétition que vers des pratiques loisirs, ce qui produit des écarts de confiance, de légitimité et de ce fait d'engagement, dans les espaces compétitifs. À l'inverse, les garçons sont soumis à des exigences plus fortes et une assignation plus précoce à la compétition. Pour eux, la mixité apparaît davantage comme un modèle moins valorisant, notamment dans le contexte compétitif où ils ont appris à se mesurer entre pairs. Ces résistances, à la fois féminines et masculines, freinent l'investissement dans les pratiques mixtes compétitives. Christine MENNESSON (2005) montre également que ces résistances s'accompagnent d'une peur du jugement et d'une crainte de transgresser les normes de genre. Elle explique que les femmes doivent en même temps, démontrer des compétences perçues comme masculines, et maintenir leur féminité pour éviter d'être stigmatisées. Pour elle, cette tension produit des formes d'autocontrôle et parfois d'autocensure susceptibles de limiter leur engagement, tandis que les hommes peuvent craindre d'être jugés plus « *faibles* » s'ils sont dépassés par une fille. Ces dynamiques montrent que la mixité compétitive se heurte aussi à des enjeux identitaires, pour les femmes et les hommes, mais aussi les personnes ne se reconnaissant pas dans ces deux genres.

Ces freins opèrent à différentes échelles. Sur le plan structurel, lorsque la non-mixité devient la norme rassurante, la mixité apparaît comme un effort inhabituel, voire risqué. La séparation des sexes, historiquement construite comme garante de performance pour les hommes et de sécurité pour les femmes (DAVISSE et LOUVEAU, 1998), renforce cette perception et rend difficile la mise en place de la mixité. Le choix d'un environnement composé de personnes du même sexe devient alors une réaction logique. Sur le plan interactionnel, ces mécanismes reposent sur des stéréotypes de genre qui produisent des effets concrets sur les pratiquant-es. Les femmes peuvent se retrouver en retrait, soit

parce qu'on les y assigne, soit parce qu'elles intériorisent ces attentes (MENNESSON, 2005). Même dans des sports mixtes institutionnalisés, les interactions en situation compétitive, peuvent réactiver des hiérarchies sexuées. En ultime, par exemple, les travaux de GUÉRANDÉL et BEYRIA (2012)⁷³, ont montré que les comportements de genre stéréotypés se reproduisent malgré des règles pensées pour la mixité. Dans la pratique, les femmes sont souvent écartées du terrain lors de moments décisifs, tandis que les hommes occupent des postes plus valorisés. Les postes occupés reproduisant ainsi une hiérarchie sexuée avec des postes plus ou moins assignés selon le sexe.

À ces freins individuels s'ajoutent des obstacles structurels. Le manque de pratiquant-es du sexe minoritaire, majoritairement des femmes, les difficultés de disponibilité ou l'absence d'infrastructures adaptées complexifient la mise en place de la mixité. Les vestiaires en sont un exemple révélateur : conçus selon une logique binaire, ils peuvent devenir des lieux d'inconfort, de tension voire d'exclusion pour les femmes et les personnes trans ou non-binaires (PRIDE HOUSE, 2024)⁷⁴. De même, les dispositifs de catégorisation binaire, comme les licences fédérales, participent à l'exclusion des personnes ne s'identifiant pas aux catégories de genre institutionnalisées et constituent un frein supplémentaire à leur pratique. Le manque d'accessibilité ou leur inadéquation, alors même qu'ils sont essentiels à la socialisation sportive, peuvent freiner la participation (ANESTAPS, 2025)⁷⁵. Le ministère des Sports, insiste sur le rôle des organisations sportives dans la difficulté de mettre en place plus de mixité. Il souligne dans un guide des bonnes pratiques pour « *promouvoir l'égalité entre les femmes et les hommes dans les associations sportives* », les freins que les organisations contribuent à accentuer, voire invisibiliser. Le guide met en évidence l'inadaptation du matériel, l'attribution inégalitaire des créneaux et installations, ainsi que la persistance des violences sexistes et sexuelles, qui affectent le sentiment de sécurité des pratiquant-es. Parmi les pratiquantes interrogées, 37 % mentionnent la sécurité et 40 % le manque d'es-

⁷³ Guérandel C. et Beyria F. (2012). Le sport, lieu de questionnement des rapports sociaux de sexe ? L'exemple d'une pratique collective mixte en compétition.

⁷⁴ Pride House France. (2024). *Personnes trans et non-binaires dans le sport**. Fier-Play / Paris 2024.

⁷⁵ ANESTAPS. (2025). *Contribution – Égalité de genre dans le mouvement sportif*. ANESTAPS.

paces appropriés comme freins majeurs à leur pratique sportive dans l'espace public. Du côté de la gouvernance sportive, seules 24 % des présidences d'associations sont occupées par des femmes, 17,91 % de directrices techniques nationales sont des femmes et seulement 11,55 % sont entraîneuses nationales. Cette sous-représentation des femmes participe à la reproduction de normes genrées et limite l'accès des femmes aux carrières, aux ressources et responsabilités (ministère des Sports, 2026)⁷⁶.

Du point de vue institutionnel, les fédérations sportives, historiquement dirigées par des hommes, demeurent largement organisées autour d'une logique de séparation des sexes, héritée de leur histoire et encore peu remise en question. Le Haut Conseil de l'égalité entre les femmes et les hommes rappelle qu'en 2025, sur 39 fédérations olympiques et paralympiques, seulement 3 sont présidées par une femme (triathlon, ski nautique et wakeboard, gymnastique). Cette sous-représentation des femmes influence les priorités politiques, les conditions d'accès à la compétition et la visibilité des modèles féminins, notamment pour les jeunes filles (HCE, 2025)⁷⁷. Le HCE rappelle également que les normes sportives historiquement construites pour les corps masculins renforcent la séparation des sexes et limitent la mixité compétitive. Le ministère des Sports insiste sur le rôle des encadrant·es et leur manque de formation et sensibilisation aux pratiques pédagogiques non genrées et à l'égalité. Ainsi, le manque de formation des encadrant·es, les normes sportives et la sous-représentation des femmes, se retrouvent également à l'échelle locale des clubs et constituent des freins majeurs à la mixité, en particulier à la mixité compétitive. Enfin, du point de vue économique, les données officielles montrent que 70 % de l'argent public alloué au sport bénéficie encore majoritairement aux hommes. Ces chiffres révèlent la persistance des inégalités structurelles dans la distribution des ressources (Assemblée Nationale, 2024)⁷⁸. La persistance des asymétries entre les femmes et hommes, illustre que tant que les

femmes ne disposent pas d'un accès équitable aux ressources, aux infrastructures et à la reconnaissance, alors même que leur légitimité reste fragile dans les espaces non-mixtes féminins, la mise en œuvre d'une mixité compétitive demeurera difficile.

L'ensemble de ces travaux scientifiques et des rapports institutionnels montre que les résistances à la mixité compétitives ne sont pas nouvelles. Elles prolongent des mécanismes historiques et sociologiques qui ont durablement façonné l'organisation du sport, et dont les effets se manifestent toujours autant. Comprendre ces freins permet d'éclairer les effets sociaux que la mixité peut produire lorsqu'elle est mise en œuvre.



Photo10 : Couverture de la revue Sport Plein Air (Octobre 2025)

⁷⁶ Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative. (2026). *Guide pour promouvoir l'égalité entre les femmes et les hommes dans les associations sportives : Guide de bonnes pratiques* (Version 23/02/2026). Ministère des Sports.

⁷⁷ Haut Conseil à l'Égalité entre les femmes et les hommes. (2025). *Femmes et sport : pour une égalité réelle*.

⁷⁸ Assemblée nationale. (2024). *Réponse à la question écrite n° 15130 : Répartition des financements publics entre sport féminin et masculin*. Journal officiel de la République française.

CHAPITRE 3

Les effets sociaux de la mixité

Les chapitres précédents ont montré que la mixité compétitive supposait des conditions spécifiques pour s'installer. Si la coprésence des sexes dans un même espace sportif ne garantit pas l'égalité, elle n'est pas pour autant sans effet. Ce chapitre analyse les évolutions que la mixité peut induire, tant sur les représentations que sur les rapports sociaux, en interrogeant la place des minorités de genre dans le champ sportif.

3.1. L'évolution des représentations sociales et des rapports sociaux

Depuis la fin du XXe siècle, les questions sur les représentations liées au genre dans le sport et celles liées à la légitimité des femmes à pratiquer, ont progressivement émergé comme enjeu sociétal. Si les évolutions ne signifient pas pour autant la disparition des rapports de domination, elles en déplacent plutôt les formes, tandis que les discours sur l'égalité ont gagné en visibilité (Davis et Louveau, 1998). C'est dans ce contexte que la mixité s'est progressivement développé, dans certains espaces, dont des espaces publics, comme levier potentiel de transformation des représentations de genre. La mixité peut constituer un enjeu de transformation sociale, dans la mesure où elle offre un espace de pratique inédit au sein duquel les femmes et les hommes sont amenés à se rencontrer et à évoluer ensemble. La mixité confronte des individus avec des trajectoires, des styles de jeu et des profils différents.

Au-delà des comportements individuels, la mixité permet parfois de redistribuer les rôles et les prises de parole au sein même des collectifs sportifs. Ainsi elle peut créer des espaces où la compétence dépasse le prisme du genre et favorise une reconnaissance mutuelle participant à la déconstruction des stéréotypes de supériorité masculine (Davis et Louveau, 1998). Ces effets restent cependant conditionnels. Les travaux de Christine Mennesson montrent comment certaines femmes doivent composer avec des normes de féminité et des attentes souvent contradictoires lorsqu'elles s'engagent dans des pratiques sportives historiquement masculines. Elles doivent rester féminines tout en s'engageant physiquement ; être performantes

mais pas masculines ; et éviter d'être perçue comme sous-performantes sous peine d'être considérées illégitimes. Ces pressions et ajustements permanents rendent parfois la présence masculine susceptible d'être vécue comme disqualifiante (Mennesson, 2005)⁷⁹. De même, pour toutes et tous, la présence du sexe opposé introduit des attentes et ajustements spécifiques, qui modifient les manières de s'engager dans l'action, justement parce que les femmes et les hommes ont été socialisés différemment et ont appris à jouer selon des normes distinctes. Ainsi, la présence d'hommes tend également à imposer des normes différentes, dont des normes d'engagement plus risquées ou intenses, qui peuvent à la fois limiter la liberté des femmes et les pousser au contraire à s'adapter. Ces normes d'engagement sont aussi bien symboliques que physiques : elles renvoient autant aux attentes implicites de contrôle du jeu ou de leadership, historiquement associées à la masculinité sportive, qu'à des manières de s'engager dans l'action (Mennesson, 2005). Ces dynamiques ne sont pas figées, mais dépendantes des contextes, des rapports de force et du degré d'intégration des femmes dans les disciplines. Par ailleurs, les trajectoires sportives, l'âge, le niveau et le rapport au corps font évoluer les effets de la mixité compétitive, qui varient selon les individus plus ou moins ouverts. Certaines femmes y trouvent un espace de progression ou de mise à l'épreuve, tandis que d'autres y vivent une forme de fragilisation ou de mise en retrait (Davis et Louveau, 1998). En ce sens, il est essentiel de distinguer la mixité imposée, c'est-à-dire rendue obligatoire par les structures institutionnelles comme en EPS, de la mixité choisie par les pratiquant-es. Talpin (2021)⁸⁰ montre, dans un article de revue, dans « Les Cahiers du

⁷⁹ Mennesson, C. (2005). *Être une femme dans le monde des hommes. Socialisation sportive et construction du genre*. L'Harmattan.

⁸⁰ Talpin J. (2021). La non-mixité : une étape sur le chemin de l'émancipation des femmes., Dans Les Cahiers du Développement Social Urbain 2018/2 N° 68, pages 30 à 31., Éditions Labo Cités

Développement Social Urbain », que certains mouvements féministes revendiquent, en effet, la non-mixité choisie comme une étape vers l'émancipation permettant aux femmes et aux groupes dominés de renforcer leur pouvoir d'agir et de s'exprimer hors des dynamiques de domination habituelles. C'est dans le contexte des mobilisations féministes et des mouvements pour les droits des minorités de genre, qui traversent la société dans son ensemble et le monde sportif, que de nouvelles formes et de nouveaux modèles de pratique émergent. Dans le champ sportif, les collectifs ne relèvent généralement pas de la non-mixité choisie stricte, mais plutôt de forme de mixité choisie, qui rassemble plusieurs groupes minorisés (femmes, personnes trans, non-binaire...). Un article dans la revue Sport et Plein Air, consacré aux pratiques de la Fédération Sportive et Gymnique du Travail, illustre ce format, défini et encadré par les groupes minorisés eux-mêmes, qui en fixent les conditions d'accès et les règles. Cette mixité choisie n'est pas décrite comme un espace de repli, mais comme un levier de construction collective et d'affirmation.



*Photo 11 : Tournoi de volleyball équitmixte du Festival des Pratiques Mixtes (5 juillet 2026)
(Source Comité FSGT de Paris)*

L'article met en évidence que les dispositifs mis en place par la FSGT et certains de ses clubs, affiliés, notamment en foot ou en escalade, offrent aux pratiquant-es un cadre pour redéfinir leur propre manière de pratiquer (Sport et plein air, 2025)⁸¹. Ces aménagements deviennent ainsi des leviers de transformation des normes sportives ordinaires.

La diversité des trajectoires individuelles montre combien les expériences de la mixité peuvent varier et rappelle qu'elle doit s'ajuster aux individus et à leurs sensibilités. La mixité peut aussi générer des formes de sociabilité plus larges et offrir aux pratiquant-es des espaces de rencontre inédits. Elle apparaît ainsi comme est une configuration située, et non comme un principe universel.

3.2. Les minorités de genre dans l'espace sportif

Si la mixité prétend faire évoluer les représentations et les rapports sociaux, encore faut-il que les conditions de sa mise en œuvre soient égalitaires et profitent à tout-es. La co-présence des sexes dans un même espace social ne garantit pas des conditions de pratiques égales. Ainsi, deux limites se superposent : celles qui conditionnent l'accès à la mixité, et celles qui continuent d'opérer une fois celle-ci instaurée.

La féminisation des pratiques constitue un préalable à toute mixité durable. Historiquement exclues ou marginalisées dans de nombreuses disciplines, les femmes ont hérité de rapports inégaux à la pratique sportive, et plus encore à la pratique compétitive. Comme l'ont montré Davis et Louveau (1998), la simple ouverture des espaces sportifs aux femmes, n'a pas automatiquement rééquilibré ces rapports. Dans certains cas, la mixité peut même devenir un espace d'exposition supplémentaire aux dynamiques de discrimination déjà présentes dans les contextes non-mixtes. Ainsi, certaines femmes peuvent se montrer réticentes à intégrer des espaces mixtes, précisément parce que la mixité ne les protège pas de certains mécanismes de différenciation, de domination voire de discrimination qui existe aussi dans les espaces non-mixtes. Une fois présente dans les

⁸¹ Sport et plein air. (2025, 23 décembre). *La mixité choisie questionne la pratique des personnes sexisées.*

espaces mixtes, les femmes peuvent être confrontées aux mêmes injonctions contradictoires que celles observées par Mennesson (2005) dans les disciplines historiquement masculines. D'un côté l'injonction à la performance pour prouver leur niveau, être reconnues et légitimées ; de l'autre, l'injonction de féminité, qui doit être conforme aux attentes sociales dans leur comportement ou leur engagement physique. Cette double contrainte se manifeste particulièrement dans les corps exposés et dans les comportements sur le terrain. Dans le jeu cela peut produire des mécanismes d'autocensure : certaines femmes s'effacent, par crainte du jugement ou intériorisation de leur supposé infériorité. Chez les hommes en revanche, des comportements masculins persistent comme le mansplaining⁸², reproduisant ainsi des hiérarchies de genre (Joyce, 2021)⁸³. Ces limites internes sont renforcées par des pressions externes. Les tenues imposées, les commentaires médiatiques ou la mise en scène des corps contribuent à une visibilité accrue du corps féminin. Les exemples sont nombreux : en beach volley, les femmes ont longtemps été contraintes de porter un bikini ; l'équipe norvégienne de beach handball a en 2021 reçu une amende de la Fédération européenne de handball pour avoir choisi un short à la place du bikini. En gymnastique, la Fédération française n'a autorisé le port du short qu'en 2025 (Radnofsky)⁸⁴. Ces normes vestimentaires relèvent d'une forme institutionnalisée de contrôle des corps féminins, ce que Barbusse (2016)⁸⁵ qualifie de sexisme systémique, dans la mesure où elles ne relèvent pas de décisions individuelles, mais de logiques structurelles.

Au-delà des tenues, c'est plus largement la manière dont les femmes sont regardées et représentées qui pose problème. Messner (2000)⁸⁶ identifie trois phénomènes médiatiques structurants : l'invisibilisation, l'infantilisation et la trivialisat

leur légitimité. Entre inconfort physique et pression esthétique, le rapport au corps devient alors un frein à la liberté de pratiquer, d'autant que le sport, et plus encore la compétition, implique une forte exposition. Déjà exposées à une sexualisation diffuse dans les espaces du quotidien, y compris les espaces sportifs non-mixtes, certaines femmes ressentent en contexte mixte une intensification de cette exposition, alimentant un sentiment de vulnérabilité. À cela s'ajoutent des réalités biologiques, comme les questions de cycles menstruels, de grossesse ou de post-partum, souvent invisibilisées alors qu'elles influencent la pratique, plaçant les femmes dans une position permanente d'adaptation (Pottier, 2018)⁸⁷.

Enfin, les violences sexistes et sexuelles constituent un autre frein majeur, et un préalable non négociable à toute réflexion sur la mixité. Trop souvent minimisées dans les espaces sportifs, elles prennent des formes variées, remarques sexistes banalisées, agressions et comportements de domination normalisés, souvent invisibilisés, ce qui les rend encore plus dangereuses. Si la mixité ne crée pas les VSS, qui existent massivement en contexte non-mixte, la crainte d'y être exposées pousse certaines femmes à éviter certains espaces et certaines pratiques. Selon les chiffres d'une étude du ministère des Sports, sur les signalements de violence dans le sport au 13 décembre 2023, 1284 personnes ont été mises en cause : dont 95% étaient des hommes et 81% des victimes étaient des femmes (MSJOP, 2023)⁸⁸.

Au-delà des femmes, d'autres corps se retrouvent minorés dans la sphère sportive encore largement bi-catégorisée. Pour les personnes ne se reconnaissant pas dans les catégories de genre institutionnalisées, les obstacles à l'obtention d'une licence sportive, l'absence de reconnaissance constitue des freins à leur engagement. Un traitement médiatique, souvent sensationnaliste contribue à renforcer cette

⁸² « un homme explique quelque chose à une femme de manière condescendante en présumant à tort qu'il lançait plus qu'elle alors qu'elle possède une connaissance ou compétence égale ou supérieure » (Joyce, 2021).

⁸³ ⁸³ Joyce, J. B., Humă, B., Ristimäki, H.-L., Almeida, F. F. D., & Doehring, A. (2021). *Speaking out against everyday sexism: Gender and epistemics in accusations of "mansplaining"*. *Feminism & Psychology*, 31(4), 502–529.

⁸⁴ Radnofsky, C. (2021, July 20). *Norwegian women's beach handball team fined for not playing in bikinis*.

⁸⁵ Couchot-Schiex, S. (2024). *Béatrice Barbusse : Du sexisme dans le sport* [Compte rendu]. *Nouvelles Questions Féministes*, 43(1), 116–119.

⁸⁶ Messner, M. A., Dunbar, M. & Hunt, D. (2000). The Televised Sports Manhood Formula. *Journal of Sport and Social Issues*, 24, 380–394.

⁸⁷ Pottier, R. (2018). *Le sport : quand les règles s'en mêlent* (Mémoire de master). Université de Rennes 2.

⁸⁸ Ministère des Sports et des jeux Olympiques et Paralympiques., (2023). Chiffres clés des signalements de violences dans le sport au 13 décembre 2023. Consulté le 28.04.2026

marginalisation (Pavlenko et al., 2023)⁸⁹. Dans les formats existant, pour les personnes non-binaires, la mixité telle qu'elle est conçue aujourd'hui reste contraignante, car elle n'efface pas l'obligation de choisir entre les deux genres institutionnalisés. La mixité peut offrir un espace plus inclusif, mais seulement si ses modalités ne reproduisent pas les logiques qu'elle prétend dépasser (Pride House, 2024). Certaines formes de mixité choisie ou non-mixité choisie ont ainsi été développées pour répondre aux besoins de groupes minorisés de disposer d'espaces où leurs pratiques puissent être reconnues. Face aux limites du modèle binaire, ces formats constituent des réponses intermédiaires qui tentent de pallier ce que la mixité dite totale ne résout pas. S'ils ouvrent des pistes vers des pratiques plus inclusives, ils ne prétendent pas incarner une mixité aboutie.

Ainsi, la présence conjointe des sexes ne garantit en rien des conditions de pratiques égales. La mixité ne pourrait se réduire à une cohabitation de l'espace, car elle suppose des conditions d'accès équitables et une transformation des interactions internes, que ni la bonne volonté ou les règles ne peuvent garantir. Pour que la mixité puisse ouvrir des possibles émancipateurs, elle doit s'accompagner d'un travail réflexif exigeant sur ses limites.



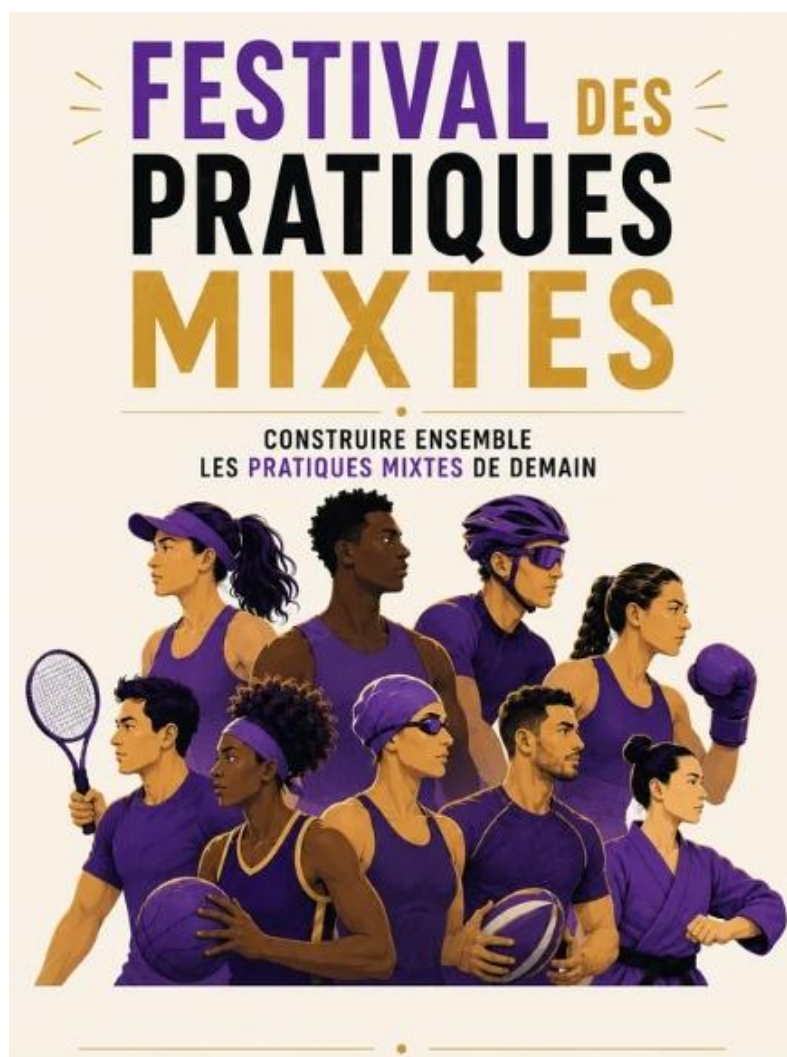
Photo 12 : Photo prise lors du tournoi de foot à 7 en mixité réelle, organisé pendant le Festival des Pratiques Mixtes le 13 juin 2026.
(Source Comité FSGT de Paris)

⁸⁹ Pavlenko, F., & Baril, A. (2023). *Sportif-ves trans, perspectives cis : les athlètes trans sous le regard sensationnaliste de la presse française*. *Recherches féministes*, 36(1), 187–203.

PARTIE 3

L'étude de cas du Comité FSGT de Paris

CHAPITRE 1 - Le positionnement épistémologique d'enquête	36
CHAPITRE 2 - Le Festival des Pratiques Mixtes comme point de départ	36
CHAPITRE 3 - La population enquêtée	38
CHAPITRE 4 - Les outils de collecte des données	40
4.1. Les entretiens semi-directifs.....	40
4.2. Les observations situées.....	40
4.3. Le questionnaire	41



Affiche de la première édition du Festival des Pratiques Mixte 2026
(Source Comité FSGT de Paris)

CHAPITRE 1

Le positionnement épistémologique d'enquête

Cette recherche s'inscrit dans la logique de l'approche sociologique compréhensive inspirée de Max Weber. Au sens de Weber, la sociologie se définit comme une science empirique « *qui se propose de comprendre l'action sociale par l'interprétation et, à partir de là, d'expliquer causalement son déroulement et ses effets* » (Weber, 1922)⁹⁰. Dans cette démarche, la mixité n'est pas appréhendée comme la simple coprésence d'hommes et de femmes, mais comme une action sociale que les individus interprètent, négocient et ajustent en fonction de leurs valeurs et de leurs intérêts. Comprendre et expliquer sont, dans cette démarche, indissociables. L'objectif est de rendre visible le subjectif afin de renforcer la fiabilité et la solidité du travail interprétatif, en procédant à l'utilisation successive de données et d'hypothèses afin d'étayer au mieux les interprétations à l'aide aussi des potentielles contradictions (O. de Sardan, 2010)⁹¹.

Cette recherche adopte également la logique d'une étude de cas, entendue au sens de Yin (2003)⁹² comme « *l'analyse approfondie d'un phénomène situé dans un contexte social précis* ». Elle s'inscrit dans le cadre des pratiques sportives mixtes compétitives dans des clubs affiliés au Comité de Paris de la FSGT. Les résultats obtenus ne sauraient être généralisés sans précaution à l'ensemble du paysage sportif. La FSGT constitue, en effet, un terrain singulier, marqué par ses valeurs, comme l'inclusion et l'émancipation, ainsi que par son engagement sportif et social, qui en fait un terrain d'expérimentation volontaire porté par une vision politique explicite. C'est cette singularité qui permet d'observer comment la mixité de genre peut être pensée et vécue dans un cadre compétitif associatif.

CHAPITRE 2

Le Festival des Pratiques Mixtes comme point de départ

Cette recherche s'inscrit dans le cadre de l'organisation du Festival des Pratiques Mixtes, prévu en juin-juillet 2026, développé par le Comité FSGT de Paris. Cet événement constitue le cadre institutionnel qui initie cette recherche, sans toutefois en délimiter le corpus. L'objectif du Comité est d'expérimenter et de promouvoir la mixité de genre dans les pratiques sportives compétitives. Pour cela, le festival s'organise autour de différents temps complémentaires : la présente recherche, une table ronde réunissant des intervenant·es pour ouvrir la réflexion, ainsi que différents tournois sportifs (cf. Photo 11).

Ces derniers ne sont pas intégrés au corpus analysé en raison de contraintes de temporalité. Le Comité FSGT de Paris a lui-même initié cette recherche sur la mixité afin d'identifier les conditions de sa réussite et ses enjeux au sein de ses pratiques compétitives. En tant que stagiaire au sein du Comité, je suis chargée de coordonner cette recherche et me trouve ainsi dans une position de chercheuse impliquée sur le terrain. Pour cela, j'ai adopté une position « *d'insider researcher* » qui vise à maintenir une certaine distance analytique vis-à-vis de l'objet étudié. Comme le souligne Girard (2015)⁹³ cette posture ne relève pas d'une opposition entre témoin intérieur ou extérieur, mais plutôt d'un po-

⁹⁰ Weber, M. (1922). *Économie et société*. Paris, France : Plon. (Édition française de 1971).

⁹¹ Bonnet, M. (2009). Compte rendu de *La rigueur du qualitatif. Les contraintes empiriques de l'interprétation socio-anthropologique* de Jean-Pierre Olivier de Sardan. *Bulletin Amades*, (79).

⁹² Yin, R. K. (2003). *Case study research: Design and methods* (3rd ed.). Sage Publications.

⁹³ Girard, G. (2015). « *Insider-outsider* », une posture intenable ? Retour sur des enjeux de positions dans une recherche sur l'homosexualité et le sida. Dans *La recherche communautaire VIH/sida. Des savoirs engagés*. Presses de l'Université du Québec.

sitionnement intermédiaire nécessitant une réflexivité explicite. Cette posture présente à la fois des avantages, comme la facilité d'accès au terrain, aux acteurs et aux données, mais aussi des exigences, notamment la nécessité d'objectiver ma position. Les données ont été collectées auprès de pratiquants engagés dans des pratiques mixtes compétitives au sein de clubs affiliés au Comité de Paris. Si le festival est à l'initiative de cette recherche, son terrain dépasse l'événement lui-même et touche plus largement les pratiques compétitives mixtes existantes au sein du Comité. Le festival est le point de départ de la réflexion plutôt que son périmètre empirique.

Pour contextualiser, le Comité FSGT de Paris distingue plusieurs formes d'organisation autour de la pratique sportive mixte et de la pratique sportive en non-mixité. D'abord, il est important de comprendre qu'au sein de la FSGT, l'ensemble des pratiques sont organisées en mixité. Cependant, cette ouverture ne se traduit pas par une réelle féminisation des pratiques. À cette pratique mixte « *par défaut* » généralisée, il existe également deux autres formes de mixité comme la mixité réelle, mise en place par le Comité de Paris, uniquement dans le cadre du foot à 7 dit en « *mixité réelle* ». Ce modèle impose une parité effective entre femmes et hommes sur le terrain. Il s'agit de la mixité dans

son sens le plus large, organisée quantitativement. À cela s'ajoute d'autres formats développés au sein des clubs, comme la mixité choisie, qui rassemble des personnes issues de groupes minorisés et exclut les hommes cis. Cette forme de mixité choisie peut être temporaire ou pérenne, en fonction des volontés et envies des adhérent·es. Enfin, il existe aussi, au sein de certains clubs, des collectifs organisés en non-mixité, tels que décrits dans l'introduction : uniquement pour les femmes, mais aussi pour certaines « *catégories de personnes se considérant comme opprimées ou discriminées, notamment pour partager des expériences communes* » (Université d'Angers, 2022). Il arrive que cette configuration puisse évoluer vers une forme de mixité choisie lorsque différents groupes minoritaires décident de se réunir ensemble. Ainsi, la pratique mixte peut prendre différentes formes selon les différents niveaux d'intégration de la mixité et les singularités des disciplines. Dans le cadre du Festival des pratiques mixtes et de l'organisation de tournois sportifs, les disciplines retenues ont chacune des niveaux différents de développement, permettant de comparer des configurations diverses pour identifier les facteurs transversaux de réussite.



Photo 13 : Temps d'échange du 18 juin 2026.

CHAPITRE 3

La population enquêtée

La population enquêtée se compose de pratiquant·es de clubs affiliés au Comité FSGT de Paris, sélectionné·es selon leur engagement pour l'objet d'étude, mais aussi leurs disciplines afin de permettre un panel représentatif de différents modèles de mixité. Ce choix, s'inscrit dans l'orientation de la recherche : analyser ce que produit la mixité, et non comparer des pratiques mixtes et non mixtes. Pour situer ces données, il faut préciser que le Comité FSGT de Paris est un comité départemental omnisports, rattaché à la fédération (FSGT), et proposant une dizaine d'activités physiques et sportives. Les effectifs montrent une surreprésentation masculine, avec 9 799 hommes licenciés et 4 316 femmes. Ce déséquilibre est central pour comprendre les dynamiques de mixité au sein des clubs et expliquer l'échantillon du questionnaire.

Concernant ses adhérents, il convient de préciser qu'une licence permet de pratiquer plusieurs disciplines. Ainsi, le chiffre de licences ne correspond pas directement au nombre de pratiquant·es effectif·ves dans chaque activité. Cette particularité ne permet pas de recenser précisément le nombre de pratiquant·e en mixité, d'autant plus que les individus alternent parfois entre pratique mixte et non-mixte. Sur la base des données disponible au Comité, il est possible d'estimer qu'environ 500 personnes ont pratiqué en mixte au cours de la saison 2025-2026. Il s'agit toutefois d'une approximation.

En revanche, les données relatives aux disciplines entièrement mixtes créées par le Comité de Paris, offrent un indicateur plus précis. En foot à 7 en mixité réelle, le nombre d'équipes est passé de 6 en 2018, année de sa création, à 13 en 2026. En volleyball, dans un format mixte développé par le Comité, les équipes sont passées de 8, l'année de sa création, à 20 en 2026. Cette progression témoigne d'un intérêt croissant pour les pratiques mixtes. À savoir que la discipline avec le plus de licencié·es, est le foot à 11, suivie du volley-ball et de l'escalade. Cette distribution explique en grande par-

tie la présence de ces disciplines dans l'échantillon du questionnaire, puisqu'elles concentrent la majorité des pratiquant·es susceptibles d'être concerné·es par la mixité.

Une attention particulière a été portée à la diversité des profils pour le recueil de données qualitatives : quatre femmes et six hommes, dont deux hommes trans, ont été interrogé·es sur plusieurs disciplines (foot à 7, le volleyball, le handball, le tennis de table, l'escalade et le canyoning). Ce panel d'activités sportives a permis d'avoir des retours à la fois dans les sports collectifs et individuels, mais aussi dans les sports d'opposition, venant ainsi apporter des éléments complémentaires. La présence de personnes trans dans l'échantillon offre un éclairage important quant aux limites du modèle binaire qui structure les dispositifs sportifs, y compris mixtes. Certain·es enquêté·es occupent également des postes à responsabilité au sein de leur pratique, ce qui permet d'étendre le spectre des pratiquant·es. Par ailleurs, cette étude se concentre principalement sur la mixité de genre. À la suite des entretiens réalisés, il est apparu clairement que la question de la binarité constitue une contrainte à prendre en compte dans l'interprétation des résultats. Ainsi, les personnes trans et non-binaires ont été prises en compte dans les outils méthodologiques et dans les analyses, afin de ne pas reproduire les logiques d'exclusion que la recherche cherche précisément à interroger.

Concernant le questionnaire, il a recueilli 400 réponses, réparties entre 175 femmes, 220 hommes et 5 personnes ne se reconnaissant pas dans ces deux catégories de genre proposées. Les répondant·es se situent majoritairement dans la tranche d'âge 18 à 50 ans et relèvent principalement des cadres et professions intellectuelles supérieures. Cette répartition confirme la présence plus importante d'hommes dans les pratiques du Comité, ce qui justifie la méthode quantitative pour analyser les effets de cette asymétrie.

Les données quantitatives offrent une vision globale des pratiquant·es évoluant au sein de clubs affiliés au Comité FSGT de Paris engagé·es dans des pratiques mixtes ou non-mixtes. Parmi les répondant·es, 62 % déclarent pratiquer en mixité ou en mixité choisie, contre 38 % en non-mixité, ce qui témoigne d'une présence significative de ces pratiques dans les activités du Comité. Les disciplines les plus représentées dans l'échantillon sont le volleyball (28 %), l'escalade (25 %) et le football à 7 (12 %). Les autres disciplines ont été classées par catégories : les sports de bien-être (yoga, Pilates), les sports de raquettes, les sports individuels (natation, judo, athlétisme...), les sports en salle (basketball, handball...) et les sports de grands terrains, composés uniquement de foot à 11 (cf. Schéma 1).

Parmi celles et ceux qui pratiquent en mixité ou en mixité choisie, une majorité déclare qu'il s'agit de leur seule discipline (42 %), pratiquée principalement à l'entraînement, mais aussi en championnat et en tournoi (44 %). Ces données confirment que la mixité n'est pas uniquement cantonnée aux loisirs dans les pratiques du Comité, mais s'étend également à des formats compétitifs. Par ailleurs, 73 % des répondant·es déclarent évoluer dans des groupes majoritairement masculins, tendances qui se renforcent en contexte compétitif : 80 % des pratiquant·es engagé·es en compétition déclarent évoluer dans des groupes principalement masculins. Dans le détail, une majorité d'hommes déclarent pratiquer en contexte compétitif. Ces résultats permettent de situer les conditions dans lesquelles s'inscrit la pratique mixte et les dynamiques analysées dans les sections suivantes.

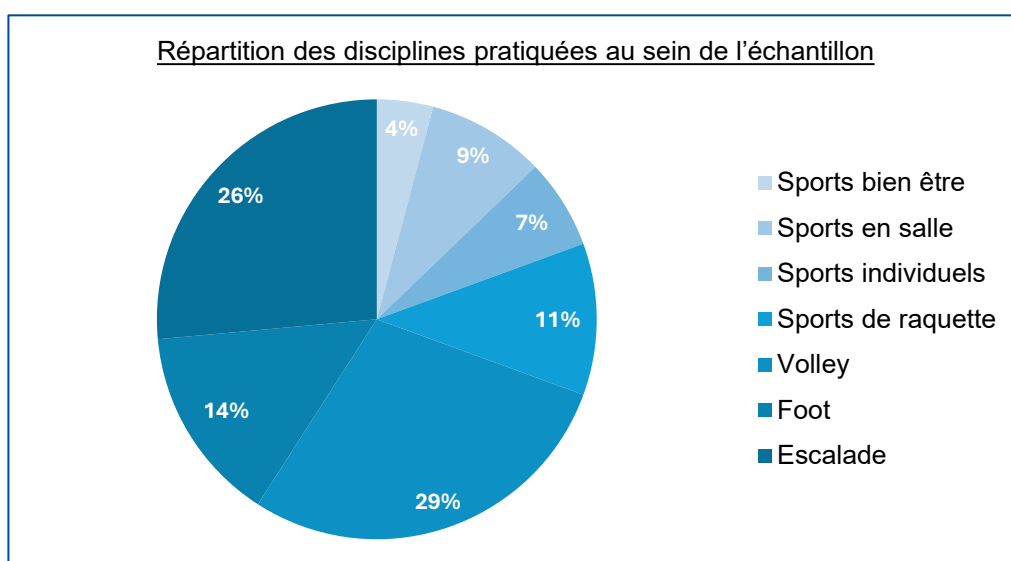


Schéma 1 : Ce graphique représente la distribution des disciplines sportives déclarées par les participant·es en mixte et en non-mixte.

CHAPITRE 4

Les outils de collecte des données

Pour répondre à la problématique et analyser les hypothèses de travail, trois outils méthodologiques ont été retenus. Leur articulation permet d'examiner les hypothèses construites dans le cadre de l'étude de cas du Comité FSGT de Paris. Les éléments seront analysés dans une logique de triangulation. Cette méthode consiste à croiser différents outils de recueil d'informations et de confronter les données de nature différente, afin de renforcer la validité des résultats. Comme le soulignent Caillaud et Flick (2023)⁹⁴, chaque méthode donne accès différemment à l'objet étudié, et les divergences éventuelles constituent tout de même des informations pertinentes.

4.1. Les entretiens semi-directifs

Dix entretiens semi-directifs ont été réalisés auprès de pratiquant·es engagé·es en mixité ou mixité choisie au sein de clubs affiliés au Comité FSGT de Paris. L'entretien semi-directif permet de guider la conversation autour de différents thèmes prédéfinis par les hypothèses, mais permettant aux enquêté·es d'aborder des éléments qui n'ont pas été anticipés. Ce choix répond à la nécessité de saisir les vécus et représentations de la mixité, dans la singularité des pratiques et des profils individuels (Blanchet et Gotman, 2007)⁹⁵.

Un guide d'entretien a été élaboré à la suite des premières lectures théoriques et de la définition des hypothèses de recherche (annexe A). Il a été construit autour de quatre catégories, chacune destinée à observer ce que produit la mixité de genre. La première porte sur les rapports personnels à la mixité et les motivations individuelles, afin de saisir les dispositions préalables des pratiquant·es et leurs différentes socialisations sportives. La deuxième concerne les effets de la mixité sur la logique interne de l'activité, avec les adaptations de règles, afin de comprendre comment elles sont perçues et vécues. La troisième s'intéresse aux relations sociales et aux interactions produites dans le cadre mixte, afin d'analyser les reconfigurations des interactions et de comportements.

La dernière porte sur l'idéologie, pour observer les potentielles reconfigurations des représentations et rapports sociaux. Toutes ces dimensions ont été analysées sous l'angle de la mixité

de genre dans le cadre compétitif. Les entretiens ont ensuite été retranscrits puis codés, afin d'organiser l'analyse autour de ces quatre thèmes, mobilisés comme ressources argumentatives afin de discuter les trois hypothèses de départ qui organisent la présentation des résultats. Les entretiens les plus pertinents sont consignés en annexes, tandis que les autres restent disponibles si nécessaire (Annexe A).

4.2. Les observations situées

La recherche s'appuie principalement sur une démarche qualitative, adaptée aux terrains. Les tournois sportifs du festival ayant eu lieu à des intervalles très proches du rendu de la recherche, des observations ont été réalisées en amont, d'avril à mai 2026, lors d'un match de volleyball, d'un tournoi de double mixte en tennis de table et d'un match de tennis. La démarche ne repose pas sur une présence continue sur les terrains, mais une immersion dans l'organisation d'un événement et les processus qui l'entourent (Hennion, 2007)⁹⁶. Dans chaque situation, la présence a été annoncée aux participants afin qu'ils aient connaissance du contexte de la recherche. Cette précision répond aux exigences éthiques de la recherche et permet de limiter les biais liés à la présence de la personne qui observe. En effet, cette démarche ne repose pas sur une présence continue sur le terrain, mais une immersion ciblée dans des moments compétitifs (Arborio et Fournier, 2021)⁹⁷. Une grille d'observation a été construite autour de différents critères, identifiée avec les hypothèses et développée à la suite

⁹⁴ Caillaud, S., & Flick, U. (2016). *Triangulation méthodologique. Ou comment penser son plan de recherche*. In G. Lo Monaco, S. Delouée, & P. Râteau (Eds.), *Les représentations sociales. Théories, méthodes et applications* (pp. 227–240). Bruxelles : De Boeck. Version déposée dans HAL.

⁹⁵ Blanchet, A., & Gotman, A. (2007). *L'entretien*. Paris : Armand Colin.

⁹⁶ Hennion, A. (2004). Une sociologie des attachements. D'une sociologie de la culture à une pragmatique de l'amateur. *Sociétés*, 85(3), 9–24.

⁹⁷ Arborio, A.-M., & Fournier, P. (2015). *L'observation directe* (4^e éd.). Paris : Armand Colin.

des premiers résultats des entretiens semi-directifs. Elle s'articule autour de trois axes. Le premier est la répartition des rôles et l'occupation de l'espace, qui permettent d'observer s'il existe des configurations spécifiques à la mixité et de comprendre si des inégalités sportives se jouent. La deuxième concerne la communication et les interactions sociales, afin d'observer comment s'organise la mixité sur le plan relationnel. La dernière porte sur les attitudes ou situations marquantes, afin d'observer cette fois des actions et interactions particulières plus en détail. Ces observations ont été consignées dans des grilles d'observation afin d'assurer la traçabilité des données (annexe C).

4.3. Le questionnaire

Un questionnaire a été diffusé du 11 mai au 25 mai, à un public élargi de pratiquant·es inscrit·es dans des clubs au Comité FSGT de Paris. Grâce à sa base de données, l'enquête a pu être relayée largement, atteignant environ 10 000 personnes pendant environ deux semaines. Cependant, au sein de cet échantillon, les pratiquant·es engagé·es dans des activités mixtes ne représentent qu'une faible proportion, qu'il est par ailleurs difficile de recenser avec précision. Nous estimons ce chiffre à environ 500 individus sans pour autant avoir la possibilité de s'appuyer sur des chiffres. Pour rappel, la licence FSGT permet à chaque adhérent·e de pratiquer plusieurs activités sportives, ce qui rend complexe l'identification précise de personnes qui pratiquent en mixte. Cependant, le choix de cette diffusion a permis d'élargir les spectres des enquêtés et d'observer si les tendances identifiées dans la phase des entretiens peuvent être généralisées ou non. Le questionnaire vise à produire des données exploitables permettant d'expliquer un phénomène social à partir d'un outillage standardisé (De Singly, 2020)⁹⁸. Il a été construit à partir des tendances dégagées lors des entretiens, afin de trianguler progressivement les analyses des différents outils de recueil. Il se structure en plusieurs sections : le profil, le rapport à la mixité, les règles et la logique du jeu,

le terrain, le niveau de pratique, le lieu de pratique et l'encadrement, les relations sociales, l'idéologie et les représentations, et enfin les perspectives. Ces sections permettent d'examiner les trois grands axes qui structurent les hypothèses de la recherche, à savoir, le rôle des règles dans la construction de la mixité, les effets sociaux de la pratique mixte sur les représentations et les effets du niveau sportif comme substitut à la différenciation de genre. Les participant·es ayant plusieurs disciplines sportives ont été invité·es à répondre en fonction de leur discipline principale. L'échantillon présente une majorité de répondants masculins, ce qui reflète des effectifs et dynamiques observés dans plusieurs disciplines du Comité et constitue un élément à prendre en compte pour interpréter les résultats (annexe B).



Rétroplanning de la recherche

⁹⁸ De Singly, F. (1992). *Le questionnaire*. Armand Colin.

PARTIE 4

La mixité compétitive comme développement d'une nouvelle norme sportive

Mettre en place une pratique sportive mixte compétitive ne repose pas simplement sur une présence conjointe d'hommes, de femmes ou de personnes ne se reconnaissant pas dans ces catégories de genre, sur le même terrain. Afin qu'elle puisse devenir une norme sportive à part, et non une exception ou un simple cadre organisationnel, la pratique mixte doit intégrer des conditions capables de transformer les rapports sociaux qui structurent traditionnellement le sport. L'enjeu est alors d'interroger, dans quelle mesure, lorsqu'elle est encadrée et collectivement vécue, une mixité compétitive peut contribuer à redéfinir le jeu autant que les représentations de genre.

Pour ce faire, les deux premières parties ont montré que la bi-catégorisation du sport, autrement dit une non-mixité, n'était pas un état naturel du sport, mais le produit d'une construction historique, institutionnelle et sociale. La troisième partie a présenté le terrain et les outils méthodologiques mobilisés afin d'observer et d'analyser les conditions qui rendent possible la mixité compétitive au sein du Comité FSGT de Paris. Cette quatrième partie constitue l'analyse centrale du travail, articulée autour des trois hypothèses et de la problématique qui en oriente la recherche. Les données recueillies par les entretiens, le questionnaire et les observations ont permis d'examiner les hypothèses selon une logique d'enchaînement faisant apparaître la progression des résultats. Les trois prochains chapitres mettent en avant une dynamique globale : les règles créent des conditions pour une pratique mixte, dans laquelle les représentations peuvent être remises en cause, mais les inégalités de socialisation antérieures continuent d'en restreindre l'accès. C'est cette tension que l'analyse cherche à mettre en évidence.

CHAPITRE 1 - Reconfigurer le jeu : adapter les règles pour rendre la mixité praticable 43

- 1.1.Quand les règles deviennent un prérequis43
- 1.2.Des logiques d'adaptation contrastées selon les disciplines46
- 1.3.Le paradoxe des dispositifs compensatoires50

CHAPITRE 2 - Transformer les rapports sociaux : la mixité comme espace de recomposition sociale..... 54

- 2.1. La mixité comme espace de rencontre inédit54
- 2.2. Des transformations situées dans les interactions.....55
- 2.3. La reconfiguration des représentations sociales sous conditions58
- 2.4. Une sociabilisation inédite dans un espace à sécuriser.....62

CHAPITRE 3 - Déplacer les inégalités : le niveau comme condition d'accès à la mixité compétitive 67

- 3.1. La neutralité apparente du niveau67
- 3.2. Le niveau sportif comme produit d'une socialisation genrée.....68
- 3.3. La reconstitution partielle de mécanismes genrés.....69
- 3.4. Des inégalités déplacées vers de nouvelles possibilités.....71

CHAPITRE 1

Reconfigurer le jeu : adapter les règles pour rendre la mixité praticable

La coprésence de femmes et d'hommes dans une pratique sportive ne suffit pas à faire fonctionner la mixité compétitive. Pour qu'elle devienne praticable, elle suppose un cadre formel. Ce chapitre examine un des premiers leviers identifiés par les hypothèses : l'adaptation ou la création de nouvelles règles. Ces ajustements contribuent à l'élaboration d'une nouvelle norme sportive susceptible de reconfigurer les rapports sociaux.

1.1. Quand les règles deviennent un prérequis

La question de départ est la suivante : Est-ce que la mixité compétitive peut fonctionner sans adaptation réglementaire ? L'analyse transversale des entretiens fait apparaître un constat partagé : l'adaptation des règles constitue un prérequis structurel à la mixité compétitive. En effet, dans l'ensemble des témoignages recueillis auprès de pratiquant·es engagé·es en mixité ou mixité choisie dans des championnats ou des tournois, la même idée revient : sans aménagement du cadre réglementaire, la cohabitation entre les hommes et les femmes tend à produire des déséquilibres techniques, physiques et stratégiques, pouvant décourager la participation féminine, limiter leur implication et dégrader la qualité du jeu collectif.

Le Comité FSGT de Paris a développé un modèle mixte qui illustre concrètement cette nécessité d'adaptation. L'équimixte, en volleyball repose sur une équipe composée de 2 femmes et de 2 hommes avec un filet à 2m30, un ajustement intermédiaire entre le filet féminin à 2m24 et masculin à 2m43. Cet ajustement au niveau du filet répond directement aux écarts physiologiques moyens de taille et de gabarit entre les pratiquant·es. À cette adaptation du terrain s'ajoute aussi des règles spécifiques comme l'obligation pour les hommes d'attaquer à la ligne des 3 mètres, et non au filet, ou pour les femmes de pouvoir contrer n'importe quel·le joueur·euse adverse. Ces ajustements redistribuent les rapports de force habituels et permettent à chacun·e d'occuper le terrain. Ce format existe en parallèle du modèle mixte par défaut, dans lequel les règles traditionnelles du volleyball s'appliquent. Un des pratiquants en volleyball (40 ans) affirme que dans le format où la mixité n'est pas obligatoire, les femmes doivent jouer avec un filet dit à hauteur d'homme, c'est-

à-dire à 2m43. Il explique que « *la limite de ça (du format mixte par défaut) c'est qu'elles se retrouvent souvent à jouer le poste de libero [...] elles ne sont plus sur les postes d'attaquantes* » (Annexe D – entretien 3). Une volleyeuse (41 ans) exprime la même idée en affirmant que « *certaines filles ne veulent pas forcément jouer en mixte parce que ce sont des attaquantes et le filet est plus haut donc ça ne les intéresse pas* » (Annexe D – entretien 7). Cette même joueuse pratique dans une équipe où la mixité n'est pas obligatoire. En tant que libéro elle est elle-même à l'aise avec cette hauteur du filet. Cela montre que ce choix relève en réalité d'une préférence liée au poste et au niveau, et non d'une contrainte absolue. Ces témoignages confirment que sans adaptation, la mixité, ici dans le cadre du volleyball, oriente les femmes vers certains postes et les écarte d'autres. C'est une exclusion par défaut produite par des règles pensées pour un seul profil, celui des hommes. En somme dans la pratique du volleyball, discipline qui possède un modèle mixte assez avancé, celui de l'équimixte, qui se joue en format 4 contre 4 paritaire et dans lequel le filet est plus bas, montre que certaines adaptations réglementaires sont perçues comme totalement légitimes dans la logique du jeu et du format mixte. La joueuse de volley ajoute même que « *pour les attaquantes elles prennent beaucoup plus de plaisir en équimixte* ». Elle compare cela au format mixte non obligatoire. Cela signifie que dans le cadre de la mixité, elle doit être encadrée pour que les joueuses puissent s'y épanouir. Entre autres, ici, le modèle mixte n'est pas décrit comme supérieur au modèle non-mixte, ni comme dispositif qui viendrait le remettre en cause sur le plan sportif. En revanche, dans le cadre de la mixité, on comprend qu'adapter les règles fait la différence.

Les données quantitatives, précisent ces témoignages. Parmi celles et ceux pratiquant avec

des règles adaptées, 54 % des répondant-es estiment que jouer sans adaptation des règles est un avantage pour les hommes. Par ailleurs, 38 % déclarent que les règles apportent des avantages dans leurs disciplines ; 40% d'entre eux affirment que ces avantages concernent les femmes. Le croisement entre témoignages et les chiffres indiquent que les déséquilibres observés ne relèvent pas d'impressions individuelles, mais d'une tendance structurelle. En effet, les pratiquant-es ont majoritairement remarqué-es que les adaptations réglementaires sont favorables aux femmes. Ils estiment qu'elles consistent en un rééquilibrage du jeu. En effet, parmi celles et ceux disposant de règles adaptées, 40 % estiment qu'elles servent à rééquilibrer les chances entre les pratiquant-es. Les chiffres confirment ce que les témoignages illustrent, dans l'ensemble, les règles sont perçues comme une correction des déséquilibres de départ et non comme des avantages injustes donnés aux femmes. Cette tendance structurelle est ancrée dans les trajectoires sportives différenciées entre les femmes et les hommes. Pour comprendre cela, il faut revenir à ce que la littérature explique, à savoir que les écarts de niveau et de puissance physique entre les femmes et les hommes sont le produit d'une socialisation sportive historiquement inégale. Les femmes ayant eu un accès tardif à la pratique sportive avec moins de modèles, moins de reconnaissance et moins de

moyens (Davisse et Louveau, 2006). C'est également ce que la littérature identifie comme tension centrale de la mixité compétitive : l'introduction d'un enjeu de performance. C'est dans ce cadre que les socialisations sportives inégales deviennent visibles et mesurables (Guérandel et Beyria, 2012). Adapter les règles devient une réponse logique quand les déséquilibres, qui ne sont pas naturels, sont les produits d'un accès historiquement inégal à la pratique. Dans ce contexte alors historiquement et socialement genré, adapter les règles apparaît comme une réponse logique aux déséquilibres aujourd'hui observés. Dans les disciplines encadrant la mixité au sein du Comité de Paris, les règles spécifiques prennent principalement la forme de quotas de composition d'équipes, imposant une parité ou un minimum de femmes. Dans certaines disciplines des règles concernant le score sont aussi mises en place, comme au handball où les buts comptent double pour les femmes. Les pratiquants considèrent les formats adaptés comme un « *nouveau type de jeu* », qui, comme le décrit une volleyeuse (41 ans) « *ne modifie pas tant que ça la dynamique* » (Annexe D – entretien 7). En effet, à l'échelle du questionnaire, 43% des répondant-es déclarent évoluer dans une discipline disposant de telles règles. Parmi eux, 81% estiment que ces adaptations sont nécessaires pour permettre une pratique équilibrée entre femmes et hommes. (cf. Schéma 2)

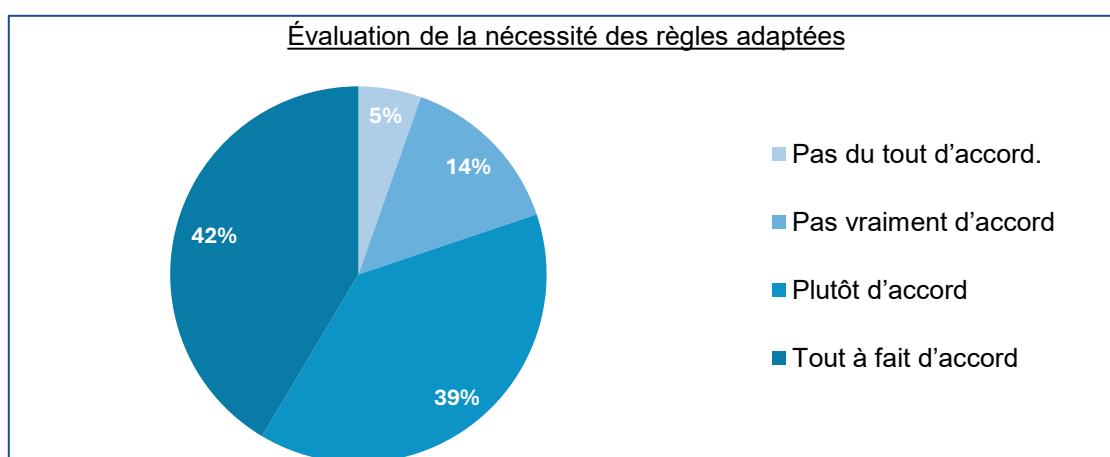


Schéma 2 : Ce graphique représente la répartition des réponses concernant la nécessité d'adapter les règles pour assurer le bon fonctionnement de la pratique mixte, pour les répondant-es dont la discipline comporte des règles. Il présente une proportion de répondant répondant-es qui sont pas du tout d'accord, pas vraiment d'accord, plutôt d'accord et tout à fait d'accord avec la nécessité de règles.

Par ailleurs, 87% estiment qu'elles ne dénaturent pas la logique interne de leur discipline. On peut lire au sens de Weber (1922), les signes d'une légitimation progressive d'une nouvelle norme sportive, intégrée par les pratiquant-es. Ces derniers chiffres confirment ce qui ressort des entretiens : les aménagements réglementaires sont perçus comme nécessaires, ils ne sont pas vécus comme des contraintes et ils deviennent des normes intégrées. C'est à ces conditions que les règles adaptées peuvent alors jouer un rôle dans la construction d'une nouvelle norme sportive. Ainsi, parmi celles et ceux disposant de règles adaptées 25% estiment qu'elles rendent la mixité plus naturelle. Cette idée de « *naturalité* » est révélatrice : elle suggère que les pratiquant-es ne perçoivent pas les règles comme superficielles, mais comme des composantes normales de la pratique.

Toutefois, une tension persiste. Les règles adaptées sont parfois perçues comme des compensations genrées. Si 38% déclarent que les règles apportent des avantages dans leurs disciplines, 40% d'entre eux affirment que ces avantages concernent les femmes. Certains témoignages vont dans le même sens : les règles permettent aux femmes de toucher davantage la balle, d'occuper des postes plus décisifs ou de compenser les écarts de puissance ou de taille.

Une joueuse de handball (34 ans) dit « *on est obligé de faire circuler la balle, de jouer plus collectif* » (Annexe D – entretien 8). L'adaptation des règles encouragent les femmes à accéder à la pratique mais aussi à s'investir pleinement dedans. Cela n'implique en rien qu'elles en seraient incapables autrement ; mais la formalisation des règles leur offre un cadre qui rend possible une pratique, simplement différente, tant sur le plan sportif que social. Cela ne signifie pas également que ces avantages sont injustes pour les autres et notamment les hommes. Au contraire, 81 % de celles et ceux qui disposent de règles adaptées affirment que ces ajustements sont nécessaires pour équilibrer la pratique. Une tension émerge : pour équilibrer le jeu, il faut parfois donner des conditions favorables aux femmes, car elles sont elles-mêmes désavantagées dans l'accès à la pratique, dans la socialisation sportive différenciée et dans la reconnaissance de leur légitimité. Autrement dit les règles compensent moins des différences naturelles que des inégalités structurelles. Cela signifie que les adaptations ne visent pas à corriger une prétendue incapacité biologique des femmes, mais à répondre à des conditions sociales, organisationnelles et historiques qui ont produit des écarts de pratique, d'expérience et d'accès. 62% de l'ensemble des pratiquant-es en mixité, avec ou sans règles, estiment que les règles adaptées sont une condition pour une pratique mixte équitable (cf. Schéma 3).

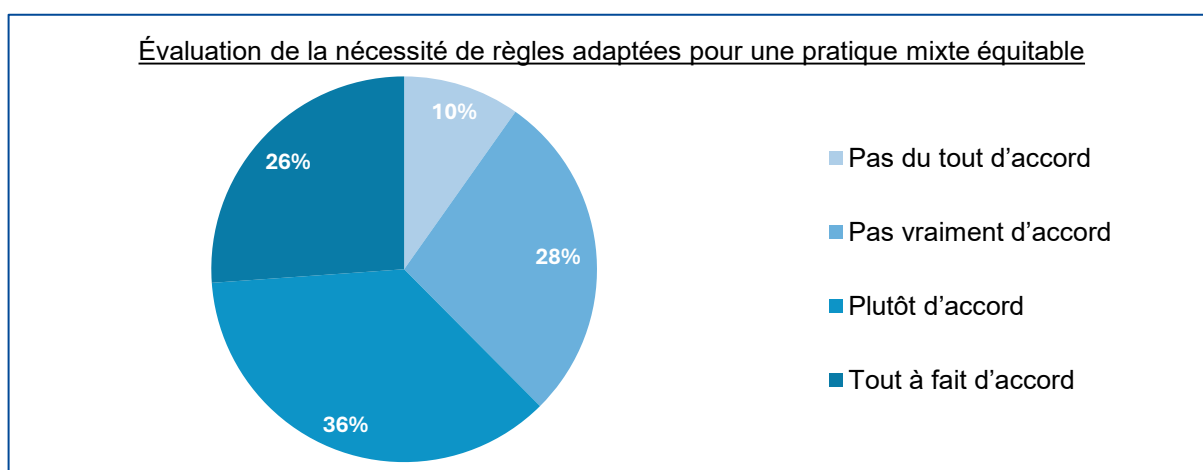


Schéma 3 : Ce graphique représente la répartition des réponses concernant l'idée que les règles adaptées sont une condition d'équité en pratique mixte. Il concerne les pratiquant-es en mixité qui disposent ou non de règles dans leur pratique. Il présente une proportion de répondant-es qui sont pas du tout d'accord, pas vraiment d'accord, plutôt d'accord et tout à fait d'accord avec la nécessité de règles.

En résumé, les règles sont davantage perçues comme un outil d'équité dans l'accès à la pratique que dans le jeu. L'ensemble des résultats confirme que la coprésence des sexes ne suffit pas à reconfigurer les rapports sociaux et donc qu'elle est une condition nécessaire mais insuffisante à ce processus. C'est ce que pointe la problématique et ce que les exemples illustrent. C'est pourquoi les règles adaptées constituent l'un des leviers permettant d'engager une transformation des pratiques sportives, en proposant un modèle mixte équitable, égalitaire et paritaire. Toutefois, toutes les disciplines ne nécessitent pas les mêmes adaptations.

1.2. Des logiques d'adaptation contrastées selon les disciplines

Les disciplines mixtes institutionnalisées reposent, principalement, sur des logiques de coopération, d'alternance ou de relais, plutôt que d'affrontement physique direct (Foriel, 2018). Autrement dit, ces disciplines s'organisent sur des formes d'interactions où la confrontation entre les sexes n'est jamais totale, car il s'agit toujours d'épreuves collectives ou segmentées. En effet, la diversité des disciplines mixtes étudiées au sein du Comité montre également que chaque activité possède sa propre logique interne, et donc sa propre manière d'adapter les règles pour permettre à la mixité de fonctionner. Ce point de départ est primordial, il explique pourquoi les adaptations ne peuvent pas être les mêmes dans toutes les pratiques sportives. Pour les personnes qui ont participé à la mise en place des disciplines mixtes au sein du Comité FSGT de Paris, l'objectif principal est de rééquilibrer les conditions de pratique entre les différents pratiquant·es. Cela passe par des aménagements réglementaires propres à chaque discipline.

La première idée réside dans le fait que les règles compensent les déséquilibres physiques dans les disciplines où il y a du contact. Le handball est, dans le cadre du Comité de Paris, une discipline mixte par défaut, dans laquelle il y a beaucoup de contacts (écrans, contres, bloc ou duel). L'absence de quota strict de parité, conjuguée à l'importance du gabarit, façonne les conditions particulières de la mise en œuvre de la mixité. En l'occurrence, sans quotas les femmes sont moins présentes et sans règles

sur les contacts, les écarts de gabarit structurent le jeu souvent au détriment des joueuses. C'est là qu'un ajustement des règles semble prendre sens, effacer les déséquilibres, sans pour autant nier les différences (Hunter, 2016). Dans le cadre compétitif, il vise à neutraliser les effets pour ne pas structurer le jeu et reproduire des hiérarchies qu'elle cherche à dépasser. Dans le cas du handball, la seule modification est une règle de buts compte double pour les femmes. Une joueuse de handball (34 ans) le formule ainsi « *il y a la règle des deux buts pour les filles. Je trouve qu'en effet ça permet un peu plus de distribution de jeu* ». Concrètement, cette règle signifie que chaque but inscrit par une joueuse vaut deux points et non pas un : : « *quand il reste deux minutes et qu'on est un de plus, à l'aile on met une femme et on fait en sorte de terminer à l'aile pour qu'elle marque* » (Annexe D – entretien 8). Cette règle ne neutralise pas les différences physiques, mais corrige leurs effets en valorisant stratégiquement la contribution des femmes et incitant les équipes et surtout les hommes à faire davantage circuler le ballon.

Concernant les arbitres, les témoignages ont fait comprendre qu'ils occupent une place particulière. Ils jouent un rôle de régulateur quant aux déséquilibres liés aux différences de gabarit et de puissance, pour que les joueur·euses favorisent l'aspect technique du jeu plutôt que le physique. Une pratiquante insiste sur ce point en précisant que sans la vigilance de l'arbitrage la pratique pourrait être déséquilibrée, mais aussi devenir dangereuse pour les joueuses, « *dès qu'il y a contact, on siffle. On ne cherche pas à faire continuer la faute ou l'action parce qu'on peut se mettre en danger à cause de la différence de gabarit* » (Annexe D – entretien 8). Sans cette attention, la pratique pourrait devenir non seulement déséquilibrée mais aussi dangereuse. Pour la pratiquante, les différences de gabarits ne peuvent être ignorées. En handball, la modération du jeu de la part de certains arbitres et la règle du but compte double s'inscrivent dans la même logique, rendre le jeu plus collectif. Un pratiquant dit à propos de ces adaptations que « *ça a le mérite de forcer à jouer collectivement* » (Annexe D – entretien 6).

Ces témoignages justifient l'importance d'une régulation externe. En effet, si seulement 38% des répondant-es pratiquant en mixité jugent l'intervention d'une personne tierce nécessaire, parmi les justifications, la régulation des comportements est la plus évoquée. En effet, dans certaines disciplines, les témoignages convergent pour dire que les règles conditionnent la sécurité et l'accès au jeu. Dans le questionnaire 52% des répondant-es estiment que les règles adaptées sont une condition pour assurer la sécurité des pratiquant-es. La question prédominante de la sécurité déplace ainsi la question de la performance, à celle de l'intégrité physique et du sentiment de sécurité. La sécurité peut ainsi être identifiée comme une condition préalable à la participation durable des femmes dans l'espace sportif.

En somme, l'arbitrage apparaît comme un espace de régulation et un dispositif de sécurisation, illustrant la nécessité d'adapter certaines règles, notamment celle encadrant le contact, pour rendre la mixité praticable. Pour les pratiquant-es les règles changent les comportements sur le terrain et deviennent à force des réflexes collectifs qui varient selon les disciplines. En handball, par exemple, la dynamique est différente que celle du volleyball. Ce n'est pas sur le terrain que le jeu tend à être rééquilibré, comme c'est le cas en volleyball, mais dans la valeur symboliquement renforcée de la contribution des femmes. L'objectif de ces deux approches est de compenser les inégalités physiologiques et historiquement construites, ce qui montre qu'il n'existe pas de modèle universel d'adaptation et que chaque discipline doit trouver son propre équilibre. De plus, les règles spécifiques ne suppriment pas les écarts physiques et les écarts de gabarit, mais elles en corrigent les effets sur le jeu. Parmi les individus pratiquant dans des disciplines avec des règles adaptées 81% estiment que ces règles sont nécessaires pour équilibrer la pratique. Ce chiffre ne fait qu'appuyer les témoignages recueillis confirmant ainsi que les règles ne sont pas perçues comme arbitraires.

Dans un deuxième temps, les adaptations peuvent redistribuer les rôles sans dénaturer le jeu comme c'est le cas dans les disciplines où le contact est moins présent comme au foot à 7 ou au volleyball.



Photo 14 : Rencontre de volleyball équitmixte 4-4 lors d'un tournoi organisé par la FSGT (Source : Comité FSGT de Paris)

Ce format de foot à 7 en mixité réelle, a été créé par le Comité de Paris sur la base de la parité, sans autre adaptation de règle. Dans son équipe de foot à 7 en mixité réelle un pratiquant (30 ans) souligne que la règle du quota est définie par « 3M+ 3F+, goal compris, c'est très facile et on n'a jamais eu de problème d'équipe qui n'alignait pas le bon nombre de personnes » (Annexe D – entretien 9). Ici, la règle suffit, elle est claire, praticable et aujourd'hui une composante normale du jeu. L'ajustement des règles favorisant la parité sur le terrain apporte une nouvelle façon de concevoir la pratique sportive et pose la question de la duplicité de cette pratique dans d'autres disciplines. Au volleyball, le format équitmixte, tel qu'il est appliqué au Comité FSGT de Paris est l'un de ses modèles les plus aboutis concernant l'adaptation des règles et de la parité sur le terrain. Pour rappel, le format repose sur une équipe composée de 2 femmes et de 2 hommes avec un filet à 2m30 et une interdiction pour les hommes d'attaquer à la ligne des 3 mètres. Une joueuse (41 ans) explique que « c'est plus difficile pour les garçons de marquer, parce qu'ils ne sont pas au filet », ce qui redistribue ainsi les rapports de force habituels (Annexe D – entretien 7). Ces adaptations directes du terrain ainsi que les règles spécifiques amènent les joueurs et joueuses à davantage réfléchir sur la composition de leur équipe. En effet, un joueur (40 ans) affirme que ces adaptations encouragent les équipes à sélectionner des joueuses polyvalentes.

lentes : « *en équitmixte, limite, on va chercher des filles qui savent tout faire* » (Annexe D – entretien 3). Cette polyvalence permet d'avoir une équipe plus solide et où les postes sont interchangeables. Cela montre que les règles transforment aussi les attentes à l'égard des femmes en leur donnant plus de légitimité sur le terrain et plus de possibilités d'action que ce soit en attaque ou en défense. Ainsi, lors d'un match observé en volleyball équitmixte, des joueuses occupaient des postes en défense, mais aussi en attaque et à la distribution de balle. À l'inverse, les témoignages convergent pour montrer que dans le format mixte non obligatoire, c'est-à-dire sans règle de parité et sans filet adapté, les joueuses sont moins attirées par la pratique. Une joueuse de volleyball confie « *Moi dans mon équipe mixte non obligatoire, je n'ai jamais vu d'attaquante une seule fois en face* (dans l'autre équipe) ». Elle rajoute : « *Certaines filles ne veulent pas forcément jouer en mixte (par défaut) parce que ce sont des attaquantes et le filet est plus haut* » (Annexe D – entretien 7). Ces témoignages mettent en évidence que la hauteur du filet, lorsqu'elle n'est pas adaptée, agit comme un filtre dans l'engagement des femmes en mixité. Pour les attaquantes, ce changement modifie profondément leurs repères. Les femmes sont aussi moins sollicitées. Un joueur affirme que « *si on veut aller jusqu'en finale, stratégiquement, c'est mieux d'avoir un garçon assez grand sur un filet garçons* » (Annexe D – entretien 3). Ainsi, on s'aperçoit que l'ajustement des règles et des conditions de jeu offre aux joueuses un cadre où, elles peuvent exprimer pleinement leur potentiel et, où elles sont acceptées sans compromis stratégique. Cette dynamique ne résulte pas d'une incapacité, mais souligne que la capacité à performer dépend également de l'expérience. La moindre participation des femmes dans les formats mixtes par défaut résulte aussi d'un ensemble de mécanisme, matériels, tactiques et symboliques, qui limitent leur possibilité. Non régulée, la mixité tend à reproduire des rapports de genre déjà présents dans le sport. Ces témoignages sont cohérents avec les 40% des répondant·es qui considèrent que les règles servent à rééquilibrer les chances et les 87% qui estiment qu'elles ne dénaturent pas la pratique. On constate encore une fois que les adaptations sont intégrées et non pas perçues comme contraignantes. Cependant, les adapta-

tions reposent sur une logique de moyenne. Or, cette moyenne ne peut pas prendre en compte tous les individus et ne résout pas les inégalités morphologiques. Un enquêté parle du filet utilisé par les hommes en volley (2m43) disant que « *ça limite la pratique loisir pour les hommes juste, quelle que soit leur taille* » (Annexe D – entretien 3). Ce constat relève que les adaptations réglementaires reposent sur des réponses standardisées aux inégalités moyennes. Parmi ces inégalités, on retrouve par exemple les écarts moyens de taille entre les femmes et les hommes. Ces écarts existent d'ailleurs aussi à « *l'intérieur* » de chaque sexe, ce qui rappelle qu'ils ne sont jamais naturels ou même homogènes. Cette question pointe l'une des limites de la mixité compétitive, qui cherche à corriger les inégalités, mais qui ne peut prendre en compte toutes les individualités. La diversité des profils étant infinie, la mixité totale au sens large reste difficile à atteindre pour convaincre tout le monde et prendre en compte toutes les singularités. Les travaux de Bournissen (2017) montrent comment certains traitements différenciés peuvent involontairement renforcer les hiérarchies qu'ils cherchent à dépasser, naturalisant ainsi des frontières de sexe. Cette différence de traitement est d'autant plus marquante que les modèles féminins non-mixte sont eux-mêmes déjà adaptés de ceux pensés par et pour les hommes. Ces ajustements sont justifiés par des arguments biologiques, parfois mesurables, mais pas généralisables, qui naturalisent davantage les différences relevant des constructions sociales. La mixité compétitive, à travers l'adaptation des règles, peut ainsi, dans certains cas, participer à cette différence de traitement. Elle vise à corriger les effets les plus visibles sans prétendre les effacer.

Un troisième constat montre que certaines disciplines n'ont pas besoin d'adaptation, même si la mixité y reste fragile. Dans les sports de raquette classique, comme le badminton, le tennis ou le tennis de table, la mixité fonctionne parfaitement sans adaptation réglementaire. Dans les doubles mixtes, le jeu n'est pas directement structuré par le gabarit ou la puissance physique, mais par la stratégie du jeu. Dans ces configurations, la logique interne du jeu permet une coopération et une opposition mixtes sans qu'il soit nécessaire de modifier les règles. Il existe toutefois, au Comité de Paris, un cham-

pionnat de tennis mixte individuel qui propose aux joueur·euses un système de handicap permettant, avec l'accord de son adversaire, de partir avec un avantage ou un malus. Lors d'une observation, durant un match de ce championnat, une femme et un homme se sont affrontés sans handicap, sans connaître leur niveau respectif. Ce choix n'a eu aucun impact sur la qualité du jeu, car malgré la victoire de l'homme, le score est resté serré jusqu'à la fin. Ce système spécifique à l'activité tennis au Comité FSGT de Paris, illustre que, même lorsque des dispositifs existent, la compétition pousse les acteur·rices à repenser la mise en place du jeu, de manière à ce qu'il soit structuré par les joueur·euse eux-mêmes sans qu'il y ait besoin d'adapter les règles. En parallèle, l'escalade fait également partie de ces disciplines où les pratiquant·es décrivent la logique interne comme se prêtant « *naturellement* » à la mixité, sans besoin de quelconque adaptation. Une grimpeuse décrit sa pratique en disant « *l'escalade c'est facile de pratiquer en mixité [...] une corde c'est une corde, un huit c'est un huit [...] le matériel n'est pas genré* » (Annexe D – entretien 10). Ainsi, l'escalade apparaît comme l'une des rares disciplines où la mixité est perçue comme allant de soi, et elle ne requiert effectivement aucune adaptation.

De fait, parmi celles et ceux n'ayant pas de règles spécifiques dans leur pratique, 41% déclarent que celle-ci ne s'applique simplement pas à la discipline et 37% qu'elles ne sont pas jugées nécessaires. Ces données confirment que, dans certaines activités, la mixité fonctionne parce que la performance dépend moins des caractéristiques physiques moyennes que de compétences techniques ou relationnelles. Les exemples confirment que certaines disciplines mixtes institutionnalisées existent et fonctionnent. Hormis celle entièrement construite sur un principe de mixité, d'autres disciplines ne nécessitent pas d'ajustement réglementaire, mis à part l'imposition de quota de parité. Cependant, une contradiction émerge à partir du moment où la discipline passe du loisir à la compétition avec une bi-catégorisation dès que l'enjeu compétitif intervient. En escalade par exemple, la mixité dite « *naturelle* » suit la même logique que les autres disciplines en compétition : les femmes d'un côté et les hommes de l'autre. Ce paradoxe illustre la pré-

éminence du modèle non-mixte dans le champ sportif institutionnalisé (Attali et Saint Martin, 2010). Ainsi, développer la mixité compétitive suppose de transformer un ordre symbolique ancré, celui du modèle dominant bi-catégorisé. Autrement dit, la mixité peut être évidente dans la pratique quotidienne, mais absente dès que la compétition s'organise. C'est la séparation des sexes qui a historiquement façonné le modèle compétitif institutionnel, qui constitue un frein structurel à l'essor de la mixité en compétition.



Photo 15 : Championnat de France FSGT de badminton (21 et 22 janvier 2023).
(Source : Revue Sport Plein air Mars 2023 - FSGT)

Dans certains sports, il n'est pas nécessaire d'adapter les règles. Dans le championnat de tennis de table au Comité, le système de points prend le relais pour offrir des solutions à la pratique mixte compétitive. Cependant, ce système interroge quant à son application. Il n'est mobilisé qu'en format mixte, alors même que la question du niveau sportif n'est pas exclusive à ce type de pratique et pourrait tout autant être utilisé dans le format dominant pour équilibrer les chances des pratiquant·es. À cela, s'ajoutent les stéréotypes de genre qui conduisent à ajuster le jeu en faveur des femmes, en présupposant leur infériorité sportive. Or, ce système de points pourrait bénéficier à l'ensemble des pratiquant·es indépendamment du sexe. Cela évite ainsi de voir le système de point comme une discrimination positive, mais comme un moyen de résorber les asymétries au lieu de les naturaliser.

Ces trois constats montrent que l'ajustement des règles n'est en réalité pas une condition universelle, mais bien une condition contextuelle

déterminée par les déséquilibres propres à chaque activité. Là où les écarts de gabarit et les contacts structurent le jeu, les règles compensatoires sont nécessaires. À l'inverse, lorsque ces écarts sont faibles ou non déterminants, les adaptations disparaissent : mis à part les règles de quota, les autres formes peuvent s'avérer inutiles, voire contre productives. L'ajustement des règles, ainsi que la mise en place d'un cadre sécuritaire et la création de conditions égalitaires et paritaires, favorisent l'entrée des femmes dans les activités sportives mixtes. Leur participation dépend d'un rééquilibrage juste entre hommes et femmes, propre à chaque pratique sportive. Cependant, les règles ont une limite. Elles agissent sur la composition et la structuration du jeu non pas sur les dynamiques internes. Les exemples montrent que la mixité ne se résume pas aux règles, car dans les pratiques comme le tennis, le tennis de table ou le badminton où les gabarits existent, mais ne déterminent pas entièrement l'efficacité du jeu, la mixité s'installe sans ajustements. La difficulté apparaît surtout dans les activités sportives où une asymétrie corporelle devient structurante pour la performance, ce qui renvoie aux caractéristiques propres du sport concerné.

En effet, sans adaptation des règles des comportements dominants peuvent se réimposer naturellement. Ce que les pratiquant·es font de la présence des femmes détermine la portée réelle de la mixité, d'autant que ce sont majoritairement elles qui rejoignent les pratiques sportives. En effet, comme le montre leur sous-représentation dans les modèles mixtes par défaut au sein du Comité, et plus largement l'histoire du sport, ce sont principalement les femmes qu'il faut accompagner, pour que la mixité devienne un espace de participation.

La triangulation des données confirme que les règles formalisées, pensées clairement et encadrées par les pratiquant·es, peuvent conditionner une participation équilibrée. Cependant, ces adaptations ne sont pas vécues de la même façon pour toutes et tous. Dans certains cas, ces adaptations peuvent effacer les inégalités et dans d'autres cas, les renforcer à travers la discrimination positive.

1.3. Le paradoxe des dispositifs compensatoires

Si les règles varient selon les disciplines, il arrive que là où elles fonctionnent en pratique, elles produisent néanmoins des effets contradictoires. Si pour certaines activités, l'adaptation des règles pour permettre la mixité est indispensable, cette démarche peut aussi générer des tensions. En volleyball, un pratiquant souligne que certaines dispositions réglementaires sous-entendraient et contribueraient à alimenter les idées selon lesquelles « *les femmes seraient inférieures* », notamment lorsqu'elles restreignent les droits des joueurs plutôt que d'élargir ceux des joueuses, mettant ainsi en contradiction les valeurs d'autodétermination et d'égalité portées par le format. Il parle dans ce cas du risque que les dispositifs pensés compensateurs, produisent l'effet inverse et reproduisent les hiérarchies et différenciations que la mixité prétend dépasser. 38,3% des répondant·es estiment toujours que les règles adaptées ne sont pas une condition pour une pratique mixte équitable. Ce chiffre montre tout de même que le débat existe et que les dispositifs compensatoires ne font pas consensus parmi les pratiquant·es mêmes engagé·es dans la mixité ou la mixité choisie. En compétition, rééquilibrer le jeu suppose de reconnaître une asymétrie initiale. La tension entre volonté d'équilibrer le jeu et risque de renforcer des hiérarchies de genre renvoie directement à la notion de discrimination positive, qui vise à compenser des écarts pour rétablir l'égalité des chances. Cette compensation est parfois perçue comme infantilisante, voire stigmatisante, pour les groupes qu'elle cherche à défendre. En handball, un pratiquant qualifie certaines règles de nécessaires pour compenser les différences de gabarit, mais en même temps « *infantilisantes* ». Un autre qualifie la règle du but compte double « *d'absurde* », lorsque les joueuses ont ou atteignent un niveau suffisant, voire supérieur. Ces témoignages contradictoires soulignent une limite : les règles compensatoires doivent reconnaître une asymétrie pour la corriger. Or, le fait même de la formaliser par une règle, tend à la renforcer, en lui donnant une visibilité. L'attention qui lui est alors portée la met en exergue sans pour autant que cette dernière ne soit résolue. Elle se retrouve alors figée entre sa mise en avant et une résolution

partielle, inadaptée ou différée. Pour un joueur de volleyball cette adaptation interroge : « *ça sous-entend de base qu'une femme n'aurait pas la capacité d'attaquer ?* » (Annexe D – entretien 5). Ainsi, même si l'adaptation des règles part d'une intention d'équité, elle peut renforcer les inégalités et les stéréotypes de genre à travers une forme de discrimination positive. Le fait qu'une femme n'ait pas la capacité d'attaquer ou de participer au jeu renvoie directement à son niveau de pratique qui nécessiterait une adaptation. Cependant, une fois que le niveau entre hommes et femmes devient similaire, la règle compensatoire conserve-t-elle sa légitimité ? Ainsi, les règles compensatoires sont-elles transitoires ? Un joueur de handball le définit clairement « *Je trouve que la règle elle a du sens dans l'état actuel du jeu, je ne pense pas par contre que c'est le cas de toutes les règles il y a un moment discuter que ça dépendra de l'état de la parité l'état des rapports hommes-femmes* » (Annexe D – entretien 6). Leur existence sous-entend que les femmes auraient davantage besoin des règles pour participer et être au niveau des hommes, renforçant ainsi ce que les règles cherchent à dépasser. Ce paradoxe ne signifie pas nécessairement que la règle est mauvaise, mais qu'elle est située dans un moment donné. Elle paraît nécessaire aujourd'hui, mais elle évoluera au fil que la mixité et la parité progressent, pour peut-être disparaître. Cela ne remet tout de même pas en cause la règle elle-même : en volleyball, une hauteur de filet intermédiaire peut créer un autre format de pratique qui perdurera dans le temps. Ces débats montrent ainsi que les règles compensatoires ne sont pas figées, mais qu'elles évoluent avec les pratiques et rapports sociaux.

« Je pense qu'il n'y aura pas forcément de forme parfaite, mais que ça se fera au fur et à mesure d'essais et de tentatives »

Joueur de volleyball

Au Comité FSGT de Paris, en handball, en volleyball ou en foot à 7, les règles ont évolué pour arriver à celles en place aujourd'hui. Leurs évolutions ont permis de faire progresser le jeu, pour le rendre plus égalitaire, plus paritaire et

plus juste même s'il reste encore les aspects à améliorer. Ainsi, un pratiquant, membre d'un collectif de volley FLINTA, en mixité choisie, voit dans le modèle mixte un espace d'expérimentation et admet que ce n'est pas un format parfait, mais un format qui permet de tester différents modèles et d'observer ce qui peut potentiellement au mieux fonctionner sur le terrain.

La mixité compétitive est perçue comme un processus en cours, dont les ajustements actuels ne sont que des prototypes, amenés à évoluer ou disparaître. Le Festival des pratiques mixtes a été créé dans cette logique, expérimenter et construire une nouvelle norme de pratique, la mixité, applicable différemment selon les disciplines sportives. En équimixte, en volleyball, les femmes ne peuvent « *pas servir avec un pied qui ne touche pas le sol [...] les filles devraient avoir le droit de tout faire* ». Pour les personnes de l'extérieur, la pratique mixte peut s'apparenter à une cohabitation contrainte. Mais pour celles et ceux qui découvrent le modèle de mixité compétitive, cette vision étriquée de la pratique est vite oubliée. En effet, pratiquer en mixte implique un renouvellement des acquis ou automatismes de jeu et donc l'acquisition de nouvelles compétences et stratégies. D'une certaine façon, la mixité semble rebattre les cartes du jeu sans en dénaturer la logique interne, mais en modifiant le jeu d'un point de vue technicotactique. Cette évolution technique ne concerne cependant pas les pratiquant-es ayant commencé directement dans un format mixte, qui n'observent pas nécessairement de changement dans leur façon de jouer. Ce point est important, car il montre que la mixité n'est pas uniquement une adaptation, elle peut constituer une norme d'entrée dans l'activité. Cela ne signifie pas aussi que, pour celles et ceux qui n'ont jamais pratiqué autrement, la mixité soit automatiquement intégrée en dehors du terrain ou transposée dans des espaces de socialisation en dehors de la pratique. Par ailleurs, il est important de rappeler qu'à la FSGT et donc au Comité de Paris les pratiques sportives sont mixtes par défaut. Ainsi, les compétitions le sont aussi. Cependant, la participation féminine y demeure très faible. En foot à 11, un joueur précise qu'il a une femme dans son équipe, mais il affirme « *en dix ans de pratique, je n'ai jamais vu, une femme jouer dans les autres équipes* ». Il ajoute même en parlant de ses coéquipiers

« *en fait, ils ne savaient pas* » (Annexe D – entretien 1). Cette sous-représentation relève alors moins d'un cadre réglementaire que d'un phénomène social plus profond.

La mixité demeure un modèle de pratique très peu connu et reconnu. En volleyball, en dehors de l'équimixte, c'est le même constat : la mixité est par défaut, mais la présence de femmes reste très faible, voire inexistante. Ces constats montrent encore une fois que, sans dispositif réglementaire, notamment au niveau de la parité sur le terrain, c'est la logique de non-mixité qui se reproduit. Non pas parce que les femmes ne veulent pas participer, mais principalement parce que les conditions organisationnelles et sociales ne sont pas réunies pour les intégrer. Ainsi, sans cadre institutionnel, la mixité compétitive ne pourra pas prétendre devenir une nouvelle norme. Les éléments quantitatifs confirment les propos recueillis lors des entretiens. Les ajustements de règles, lorsqu'ils sont pensés, adaptés et encadrés en prenant en compte les spécificités de chaque discipline, constituent un cadre qui rend la mixité praticable. Le croisement des résultats renvoie aux travaux de Detrez (2002), qui montrent que les différences de puissances physique ou de niveau ne sont pas les seuls produits de la biologie, mais sont façonnées par la socialisation, elle-même différenciée selon le genre et indépendante de l'autodétermination individuelle. C'est le même constat chez Cogérino (2009) qui souligne que, non régulée, la mixité tend à reproduire les hiérarchies de genre au travers des dispositions incorporées au cours de trajectoires différenciées. En revanche, les données permettent aussi de dire que les règles ne participent pas à la neutralisation des effets de la socialisation différenciée : elles ne transforment pas les comportements, mais la composition et la disposition du groupe. Elles cherchent surtout à agir sur certains critères physiques ou physiologiques, mesurables biologiquement. Toutefois, cette action reste partielle et n'efface pas les représentations sociales qui continuent de structurer la pratique. Les règles de parité peuvent garantir la présence de femmes lorsqu'elles manquent, la majorité des disciplines étant investies principalement par des hommes (73%), y compris dans celles se revendiquant mixtes (par défaut).

Ainsi le débat sur la pertinence de règles compensatoires n'existe que là où la mixité est encadrée et mise en place. Là où elle est un peu plus fragile notamment parce qu'il n'y a pas ou peu de femmes, moins de questions se posent. Le constat est clair : réglementer les quotas pour encadrer quantitativement la mixité dans les pratiques collectives semble essentiel, car il y a trop d'obstacles structurels, organisationnels et culturels pour que les femmes s'y engagent sans contrainte. Une fois répandus et stabilisés, ces quotas deviendront progressivement inutiles.

Les données valident ainsi l'hypothèse selon laquelle l'adaptation des règles est une condition, même temporaire, à la réussite de la mixité compétitive, dans les disciplines où les déséquilibres corporels et ceux de socialisation sont les plus perceptibles. Cependant, l'adaptation des règles ne suffit pas à elle seule à construire une nouvelle norme sportive mixte. Des adaptations pourraient même servir de modèle pour d'autres formes de pratiques, qui ne différencient pas les pratiquant·es sur un critère de genre. Ainsi, la question du niveau sportif, indépendamment du sexe, pourrait réutiliser certaines logiques inhérentes à la pratique mixte pour rééquilibrer l'égalité de chances entre pratiquant·es.

La question de l'adaptation des règles pose également celle de la reconfiguration des rapports sociaux dans le sport. Ce point est à la fois lié aux règlements sportifs, et en même temps les dépasse, tant il renvoie à des enjeux de société. La pratique mixte interroge sur les effets même des conditions et du cadre dans lequel la mixité est vécue, et ouvre des interrogations de société beaucoup plus profondes. C'est ce qu'interroge le prochain chapitre : dans quelle mesure une pratique mixte, encadrée et réfléchie, peut-elle modifier les représentations de genre ?

Tableau 1 – Résumé des observations concernant les règles et leur adaptation

Point observé	Volley (Obs.1) 20.04.2026	Tennis (Obs.2) 07.05.2026	Tennis de table (Obs.3) 11.05.2026	Volley (Obs.4) 17.05.2026
Cadre / adaptation des règles	Mixité par défaut, aucune adaptation observée (filet à hauteur « homme », (2m43). Pas de règle spécifique appliquée durant la séance.	Format en double mixte (2 contre 2). Aucune règles spécifique.	Format 1v1 (Femme/homme) sans adaptation nécessaire. Un dispositif de handicap au score proposé par l'organisateur mais refusé par les joueur-euses.	Mixité « imposée » car format d'équimixte 4-4. Le filet est à 2m30 et les hommes ne peuvent pas attaquer dans les 3 mètres.
Répartition des rôles	Une seule joueuse et des postes aléatoires.	Les femmes plus devant et les hommes plus derrière.	Rôles symétriques, chacun-e de son côté du filet : aucune répartition genrée observée.	Les deux équipes s'affrontent avec des stratégies opposées : l'équipe 1 privilégie les femmes en attaque et l'équipe 2 les hommes.
Occupation de l'espace	Accès à la balle équivalent pour tous.	Accès à la balle équilibré pendant les matchs. Il y a possession de balle alternée équitablement entre les partenaires.	Zones investies et l'accès à la balle strictement identiques.	Les deux équipes sont très différentes : équipe 1, les hommes prennent beaucoup de place. équipe 2, ce sont les femmes qui occupent l'espace offensif.

CHAPITRE 2

Transformer les rapports sociaux : la mixité comme espace de recomposition sociale

Si les règles structurent le cadre formel de la pratique mixte, ce sont les expériences vécues sur et en dehors du terrain qui en déterminent les effets réels sur les individus et leurs représentations. C'est ce que cette partie cherche à analyser : dans quelle mesure la pratique mixte compétitive permet ces transformations et à quelles conditions sont-elles durables

2.1. La mixité comme espace de rencontre inédit

La mixité, toujours marginale dans un paysage sportif dominé par la non-mixité, est un cadre plus ou moins inédit selon les disciplines. Dans ce contexte, les individus peuvent être amenés à reconsidérer leurs interactions et leurs perceptions mutuelles. C'est ce que l'analyse des entretiens révèle. La pratique mixte produit une expérience sportive et sociale différente, capable dans certains cas de faire évoluer les représentations de genre et les comportements.

Elle conduit certain·e pratiquant·es à reconsidérer leurs représentations, notamment concernant les capacités sportives des femmes. Un joueur de foot témoigne : *« Je me suis aperçu que ce que je pensais avant, c'est à dire les garçons d'un côté et la pratique féminine de l'autre en fait c'est une bêtise »*. Une volleyeuse le partage aussi *« Je pense que ça a amélioré, en fait, leur vision des femmes »* (Annexe D – entretien 7). Autant de témoignages qui montrent que pratiquer en mixité peut avoir un effet sur les représentations individuelles.

« Moi j'ai trouvé plein d'amour, un groupe de potes hyper bienveillants et un groupe de joueur·euses de foot hyper fort »

Joueur de foot à 7.

On note une évolution de la perception de l'autre, majoritairement de la part des hommes. 77% des répondant·es au questionnaire estiment que la pratique sportive mixte fait évoluer les rapports de genre en dehors du sport.

Ce chiffre indique que les effets de la mixité ne se ressentent pas uniquement sur le terrain mais se diffusent dans les relations sociales. Il est tout de même important d'indiquer que 53,4% des personnes pratiquant en mixte considèrent que la pratique non-mixte ne renforce pas pour autant les stéréotypes de genre. Ce second chiffre ne contredit pas le premier, mais donne une indication sur le fait que les pratiquant·es en mixité, n'ont pas forcément choisi le modèle mixte en opposition à celui non-mixte par rapport à la question des stéréotypes de genre. Certains pratiquent même dans les deux formats. Cependant, il est important de noter que 46,6% des répondant·es considèrent que la pratique non-mixte renforce les stéréotypes de genre. Ce qui permet de mettre en avant le fait que la mixité peut constituer un nouveau modèle capable de remettre en cause les stéréotypes, sans invalider la pratique non-mixte. Plus précisément, les enquêté·es décrivent leur pratique mixte comme *« d'une bienveillance extrême »*, *« hyper détente, et à la cool »* et définissent leur équipe comme étant une *« famille »*, ou une *« équipe d'amis »*. Les données quantitatives montrent que la grande majorité des pratiquant·es en mixité se sentent à leur place (50%) ou pleinement intégré·es (27%). Les ressenties convergent et distinguent spécifiquement l'ambiance comme élément clé dans leur participation en mixité. Ils indiquent une forme de reconfiguration des rapports de légitimité sportive, dans un paysage historiquement excluant pour les femmes, notamment dans les espaces compétitifs (Davis et Louveau, 2006). Parmi les pratiquant·es déjà engagé·es dans des pratiques mixte ou en mixité choisie, 90% se déclarent favorables à ce que ces modèles soient davantage encouragés au sein des clubs affiliés au Comité. Ces résultats reflètent la forte adhésion au modèle mixte à l'échelle du Comité de Paris.

Ce chiffre est toutefois à nuancer au regard du contexte dans lequel cette étude de cas s'inscrit. En effet, les pratiquant·es évoluant dans le cadre FSGT sont plus susceptibles d'être acquis·es aux valeurs portées par la fédération, à savoir notamment l'inclusion, et l'émancipation, qui peut se traduire par une adhésion au modèle mixte plus importante qu'ailleurs. La mixité y est, en effet, proclamée comme projet militant, et non un simple modèle organisationnel. Toutefois, il existe également des pratiquant·es FSGT qui ne connaissent que peu voire rien de la fédération et ne s'identifient pas à son projet militant. Pour elles et eux, la mixité ne peut être interprétée comme adhésion aux valeurs fédérales. Par ailleurs, il ne s'agit pas de dire que les pratiquant·es appartenant à d'autres structures ne partagent pas les valeurs portées par la FSGT, mais il convient de préciser que dans le cadre de la FSGT, la pratique mixte relève parfois d'un engagement en lien avec les valeurs portées par la fédération. Biais tout de même confirmé par les entretiens : qui observent une différence entre les modèles compétitifs dits « *traditionnels* », dans des fédérations uni sports délégataire, et celui FSGT. Dans l'ensemble les interrogé·es qui pratiquent ou pratiquaient dans ces modèles plus classiques adhèrent davantage au modèle FSGT. Plusieurs de ceux qui pratiquent dans les deux affirment que s'il fallait choisir, ils n'hésiteraient pas à opter pour la FSGT. En tennis de table, un joueur, aussi responsable sportif parle de ses coéquipiers en disant « *Si un jour ils doivent arrêter une des deux fédérations ils arrêteraient la FFTT (Fédération Française de tennis de table)* » (Annexe D – entretien 4). Un joueur de foot qui pratique en mixte et en non-mixte à la FSGT et en non-mixte à la Fédération Française de Football (FFF), les compare en disant « *j'ai l'impression que c'est beaucoup plus respectueux en mixte FSGT* » (Annexe D – entretien 9). Si ces témoignages montrent que le modèle FSGT peut produire pour certaines personnes un cadre de pratique qualitativement différent, il soulève cependant une question dans le cadre de cette recherche. Les effets observés de la mixité sont-ils directement produits par elle, ou sont-ils portés par le cadre offert par la FSGT ?

Si la pratique mixte constitue principalement un choix délibéré motivé par des valeurs liées aux

activités physiques, il faut tout de même rappeler que certaines personnes y sont contraintes. Cela s'explique en partie par le faible taux de pratiquantes dans certaines disciplines, qui peut générer des difficultés à trouver des groupes féminins pour pratiquer. Pour rappel, 74% des répondant·es affirment qu'il y a une majorité d'hommes dans leur discipline. Cette difficulté peut lors apparaître comme une contrainte chez certains pratiquant·es. Ce contexte doit être précisé, car les effets sociaux des pratiques sportives mixtes concernent majoritairement celles et ceux ayant des dispositions favorables à la mixité.

2.2. Des transformations situées dans les interactions

L'une des premières transformations observables, plus ou moins immédiate est que la mixité modifie la manière de jouer et de se comporter sur le terrain. Dans toutes les disciplines étudiées, pour lesquelles les interrogé·es ont déjà eu une expérience en non-mixte leur permettant de comparer, tous témoignent d'une transformation dans leur manière de jouer en contexte mixte. La mixité est majoritairement qualifiée comme rendant le jeu plus inclusif (21%), plus collectif (20%), plus respectueux (16%) mais aussi plus technique (10%). Ces qualificatifs renvoient tous à des valeurs relationnelles et sociales plutôt qu'à des valeurs de performance, suggérant que la mixité compétitive génère un rapport au jeu différent (cf. Schéma 4).

Ici l'enjeu n'est pas simplement le résultat. Pour beaucoup dans les entretiens il ne s'efface pas, mais il est redéfini au travers d'autres logiques de jeu, plus collectives et attentives, ainsi qu'à à un autre enjeu, celui de la sociabilisation. Les entretiens illustrent par ailleurs que les changements se manifestent dans les comportements. Un pongiste a plusieurs fois observé qu'en présence de femmes certains coéquipiers s'auto-contrôlent. Il décrit ce qui se passe dans certains tournois concernant l'organisation : « *quand c'est une fille qui est coorganisatrice, c'est bizarre, il n'y a personne qui vient (se plaindre)* ». Ils deviennent moins colériques et davantage à l'écoute : « *Parfois on va découvrir des joueurs qui auraient pu peut-être piquer une crise une colère mais s'ils ont une coéquipière*

dans l'équipe peut-être se dire ça ne va peut-être pas le faire » (Annexe D – entretien 4). Il reconnaît personnellement jouer sur ces ajustements comportementaux pour prévenir les débordements. Ce témoignage montre que la présence des femmes modifie le comportement des hommes en dehors même de la pratique sportive. Il montre aussi que des pratiquants utilisent cette dynamique comme outil de régulation. Le fait est que la mixité agit dans ces conditions comme régulateur social informel.

Sur le plan sportif, les enquêtés en handball s'accordent sur le fait que le jeu est beaucoup plus orienté vers la circulation du ballon et le collectif que sur l'exploit physique et individuel : « *on est obligé de faire circuler la balle, de jouer plus collectif* », « *un jeu qui est un peu plus réfléchi, technique, collectif* ». Cet exemple montre que les effets de la mixité se déploient sur le jeu et sur les comportements. Le fait est que ces deux dimensions sont étroitement liées. En volleyball, un enquêté parle d'une ambiance plus douce en présence de femmes, moins marquées par des logiques de domination : « *un peu plus de douceur avec les filles* » (Annexe D – entretien 3). En escalade discipline se voulant naturellement mixte, une grimpeuse

affirme que, selon elle, les hommes ne tiendraient plus certains propos en présence de femmes parce que « *ça ne se fait plus* ». Un pongiste observe le même phénomène « *j'ai l'impression que quand il y a une femme, ça permet un petit peu la sensibilité* » (Annexe D – entretien 4). Ces constats rejoignent ce que la littérature définit comme effets de la présence féminine sur les dynamiques de groupes masculins, du point de vue de la régulation des comportements plus expressifs de la masculinité hégémonique (Connell, 1995)⁹⁹.

En somme, la présence de femmes conduit implicitement les hommes à modérer certains comportements. Si ces adaptations peuvent avoir des effets réels sur la qualité des interactions, elles montrent encore une fois que la transformation des relations et des représentations sociales n'est parfois que superficielle, car temporaire. De plus, elle soulève une question : pourquoi la présence de femmes est à chaque fois associée à de la douceur, de l'apaisement ou de la retenue ? Cette assignation aux femmes, d'une forme de régulation émotionnelle, vient en réalité reproduire des stéréotypes de genre. Si ce mécanisme peut paraître

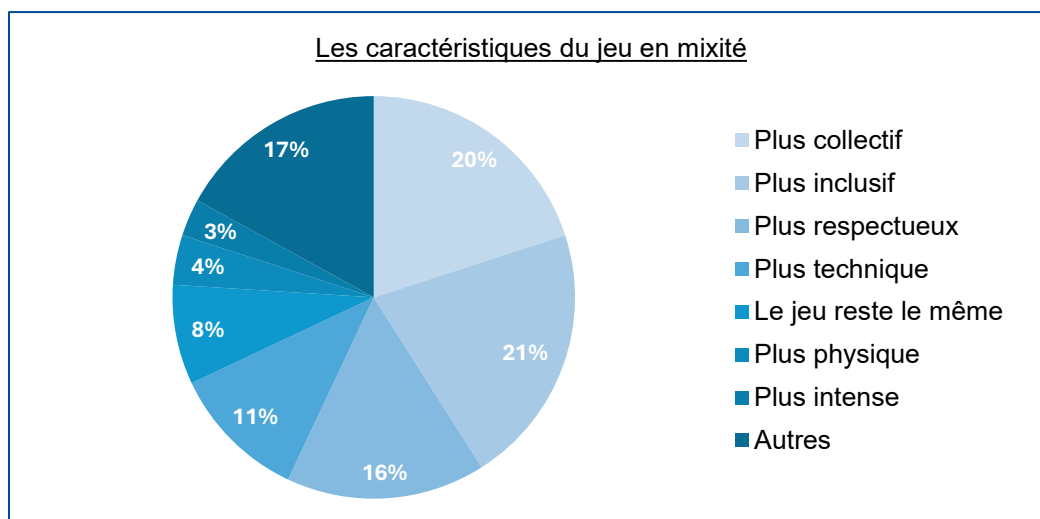


Schéma 4 : Ce graphique représente la répartition des réponses concernant les caractéristiques du jeu en mixité pour les pratiquant-es en contexte mixte. Il permet aux répondant-es de sélectionner plusieurs réponses

⁹⁹ Connell, R. W. (1995). *Masculinities*. University of California Press.



Photo 16 : Tournoi de foot à 7 en mixité réelle pendant le Festival des Pratiques Mixtes (Source : Comité FSGT de Paris).

positif dans ses effets immédiats, il reste ancré sur des représentations inégalitaires. En effet, les données quantitatives confirment cette tendance. 46% des répondant·es aux questionnaires affirment avoir déjà adapté leur engagement physique en fonction du genre de leur adversaire ou de leur partenaire. Parmi eux 30% sont des hommes. De plus, 51,5% des répondant·es déclarent que la mixité modifie leur façon de jouer. Ces chiffres montrent comment les pratiques sportives mixtes sont transformatrices pour les pratiquant·es. Ils montrent également que 30% des hommes ajustent leur intensité en présence de femmes. Si cet ajustement peut être perçu positivement notamment pour diminuer les écarts de gabarit, il s'opère parfois au détriment d'une égalité de traitement. Ces modulations peuvent traduire des représentations persistantes comme la crainte de faire mal, l'idée que les femmes seraient moins fortes ou la tendance à surprotéger les joueuses. Lorsqu'ils deviennent systématiques, ils reproduisent alors des rapports sociaux de sexe au sein même de la pratique sportive en assignant aux femmes une position de fragilité. Ainsi, la mixité peut transformer les manières de jouer, mais aussi de révéler les tensions entre une volonté d'inclusion et le maintien des normes genrées.

À l'inverse, parmi les 54% ayant déclaré ne jamais avoir adapté leur engagement physique en fonction du genre de leur adversaire, 44%

ont sélectionné la réponse « *je m'adapte quel que soit le genre* ». Ce résultat montre que pour une majorité des pratiquant·es le genre n'est pas le principal critère d'adaptation. En effet, ce sont le niveau (39%) et le gabarit (28%) qui reviennent majoritairement. Ces données renforcent ainsi ce que le chapitre 3 développera : le niveau fonctionne comme un substitut au genre permettant de penser l'équité autrement que par la séparation sexuée.

Ces transformations doivent être nuancées, car elles ne sont pas automatiques. En effet, la mixité n'efface pas nécessairement les mécanismes de reproduction des inégalités. Comme décrit ci-dessus, il ne s'agit pas de transformation des représentations, mais de changements vis-à-vis de la présence féminine. Les témoignages de pratiquants en foot, montre que les hommes jouent différemment, non pas parce qu'ils ont intégré une vision égalitaire du jeu, mais bien parce qu'il y a des femmes sur le terrain. Il est important de faire la différence, car changer de comportement en présence de femmes ne signifie pas changer de représentation sur les femmes. Une joueuse de badminton observe dans son club certains automatismes. Elle explique qu'en double, il est stratégiquement intéressant de viser le joueur le plus faible chez les adversaires. Selon elle, cette « *stratégie* », se superpose au genre : « *viser la femme ça ne changera jamais. C'est mécanique [...] on pense naturellement qu'elle va être moins*

forte » (Annexe D – entretien 7). Cet exemple est d'autant plus marquant que les hommes reproduisent des normes ancrées, mais les femmes finissent par les intégrer et adapter leur jeu en conséquence. En foot, une enquêtée note que lorsque l'enjeu est de gagner, un homme « *ne fera pas la passe* », car « *il va avoir plus tendance à penser qu'elle n'y arrivera pas* (en parlant d'une femme) » (Annexe D – entretien 2). Certaines représentations incorporées peuvent resurgir dès lors que la pression compétitive entre en jeu.

Certains comportements en apparence positifs peuvent coexister avec des représentations d'infériorité toujours intactes. La mixité peut alors transformer de façon superficielle les comportements sans réellement transformer les dispositions incorporées (Bourdieu, 1998). Ce que Bourdieu appelle l'*habitus* ne se modifie pas au contact d'une expérience unique, si positive, soit-elle. Ce n'est pas parce que le cadre change que les dispositions incorporées au cours de toute une socialisation sportive différenciée vont se modifier voire disparaître. Certaines enquêtées ont également remarqué une différence entre ce qui se joue sur le terrain et ce qui se produit en dehors. Un joueur de handball lors d'un entretien déclarait en faisant référence à des blagues entendues dans les vestiaires « *je ne serais pas hyper à l'aise d'être un mec homosexuel [...] C'est un « truc » de rigoler un peu de façon détournée de la possibilité d'un rapport homosexuel (entre sportifs) c'est [...] un peu constant dans le sport* » (Annexe D – entretien 6). Ce témoignage illustre, encore une fois, que la mixité n'est pas exempte de tout problème et montre que certaines normes persistent dans les espaces non-régulés même si ces derniers s'inscrivent et font partie d'espaces se voulant plus inclusifs. Cette limite est particulièrement visible dans les espaces informels comme notamment les vestiaires. L'entre-soi masculin peut se reconstituer dans ces espaces non régulés, illustrant comment certaines normes de genre se manifestent à l'abri des valeurs portées par la pratique. En handball, un des enquêtés témoigne de blagues homophobes déjà entendues dans les vestiaires, illustrant comment certaines normes de genre réapparaissent voire ne disparaissent pas dans les entre-soi masculins et dans les espaces non régulés. Une joueuse de

handball parle des vestiaires : « *Les filles, on n'a pas tout le temps des vestiaires [...] parfois, je me dis tiens, c'est hyper respectueux sur le terrain et en fait, tu sors de là, on te dit, tu n'as pas de vestiaire* » (Annexe D – entretien 8). La limite persiste dans l'espace sportif et dans les temps non encadrés. Si des formes de masculinité hégémoniques et d'entre-soi masculin se reconstituent dans des espaces en dehors de la pratique sportive, ces comportements peuvent également se produire durant la pratique mixte. Cela confirme ce que défend la littérature, au sujet de la mixité en cadre scolaire, qui peut reproduire des espaces de hiérarchisation lorsqu'elle n'est pas pleinement encadrée (Cogérino, 2009). Ces éléments et comportements se retrouvent également au sein de certains clubs proposant une pratique mixte. Peut-on alors parler de nouvelle norme sportive si une reconfiguration des rapports sociaux s'opère uniquement sur le terrain et non dans les espaces informels ?

La mixité crée un contexte où certaines dispositions incorporées sont temporairement restructurées voire inhibées. Les modifications comportementales, par exemple, observées sur le terrain, comme l'autocontrôle de certains hommes en présence de femmes ne se prolongent pas systématiquement en dehors. Ainsi, certains comportements, formes de masculinité hégémonique et entre-soi masculin tendent à se reconstituer. Si la mixité permet certaines transformations, celles-ci sont toujours conditionnelles et insuffisantes. Néanmoins, la mixité permet aussi dans certaines mesures de faire évoluer les représentations et rapports sociaux.

2.3. La reconfiguration des représentations sociales sous conditions

La mixité n'est pas spontanée pour tous. Si elle peut transformer les comportements ou les représentations, elle peut tout autant ne modifier ni l'un ni l'autre, ou agir que sur l'un des deux. Un enquêté reconnaît que la présence d'une femme dans son équipe lui a fait réaliser que ce qu'il pouvait penser avant était « *absurde* ». Une volleyeuse observe une prise de confiance de certaines joueuses face aux hommes et une ouverture d'esprit de joueurs qui semblent découvrir les compétences des femmes sur le terrain. Elle dit des membres de

son équipe, qu'elle a une « *meilleure image d'eux que des hommes dans la société. Parce que justement, ils acceptent la pratique mixte, ils reconnaissent la qualité des femmes à tout point de vue* » (Annexe D – entretien 7). Ces affirmations suggèrent que la mixité dans le cadre compétitif peut redéfinir certaines normes de masculinité, déconstruire les idées reçues et reconnaître le potentiel des femmes non pas comme une menace, mais comme une force. La mixité peut ainsi redistribuer les rôles et les prises de parole au sein de collectifs (Menneson, 2005). Cela permet à la fois une reconnaissance mutuelle, mais aussi la déconstruction de stéréotypes de supériorité masculine. Un pratiquant de foot témoigne que la mixité lui a permis d'avoir « *une fenêtre de contact avec mes hommes cis* » et lui a montré « *une masculinité apaisée* », ajoutant que les hommes de son équipe l'ont réconcilié avec une certaine idée de la masculinité (Annexe D – entretien 9). Cette autre affirmation témoigne que la mixité et la mixité choisie, en l'occurrence permettent un espace de rencontre inédit pour les individus qui n'auraient pu se retrouver ailleurs.

« [La pratique mixte] ça m'a ouvert l'esprit de me dire que c'était possible »

- Joueuse de handball.

Les rencontres reconfigurent parfois les représentations mutuelles, au-delà de la simple séparation par genre. Si la modification des comportements apparaît davantage observable chez les hommes, la mixité contribue également à transformer les représentations de la masculinité, et pas uniquement celles associées à la féminité.

Les effets de la mixité sur les représentations sociales et les comportements ne sont ni automatiques, ni uniformes, ni définitifs, et dépendent des profils et dispositions de chacun·e. Une enquêtée l'exprime clairement : « *Il faut les bonnes personnes* » (Annexe D – entretien 2). En effet, la mixité ne transforme pas tout le monde de la même façon. Il apparaît cependant que les personnes qui choisissent la mixité arrivent majoritairement avec des dispositions préalables et favorables à l'égalité indépendamment du genre. Comme le rappelle Bernard Lahire (2012), les individus sont pluriels, traversés

par plusieurs socialisations parfois même contradictoires, qui expliquent la diversité de réactions quant à la mixité. La reconfiguration des représentations résulte de nouvelles rencontres et expériences qui viennent s'ajouter à des éléments sociaux préexistants. Cependant, cette reconfiguration prend du temps et les représentations d'infériorité peuvent être difficiles à dépasser en raison de certaines attitudes paternalistes qui restent présentes. Le mansplaining en est l'exemple le plus courant. Il désigne une situation dans laquelle « *un homme explique quelque chose à une femme de manière condescendante en présumant à tort qu'il en sait plus qu'elle alors qu'elle possède une connaissance ou compétence égale ou supérieure* » (Joyce, 2021). Une volleyeuse cofondatrice de son club et capitaine de plusieurs équipes, dont une mixte non obligatoire, admet qu'elle a déjà reçu des conseils, alors que c'est une joueuse confirmée : « *Il y a un homme très sympa, mais il a voulu m'expliquer comment on faisait des réceptions alors qu'il est nul en réception* » (Annexe D – entretien 7). Lors de l'observation en volleyball, le comportement d'un homme se rapprochait de cette situation. Alors qu'il était relégué au rôle d'arbitre, à chaque pause, il allait conseiller spécifiquement les femmes. Ces situations de mansplaining permettent à certains hommes de réaffirmer une position sociale. Il sert de mécanisme de réassurance inconscient. Ces situations n'empêchent pas évidemment les échanges techniques entre coéquipier·es quel que soit leur genre. Se donner des conseils et s'entraider font partie du jeu, mais ce sont les asymétries dans ces échanges qui relèvent d'un rapport genré. Un volleyeur qui évolue dans une association FLINTA soulève, quant à lui, une tension plus subtile : selon lui, même dans des groupes inclusifs et engagés certains mécanismes de domination peuvent se reproduire. Il explique que : « *Ces mêmes dynamiques se reproduire au sein même d'un groupe où il n'y a pas d'hommes cis* » (Annexe D – entretien 5).

Ce témoignage rappelle que la composition et la reconfiguration d'un collectif ne suffit pas à elle seule effacer les rapports de pouvoir. Certaines dispositions incorporées ne s'effacent pas malgré un engagement idéologique, car elles sont le produit d'une longue socialisation sportive différenciée entre les femmes et les

hommes. Cela rejoint ce que Bourdieu (1998) définissait comme la persistance de l'habitus. Les dispositions incorporées continuent, parfois à l'insu des individus eux-mêmes, à structurer les pratiques et les interactions. En parallèle, Mennesson (2005) montre que certains mécanismes d'autocensure apparaissent en amont de la pratique. Si les femmes interrogées n'ont pas témoigné de cela. Le constat plus général de l'immersion dans le cadre de la mixité compétitive, a montré que les débutant·es plus sou-

L'autocensure traduit l'intériorisation des hiérarchies de genre, résultat même d'une censure des femmes dans la société et dans le sport. Longtemps distancées des espaces de légitimité et performance, elles ont incorporé ces rapports de domination. Les femmes remettent parfois en cause leur propre légitimité sportive, produites par leur socialisation qui les a souvent assignées à des positions en retrait. Cet obstacle montre que la reconfiguration des représentations commence avant l'entrée sur le terrain. Cette ambivalence est parfaitement illustrée par ce témoignage d'une joueuse : « Je trouve que les hommes qui jouent avec des filles qui jouent bien ça leur fait découvrir qu'on n'est finalement pas si différents [...] cela fait du bien de voir que certains nous considèrent comme leurs égaux » (Annexe D – entretien 8). La précision de « certains », montre que rien n'est encore fait.

vent des femmes, sont réticentes à l'idée d'intégrer des espaces mixtes compétitifs, persuadées qu'elles n'ont pas le niveau ou qu'elles n'ont pas leur place. Au tennis de table, un pongiste, aussi responsable sportif relate les dires de joueuses : « *Je ne sais pas si je vais y aller, tu sais, je n'ai pas un grand niveau* » (Annexe D – entretien 4). En handball, une joueuse expérimentée par ailleurs reconnaît qu'elle appréhendait en handball mixte de ne pas « *trouver sa place* ».

En effet, la reconnaissance n'est pas universelle, mais dépend des individus et de leur socialisation. Ce témoignage précise aussi implicitement que pour être reconnu comme égal, il faut que les femmes jouent bien. Ce qui montre que la légitimité des femmes reste, pour certaines personnes, limité uniquement à leur capacité à être performante sur le terrain. L'ensemble de ces éléments traduisent une évolution des mentalités permettant de sortir de l'exclusion des femmes de la pratique sportive. Cependant, malgré cette évolution, l'égalité et la reconnaissance des sportives comme des paires, par leur homologue masculin n'est pas encore atteinte. Ces éléments montrent une évolution des mentalités, mais aussi la persistance de limites de reconnaissance des femmes. Cette ambivalence, apparaît également dans les données quantitatives. Les valeurs les plus associées à la mixité dans le questionnaire, sont le respect (20 %), l'égalité (16 %), la convivialité et l'inclusion (14 %). (cf. Schéma 5).

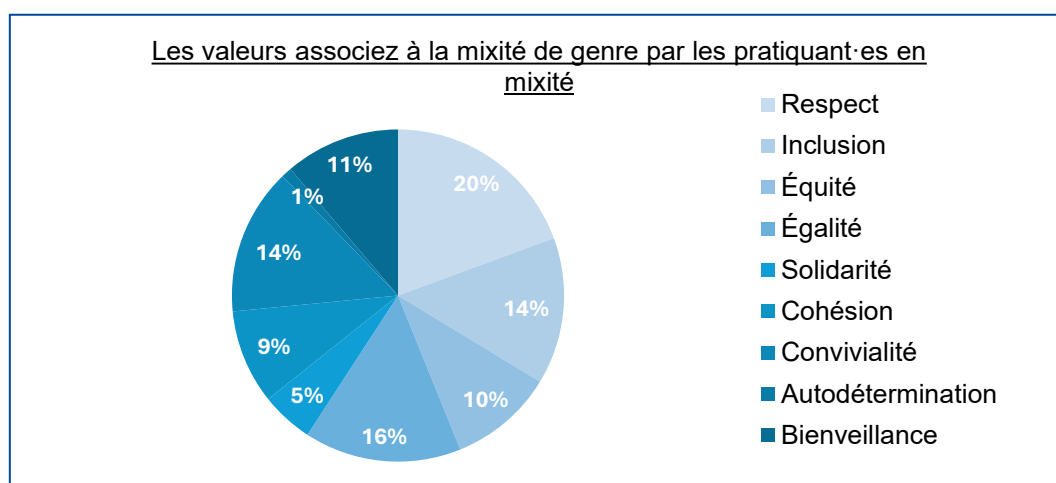


Schéma 5 : Ce graphique représente la répartition des réponses concernant les valeurs associées à la mixité par les pratiquant·es en contexte mixte. Il permet aux répondant·es de sélectionner au maximum trois réponses : parmi elles, le respect, l'égalité, la convivialité, l'inclusion, la solidarité, l'autodétermination, l'équité, la cohésion et la bienveillance.

Ces valeurs s'inscrivent également dans la culture fédérale partagée par la FSGT. La convergence entre motivations individuelles des pratiquant·es et le projet éducatif fédéral dans lequel s'inscrit celui de la mixité de genre dans les pratiques sportives, interroge sur les motivations des pratiquant·es qui adhèrent à la mixité. Le format est-il investi parce que les individus partagent déjà les valeurs de la fédération, ou ces valeurs, les rendent-ils sensibles à des formes de pratiques se voulant inclusives et innovantes ? Dans la continuité de la philosophie de la FSGT, le Comité défend une conception du sport où l'adversaire est avant tout l'ami qui nous fait progresser. Dans le cadre compétitif même, le cadre FSGT pousse les pratiquant·es à faire connaissance et à développer des liens sociaux, même avec les adversaires. Il semblerait alors que la pratique mixte soit un plus à la création de nouveaux liens sociaux. Ce n'est pas explicitement la mixité qui transforme les rapports sociaux, mais ces derniers sont facilités par le cadre offert par la fédération. Cette observation renvoie, au-delà de la mixité de genre, à la manière dont les pratiquant·es s'approprient ce que le Comité propose. Dans les entretiens, les enquêté·es estiment que celles et ceux qui rejoignent une pratique mixte arrivent avec déjà une forme d'intérêt pour les questions de mixité, ou avec ce que certain·es décrivent comme « *une ouverture d'esprit* ». Ce témoignage renforce une fois de plus l'idée que ce sont les trajectoires individuelles et l'environnement fédéral qui structure le plus les relations à la mixité.

Les résultats quantitatifs montrent que parmi celles et ceux pratiquant en mixité ou en mixité choisie, 90% déclarent ne pas avoir eu de réticences avant d'intégrer une pratique mixte, ce qui témoigne d'une perception globalement positive de ce modèle de pratique. Le fait que 65 % d'entre eux, souhaiteraient même pratiquer davantage, indique que le modèle est plébiscité. Par ailleurs, ces chiffres reflètent un biais de sélection sachant que ces répondant·es sont engagé·es en mixité. En revanche, celles et ceux pratiquant en non-mixité ont aussi été interrogés et 82% estiment que la pratique mixte devrait être davantage encouragée dans les clubs sportifs FSGT. Pour les personnes pratiquantes en mixte certaines ont exprimé des réticences, concernant principalement l'inclusion

et une appréhension de la dimension compétitive. Ainsi, les résistances ne portent pas tant sur la mixité même que sur la manière de se projeter dans un collectif, qui plus est dans un cadre compétitif. Pour les personnes ne pratiquant pas en mixte, 70% estiment ne pas avoir de réticences à pratiquer en mixité. Les 30% qui ont des réticences craignent de ne pas être au niveau et appréhendent la dimension compétitive. Les résultats des pratiquant·es et non-pratiquant·es en mixte sont cohérents. Le constat général rejoint ainsi ce que la tente elle-même à comprendre : ce qui met la mixité en tension, c'est l'inscription des pratiques dans un registre compétitif, avec ses exigences de niveau, de performance et de légitimité (cf. Schéma 6).

En résumé, une reconfiguration des représentations sociales par la mixité compétitive est possible mais conditionnelle. Elle dépend de dispositions individuelles, d'un cadre collectif et de la capacité des pratiquant·es à remettre en cause des dispositions incorporées au cours de leur vie. Les évolutions observées demeurent ainsi partielles et fragiles, rappelant que transformer les représentations ne se réduit pas à la seule coprésence sur le terrain et exige un travail continu. L'un des effets de la mixité compétitive semble par ailleurs être la création de nouveaux liens sociaux.



Photo 17 : Tournoi de volleyball équimixte du Festival des Pratiques Mixtes (5 juillet 2026)
(Source Comité FSGT de Paris)

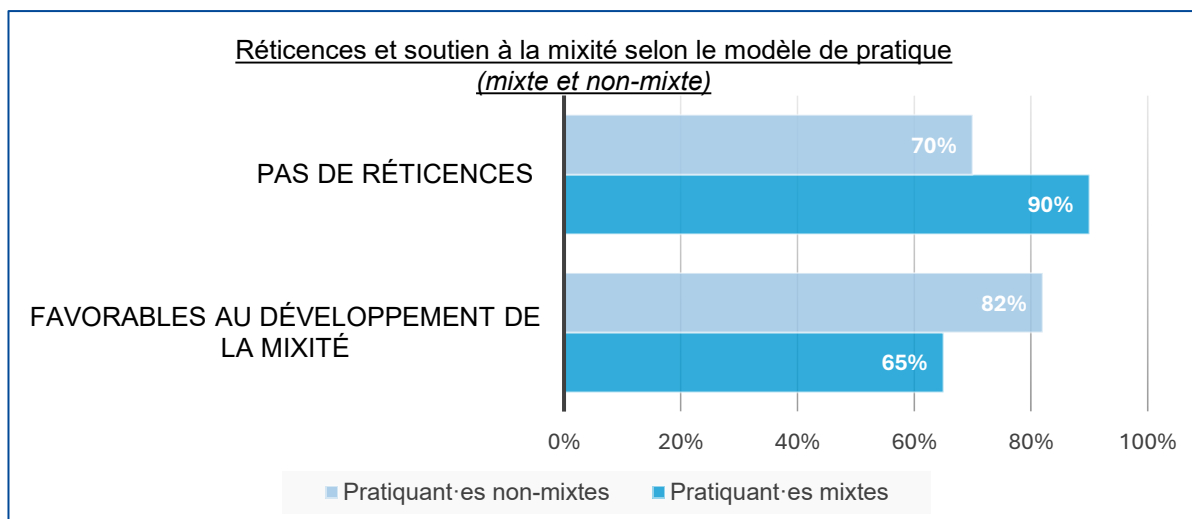


Schéma 6 : Ce graphique compare la proportion de répondant·es exprimant des réticences à la mixité et celle des répondant·es favorables à son développement, en distinguant les pratiquant·es en mixtes et non-mixtes. Il présente des différences entre les deux groupes.

2.4. Une sociabilisation inédite dans un espace à sécuriser

Une troisième transformation rendue possible par la mixité compétitive et sans doute la plus concrète et durable : la création de liens sociaux inédits. Toutefois, il est essentiel de clarifier ce que cette dynamique peut ou ne peut pas produire. En effet, créer des liens avec des personnes dont le genre ou l'identité diffère du sien, ne signifie pas en soi déconstruire ses stéréotypes. Les représentations incorporées au fil des socialisations individuelles ne s'effacent pas automatiquement lorsqu'on partage un même espace ou qu'on se fait des ami·es. Des amitiés peuvent exister tout en reproduisant inconsciemment des comportements genrés. Ces limites montrent que la création de liens sociaux ne suffit pas toujours à neutraliser les rapports de pouvoir.

Le premier constat est que la mixité permet une sociabilisation qui déborde largement du cadre sportif. En effet, deux profils ont émergé parmi les enquêté·es lors des entretiens. Le premier avec celles et ceux qui sont entré·es dans un format mixte avec des ami·es, en créant des équipes spécialement pour rejoindre des ami·es/connaissances. Le second avec celles et ceux qui sont entré·es dans un format mixte sans connaître personne, pour d'autres raisons, organisationnelles, structurelles, par curiosité ou même par défaut. C'est davantage chez ce

second profil que les effets sociaux apparaissent comme les plus marquants, justement parce que la dynamique relationnelle n'est pas aussi évidente que pour les autres. La mixité peut pour elles et eux, agir comme un espace de rencontre inédit. Plusieurs femmes affirment également qu'elles n'auraient jamais eu autant de connaissances masculines ailleurs. Inversement, certains hommes admettent qu'ils n'auraient sûrement jamais fréquenté autant de femmes. Un joueur de foot explique que s'il vient à quitter Paris, son équipe serait la chose qui lui manque le plus : « *mais quitter Paris c'est quitter le mixte et ça, Dieu seul sait que je n'ai pas très envie* » (Annexe D – entretien 9). Dans le prolongement de ces trajectoires variées, les effets relationnels de la mixité se reflètent dans la construction des équipes. Plusieurs enquêté·es emploient même le mot famille pour décrire leur club ou leur équipe, ce qui rejoint les principales valeurs associées à la mixité. Pour ces pratiquant·es, la mixité agit comme un levier de transformation sociale, relationnelle et sportive, qui dépasse la question du genre. Un volleyeur confie que parmi ses meilleures amies presque tous viennent du volley, il insiste sur l'ambiance amicale, forte dans son équipe, où chacun·es se considère comme ami·es (Annexe D – entretien 3). Ces vécus s'articulent également autour de la capacité de la mixité à décroiser certaines sphères sociales. Un volleyeur décrit son club de volley comme un espace de décroisement social où se ren-

contrent et se côtoient des personnes d'âges et de milieux variés, donnant lieu à de véritables amitiés. Cette dynamique dépasse le volley-ball : un pongiste décrit son club comme une famille, tandis qu'un joueur de foot décrit « *un mélange intergénérationnel* » qu'il n'aurait jamais connu sans mixité (Annexe D – entretien 4). Enfin, un volleyeur compare même son expérience à un « *road trip* » (voyage) qui lui permet de découvrir « *d'autres visions du monde* » (Annexe D – entretien 3). Ces différents témoignages montrent que la mixité compétitive produit des formes de sociabilité qui dépasse largement le cadre sportif. Ce qui confirme l'idée que le sport est un fait social total au sens de Mauss : un espace où se jouent des enjeux à la fois corporels, symboliques, sociaux et parfois politiques. Les sports dits naturellement mixtes comme l'escalade ou le canyon offrent quant à eux, une socialisation souvent plus étendue. En effet, il s'agit aussi de sports de plein air, pour lesquels les pratiquant·es sont parfois amené·es à se rendre en sorties extérieures durant plusieurs jours.

Une grimpeuse évoque les rassemblements qu'elle fait et qu'elle prépare en canyon qui lui permettent une mixité élargie (Annexe D – entretien 10). Ces sports font partie de ceux créant des liens sociaux beaucoup plus large, les pratiquant·es étant parfois amené·es à partager un logement et des espaces de vie quotidiens. Si ces exemples ne représentent pas la mixité compétitive, ils permettent de comprendre une réalité plus subtile. Il semblerait que plus il y a d'espace de sociabilisation hors pratique sportive, plus il y a de mixité. Dans ces espaces de vie et de pratique loisir, aucune dimension compétitive et aucun enjeu, mis à part celui de se dépasser soit même, ne vient confronter les individus. Ainsi, ces pratiques montrent que lorsque la socialisation déborde du cadre de l'activité sportive, la mixité tend à se renforcer et se vivre. Elles relèvent que les interactions hors terrain façonnent des relations moins hiérarchisées et contraintes. Cette observation permet d'analyser un autre registre, celui des relations produites par la pratique mixte compétitives au sein du Comité FSGT de Paris. Dans cette continuité, cette sociabilisation inédite permet une évolution des représentations : 28% des répondant·es déclarent avoir été sensibilisés à un sujet qu'ils ne connaissaient pas avant. Parmi

ceux qui sont revenus le plus, l'accès au sport des femmes (26%), accès au sport des minorités de genre (24%), questions transidentités (20%). Un pongiste se confie en disant « *je suis plus sensible à la cause des femmes* » (Annexe D – entretien 4). Ces chiffres et témoignages montrent qu'au-delà du cadre FSGT propice au militantisme, certain·es pratiquant·es trouvent dans la mixité compétitive, un espace de sensibilisation à des enjeux sociaux qu'ils n'auraient pas forcément rencontrés en contexte non-mixte, même dans le cadre FSGT. La pratique mixte peut ainsi devenir un vecteur de prise de conscience, qui confirme l'idée que le sport peut constituer un levier de transformation sociale en lui-même.

Un deuxième constat qui rejoint le premier est la récurrence de l'emploi du terme convivialité. Presque tous les interrogés ont décrit le cadre mixte comme convivial. Lorsqu'on les interroge sur l'origine de ce sentiment, les réponses varient entre le format mixte, lui-même et le contexte FSGT. Un pongiste affirme « *je pense que l'ambiance FSGT est beaucoup plus conviviale que la FFTT (Fédération Française de tennis de table)* » (Annexe D – entretien 4). Ce qui soulève une interrogation, difficile pour le moment de résoudre, à savoir : la convivialité est-elle le produit d'une culture fédérale qui la rend possible ou uniquement le produit de la mixité ? Il semblerait, en vue des entretiens, que les deux se renforcent probablement mutuellement, la FSGT structurant un cadre de valeur dans lequel la mixité se développe. Il ressort ainsi que certaines dynamiques propres à la FSGT et à la mixité s'entremêlent. En effet, un joueur de foot affirme : « *C'est dur de décorrélérer les deux. Après non la FSGT comme je joue aussi dans une équipe non-mixte en FSGT je vois quand même que c'est la FSGT* » (Annexe D – entretien 9). Telle qu'elle est pratiquée au sein du Comité FSGT de Paris, la mixité compétitive semble être davantage l'expression d'un projet de valeurs partagées qu'un seul aménagement sportif. Ce questionnement sous-entend que la mixité compétitive a besoin d'un cadre institutionnel qui lui donne du sens et rend ses conditions possibles, pour reconfigurer durablement les rapports sociaux. Valeurs qui, dans le rapport à la compétition se différencient des modèles non-mixtes. Parmi les enquêté·es pour

les entretiens, tou·tes ont déjà pratiqué en non-mixte ou pratiquent encore en parallèle d'un format en mixité, leur permettant d'avoir un point de comparaison. Beaucoup définissent le format non-mixte, souvent en fédération « *traditionnelles* » comme plus exigeant, où le résultat structure la dynamique et où la pression est omniprésente. À l'inverse, ils décrivent un rapport au jeu différent dans le format mixte FSGT. Les enquêté·es décrivent que s'il est important de gagner, l'enjeu et aussi ailleurs. Il y a une forme de dédramatisation de l'enjeu compétitif que tous partagent. Un volleyeur le résume en disant que si son équipe perd « *ce n'est pas la fin du monde* » (Annexe D – entretien 3). Ces aspects s'étendent aussi aux adversaires. Plusieurs enquêté·es parlent de relation amicale avec des concurrents. Il explique même que des anciens concurrents deviennent des coéquipiers. Globalement, tous et toutes décrivent une atmosphère conviviale au sein de l'équipe et avec les concurrents, qui participe à la dédramatisation de la compétition. Cependant, cette atmosphère est davantage observable dans les formats de tournois ponctuels et reste indissociable des personnalités individuelles. L'unique enjeu n'est plus la victoire, mais la qualité des relations produites par la pratique.

Le troisième constat est que d'autres formes de mixité émergent pour répondre aux limites du modèle mixte traditionnel, c'est-à-dire celui par défaut. En effet, certaines personnes choisissent d'autres formes de pratiques. Pour une partie des enquêté·es, la mixité n'est pas un cadre organisationnel, mais un positionnement identitaire, voire politique. En effet, 13 % des répondant·es au questionnaire considèrent que leur pratique en mixité est un acte militant. C'est dans cet espace que s'inscrit la mixité choisie, qui apparaît pour certains comme une réponse partielle à ces limites, notamment celles liées au sentiment de sécurité et à la place occupée dans le collectif. En escalade, discipline dans laquelle se sont développés des collectifs de mixité choisie au sein des clubs affiliés au Comité de Paris, une grimpeuse qui ne participe pas à ces groupes affirme que si elle n'en ressent pas le besoin, elle « *comprends qu'il y a*



Photo 18 : Tournoi de volleyball équitmixte du Festival des Pratiques Mixtes (5 juillet 2026)
(Source Comité FSGT de Paris)

des personnes qui ont envie de pratiquer comme ça [...] c'est à nous de mettre les dispositifs en place pour pouvoir le faire » (Annexe D – entretien 10). Ce témoignage indique que ces formes alternatives sont en train d'être développées au sein de clubs pour permettre à un plus grand nombre de participer. Ces exemples montrent que la mixité choisie répond parfois à des besoins que la mixité dite totale ne couvre pas. Elles offrent à des groupes minorisés un espace dans lequel les dynamiques de domination habituelles sont mises à distance. Un volleyeur qui évolue dans un club et une équipe FLINTA, offre une dimension particulière à cette réflexion. Il décrit son équipe de volley comme un espace réflexif et militant, au sein duquel la mixité est pensée collectivement et ouvertement discutée : « *Il y a toujours, chaque année, un groupe de réflexion qui est mis en place sur le projet sportif de l'association pour le faire évoluer* » (Annexe D – entretien 5).

Le club est construit comme un espace sécurisant et bienveillant pour les personnes queer¹⁰⁰, parfois premier point d'entrée dans une communauté : « *En tant qu'association queer ou pour*

¹⁰⁰ « *étiquette inclusive pour des personnes qui ne se retrouvent pas dans les catégories hétéro/cisnormatives qui englobe des orientations et des identités variées, tout en refusant une étiquette précise* »

Moreau, C. (2026, 1 avril). Comprendre ce que signifie être queer aujourd'hui. FTM Info.

certaines personnes, c'est leur premier accès à une communauté queer. Pour d'autres, c'est la garantie d'avoir une pratique safe (sécurisé) parce qu'elles ont déjà subi des discriminations dans des clubs et association autres » (Annexe D – entretien 5). Cela soulève cependant une question fondamentale, celle de la définition même de mixité. Si elle peut prendre différentes formes (réelle, choisie), parler de mixité au sens large renvoie à l'inclusion de tout·es. Cependant, le choix d'une mixité incomplète, c'est-à-dire excluant certaines identités, peut relever de raisons militantes, de confort ou de sécurité. Cela confirme que la mixité, telle qu'elle est pratiquée, n'est pas un modèle uniforme, mais un espace de négociation permanente entre valeurs, besoins et trajectoires individuelles (Talpin, 2021). Ici, la mixité ouvre une réflexion plus large sur le genre, incluant les personnes non-binaires, trans et autres. Elle montre que la mixité prend des formes différentes selon son organisation, et que ces effets varient selon ces modalités. Ces différentes formes de mixité se traduisent également dans les formes de sociabilité qu'elles rendent possibles.

Un quatrième constat souligne que cette sociabilisation inédite, produite par la mixité, reste conditionnée à l'existence d'un espace réellement sécurisé. Or, comme l'ont montré certaines interactions observées dans les vestiaires, cet environnement n'est pas toujours garanti. La mixité reconfigure les interactions sociales et regroupe des socialisations de genre plurielles, ce qui peut modifier les situations dans lesquelles certains propos ou comportements apparaissent, transformant ainsi les conditions d'expositions aux violences sexistes et sexuelles (VSS). Les données quantitatives le confirment : 25% affirment avoir déjà reçu des remarques ou moqueries verbales, dont 21,2 % de femmes. Les témoignages montrent que la mixité peut rendre visibles des asymétries de genre, rendant leur prise en charge d'autant plus nécessaire. En effet, plusieurs femmes interrogé·es affirment qu'elles ont déjà été confronté·e à des propos sexistes. Une joueuse de volley témoigne qu'elle a déjà été traitée de « *gonzesse* », un joueur lui ayant même tapoté la tête, signe de condescendance. Le plus frappant étant qu'elles les décrivent comme si c'était normal. Normalisation qui rappelle que, si la mixité compétitive peut constituer un es-

pace de reconfiguration des représentations, elle n'est pas pour autant un espace protégé des rapports de domination. Ces exemples montrent que la mixité, qui plus est en compétition, et dans un cadre engagé, en l'occurrence ici la FSGT, ne suffisent largement pas à protéger des rapports de domination. La lutte contre les violences sexistes et sexuelles (VSS) est un cadre préalable à toute mixité qui se veut émancipatrice, comme elle est également indispensable dans les espaces non-mixte. Certains clubs en sont arrivés à prendre des mesures afin de prévenir tous comportements ou violences. Un joueur de foot évoque la création d'une charte dans son équipe, après des cas de VSS dans le championnat, afin de sensibiliser toute personne souhaitant y rentrer. Il justifie ce choix en disant « *on a fait une charte dans notre équipe [...] il y a eu des cas de violences sexiste et sexuelle dans le championnat, pas au sein de notre équipe* » (Annexe D – entretien 9). Ces initiatives illustrent le fait que les VSS ne sont pas un sujet annexe mais un prérequis. Cette condition de sécurité relie les parties de ce chapitre. Bien que la mixité puisse transformer les comportements sur le terrain, certains espaces informels peuvent rester des zones où se reconstituent des normes dominantes. La mixité peut faire évoluer les représentations lorsque les individus sont disposés à modifier leur manière d'être et lorsque le cadre est engagé. Enfin la mixité peut produire une sociabilisation inédite lorsqu'elle permet un espace sécurisé.

Les données valident partiellement l'hypothèse selon laquelle la mixité permet et conduit les pratiquant·es à reconsidérer leurs représentations de genre et à accorder davantage de légitimité aux femmes. La pratique mixte compétitive produit des reconfigurations, des représentations de genre et des rapports sociaux mais cela n'est ni automatique, ni uniforme, ni définitif. Elle dépend de conditions que les entretiens partagent : un cadre porteur de valeur et un encadrement engagé capable d'intervenir face aux comportements déplacés. Les transformations qui se veulent permanentes dépendent inévitablement de la présence effective de femmes, de la culture du groupe et aussi du cadre de la pratique. Là où les conditions sont réunies la mixité peut reconfigurer les représentations et participer à la création de rencontres et de nouveaux liens sociaux. Là où elles font

défaut, la mixité risque, au même titre qu'un cadre non-mixte, FSGT ou non, de reproduire des hiérarchies de genre telles qu'elles demeurent structurantes dans l'ensemble du champ sportif. En définitive, la mixité qui plus est en contexte compétitif, est une configuration favorable, dont la portée reste un travail collectif qui se heurte au passage à des obstacles structuraux. La partie suivante examine ces obstacles sous l'angle du niveau sportif.

Tableau 2 – Résumé des observations concernant la recomposition de l'espace social et sportif

Point observé	Volley (Obs.1) 20.04.2026	Tennis (Obs.2) 07.05.2026	Tennis de table (Obs.3) 11.05.2026	Volley (Obs.4) 17.05.2026
Communication / prise de parole	Bonne communication La joueuse donne les directives qui sont écoutées.	Les hommes prennent dans l'ensemble plus la parole (un en particulier est très expressif).	Peu d'échanges pendant et après le match. La femme prend davantage la parole, tandis que l'homme reste discret.	Toujours deux dynamiques différentes entre les équipes. Équipe 1, les femmes sont plus mises en avant et il y a de la communication et des encouragements. Équipe 2, une des deux joueuses joue avec l'équipe pour la première fois : il y a moins de communication.
Interactions sociales / coopération	Forte coopération, encouragements.	Encouragements respectifs entre partenaires et adversaires. Équilibre global.	Interactions limités. Un spectateur masculin conseille et complimente la joueuse.	Équipe 1, peu d'interactions sur le terrain. Équipe 2, plus d'interactions sur le terrain et de coopération dans le jeu.
Ambiance générale	Ambiance conviviale et bienveillante.	Ambiance très conviviale et entraide visible notamment envers les personnes qui semblent débutantes.	Ambiance calme et peu expressive.	L'ambiance est bonne dans les 2 équipes même si dans le jeu la différence est plus marquée.

CHAPITRE 3

Déplacer les inégalités : le niveau comme condition d'accès à la mixité compétitive

Si la mixité peut transformer certaines représentations et comportements, elle se heurte à une réalité, elle aussi socialement incorporée, celle du niveau sportif. Le précédent chapitre a montré que la mixité pouvait reconfigurer certains rapports sociaux. Le présent chapitre montre que les conditions qui permettent cette reconfiguration ont des limites. La troisième hypothèse met en évidence la manière dont la mixité peut paradoxalement reproduire les inégalités qu'elle prétend dépasser, en substituant au critère du genre celui du niveau sportif. Bien qu'il semble neutre, il masque en réalité des inégalités produites par une socialisation sportive historiquement genrée. Au sein de l'échantillon, 16% déclarent être des débutant·es et 84% confirmé·es, ce qui permet d'observer les dynamiques concernant le niveau de pratique comme substituable au genre.

3.1. La neutralité apparente du niveau

Le premier constat issu du terrain est que, dans les formats mixtes non-obligatoires, comme c'est le cas dans la majorité des disciplines au sein du Comité de Paris, le niveau sportif tend à remplacer le genre comme critère de sélection. À première vue, ce déplacement semble constituer un progrès, car il signifierait que les pratiquant·es sont jugé·es en fonction de leurs compétences. Un volleyeur le formule ainsi : « *La question c'est : est-ce que cette personne-là a le niveau pour moi, non pas est-ce que c'est une fille* » (Annexe D – entretien 3). Une volleyeuse partage la même logique : « *on recherche des gens de bon niveau et fille ou garçon ça nous est égal* » (Annexe D – entretien

7). Ces témoignages laissent penser que le genre disparaît des critères de sélection, au profit d'une évaluation exclusivement sportive. Ce que confirment les données quantitatives. Le niveau, reste le critère principal perçu comme source d'inégalités. En effet, parmi celles et ceux pratiquant en mixité ou en mixité choisie, 40% estiment que les inégalités proviennent avant tout du niveau et 28% du gabarit. En réalité, seulement 13% attribuent ces inégalités au genre, soit moins que celles et ceux qui considèrent qu'aucun critère n'accroît les inégalités (15%). Cette dimension montre que la différenciation perçue n'est pas systématiquement attribuée au genre, mais à des éléments sportifs. Cependant, cette interprétation occulte le fait que le niveau n'est pas une donnée naturelle (cf. Schéma 7).

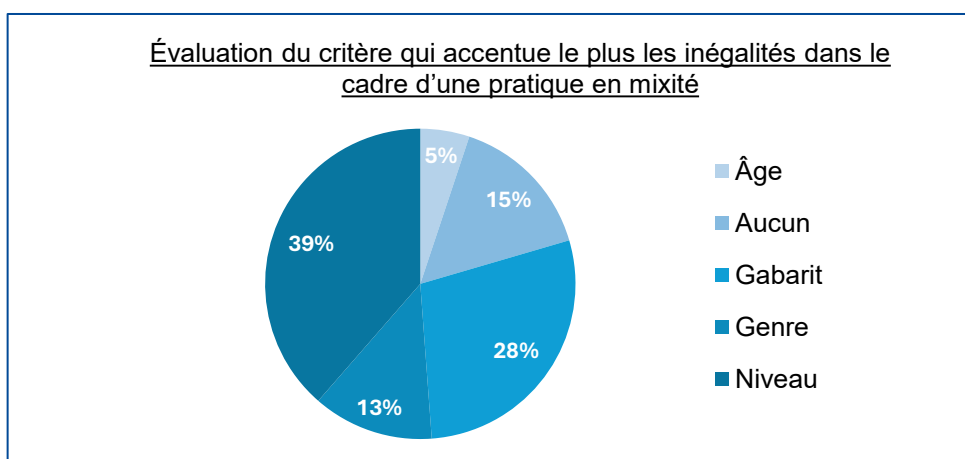


Schéma 7 : Ce graphique représente la répartition des réponses identifiant le critère jugé le plus déterminant dans la production d'inégalités en contexte de mixité, pour les répondant·es pratiquant en mixité. Parmi les propositions proposées : le genre, le niveau, le gabarit, l'âge et autre.

Pourtant, le caractère neutre du niveau, c'est-à-dire son indépendance supposée du genre, apparaît plus ambigu lorsqu'on observe la réalité des pratiques. En football, un enquêté l'exprime explicitement à propos de la seule femme de son équipe : « *Elle est intégrée chez nous parce qu'elle est forte [...] elle met tout le monde d'accord* ». Il précise ensuite pour lui et ses coéquipiers, « *qu'elle n'est pas considérée comme une femme, elle est considérée comme une joueuse à part entière* » (Annexe D – entretien 1). Or, cette reconnaissance repose sur une condition, sa performance. On perçoit une forme de domination symbolique qui suggère que la femme n'est légitime que si elle atteint un certain niveau : être reconnue comme joueuse suppose d'effacer son genre par la performance. En effet, dans les formats mixtes par défaut, comme en foot à 11 ou en handball, la présence de femmes dans les équipes est faible voire inexistante. Le même joueur de foot à 11 affirme que « *En dix ans de pratique, je n'ai jamais vu, une femme jouer dans les autres équipes* », en précisant qu'il évolue au plus haut niveau. Il précise même qu'elle constitue « *l'exception* ». Cette formulation illustre à la fois, la rareté des femmes dans les formats mixtes non obligatoires, et le caractère conditionnel de leur présence. D'autres enquêtés reprennent à des degrés divers cette même logique, en affirmant que le niveau efface le genre pour celles et ceux qui l'atteignent laissant entendre qu'il réapparaît pour ceux qui ne l'atteignent pas. Ce même joueur de foot dit que « *les équipes en haut du classement, ce sont les équipes dans lesquelles tout le monde à un niveau assez homogène, donc il n'y a pas vraiment de différence entre meuf et gars* ». Ce propos laisse entendre que plus l'on descend dans un classement, plus les différences réapparaissent. En résumé, le genre ne disparaît pas, il est masqué par le niveau, lorsque celui-ci est suffisamment élevé. Ces témoignages confirment que le niveau agit comme un filtre qui en apparence neutralise le genre, mais qui en réalité, le reproduit sous une forme plus acceptable socialement. Dans les formats de mixité par défaut (non-obligatoire), le niveau apparaît comme l'outil dominant de légitimation des pratiquant-es.

3.2. Le niveau sportif comme produit d'une socialisation genrée

Si dans les représentations des pratiquant-es le niveau apparaît neutre, il semblerait intéressant d'en interroger les conditions de production. En effet, comprendre pourquoi les femmes sont sous-représentées et moins expérimentées dans des formats mixtes compétitifs n'est pas une question de capacités, mais de socialisation sportive, d'accès et de trajectoires différenciés selon le genre. Alors pourquoi le niveau est-il un critère genré ? Comme le montre Detrez (2002) le niveau n'est pas une donnée naturelle, mais le produit d'années de pratiques, d'entraînement, mais aussi d'opportunité et d'accessibilité. Or, ces conditions ont été historiquement distribuées de manière inégale entre les hommes et les femmes. Ces dernières ont eu tardivement accès au sport compétitif dans des structures moins bien dotées, avec moins de reconnaissance sociale et moins de modèles. Leur sous-représentation notamment dans les championnats mixtes relève non pas de capacités inférieures, mais d'accès inégaux à la pratique (Rouyer et al. 2018).

Un pratiquant en foot l'exprime ainsi « *ce retard, c'est un retard de société* » (Annexe D – entretien 9). Cette affirmation résume ce que la littérature démontre à savoir que le niveau sportif des femmes est en partie le produit d'inégalités sociales. Une pratiquante de canyoning admet, à propos des hommes dans sa pratique « *aujourd'hui les faits sont là, qu'ils ont plus de compétences que nous* » ((Annexe D – entretien 10). Ainsi, le niveau n'est pas neutre mais genré dans ses conditions de production et notamment d'accès historiquement inégal à la pratique. Il est tout de même important de rappeler que ces inégalités ne se jouent pas uniquement entre les sexes. Au sein d'un même groupe, des différences de niveau apparaissent en fonction de l'accès à la pratique, de l'encadrement ou du capital sportif. Ce rappel important illustre davantage que le niveau est toujours socialement situé et jamais purement individuel. Cependant, à l'échelle du genre, les inégalités structurelles de socialisation se superposent aux trajectoires individuelles.

Les données de terrain confirment cela. Un joueur de foot, ayant fait une transition de genre, explique que « *Souvent ce sont les filles qui débutent et les gars qui sont très fort quoi* ». Il ajoute « *je pense qu'il y a ce truc là aussi avec le retard, mais au global de la société, qui fait que les filles sont un peu moins fortes que les garçons parce qu'il y a eu moins de moyens, ça a moins été développé* » (Annexe D – entretien 9). Ce constat indique que les pratiquant·es perçoivent eux-mêmes les écarts de niveau comme produit d'une histoire sociale, même si rien n'empêche que cette perception coexiste avec des représentations contradictoires. Les données quantitatives pointent une tension entre un idéal et la réalité pratique. 94% des répondant·es pratiquant en mixité et mixité choisie estiment qu'il n'est pas nécessaire d'avoir un bon niveau pour pratiquer dans ce format. Parmi elles et eux, 69% pensent que des débutant·es et confirmé·es peuvent évoluer ensemble. Ces chiffres témoignent d'une volonté d'ouverture à tous les niveaux quelle que soit l'identité des pratiquant·es. En revanche, 66% du même panel, estime que la mixité fonctionne seulement quand le niveau est homogène. Si ces deux derniers chiffres ne sont pas contradictoires, ils reflètent néanmoins une nuance. Les pratiquant·es pensent que la mixité est possible avec des niveaux hétérogènes, mais qu'elle l'est davantage avec des niveaux homogènes. Or, les femmes sont statistiquement plus débutantes et moins expérimentées du fait de leur socialisation tardive. Ainsi, plus le niveau général est élevé, moins les écarts sont tolérés, et plus les femmes, souvent positionnées comme moins expérimentées, se retrouvent écartées. L'ensemble des entretiens converge sur un constat : plus le niveau augmente, plus les femmes sont sous-représentées, notamment dans les pratiques sportives où la mixité n'est pas rendue obligatoire. En volleyball, les personnes interrogées affirment que le niveau est devenu un critère déterminant : un pratiquant explique que dans son club, il faut pour rentrer « *passer une séance d'essai* », pour évaluer le niveau des arrivants. En foot, un joueur reconnaît que son équipe n'est pas faite pour les débutant·es : « *Notre équipe, ça ne se prête pas à démarrer le foot* » (Annexe D – entretien 9). Plus le niveau est élevé, moins il y a de femmes, mais moins il y a de femmes, moins la mixité existe. Or, sans mixité, les conditions

d'accès des femmes ne changent pas. Ces mécanismes sont davantage visibles dans les espaces où la mixité n'est pas obligatoire. À l'inverse, dans les pratiques mixtes formalisées comme le modèle de foot à 7 en mixité réelle ou celui d'équimixte en volleyball, la présence de femme est réglementée par un quota. Cela confirme ce que montraient les résultats sur les règles : sans dispositif contraignant, la non-mixité se réimpose naturellement, du fait des conditions structurelles reproduisant les inégalités de socialisation sportive, souvent sans intention explicite.

Les enjeux compétitifs ne font qu'amplifier ce phénomène. Si en théorie pratiquer en compétition est accessible à tous et toutes, ce n'est pas réellement le cas en pratique. L'enjeu compétitif peut accentuer les écarts de niveau. Les entretiens montrent que plus l'enjeu compétitif augmente, plus la mixité devient compliquée à maintenir. Un joueur de foot dit « *plus le niveau monte, moins la mixité est possible dans le format non obligatoire* ». Il ajoute aussi « *la compétition au plus haut niveau [...] est un bloquant. Enfin, le modèle dominant qui est élitiste fait que la mixité est moins favorable à ce niveau-là* » (Annexe D – entretien 1). La logique compétitive élitiste renforce la sélection par le niveau, excluant au passage majoritairement les femmes dans les formats où la mixité n'est pas imposée. Ainsi, l'idée d'un niveau neutre, apparaît comme un critère égalitaire, alors qu'il est en réalité profondément genré dans ses conditions de production. Il semble effacer le genre pour celles et ceux qui atteignent l'excellence et exclut les autres qui n'ont pas bénéficié des mêmes opportunités de socialisation sportive. Ainsi, le niveau devient un substitut acceptable au genre dans les formats mixtes non-obligatoires, reproduisant les inégalités sous forme plus légitime socialement.

3.3. La reconstitution partielle de mécanismes genrés

Si dans l'ensemble le niveau semble être le principal filtre structurel, il n'agit pas seul. Différents mécanismes illustrent comment le niveau, peut reconstituer des hiérarchies de genre dans les pratiques mixtes. La première est la répartition genrée des postes. Plusieurs enquêtes reconnaissent avoir des tendances,

inconscientes ou non, à attribuer aux hommes les postes les plus physiques, notamment dans les sports où les règles ne sont pas formalisées par la parité. Ce mécanisme est notamment visible dans les pratiques collectives où des rôles spécifiques sont attribués. Pour contrer cela, certains mettent en place des dispositifs. Dans son équipe de foot à 7 auto-arbitrée, un des enquêtés affirme qu'avec son équipe, il s'est rendu compte de ce phénomène de « *colonne vertébrale* », c'est-à-dire des rôles décisifs (défenseur central, milieu et attaquant) quasi systématiquement composés d'hommes (Annexe D – entretien 9). Pour remédier à cela, l'équipe a décidé de faire les compositions avant les matchs, sans modifications possibles. En handball, les enquêtés se rejoignent sur un point : l'entraîneur joue un rôle essentiel dans la redistribution des postes. Un joueur explique que son entraîneur est engagé dans la lutte contre les biais liés aux postes genrés et l'attribution de ceux décisifs aux hommes. Il n'hésite pas à positionner les femmes dans des postes connotés masculins. Ces exemples illustrent que la répartition genrée ne relève pas d'une différence de capacité, mais de représentations incorporées qui assignent à chacun·e un rôle. Ces représentations persistent même chez des pratiquant·es engagé·es dans des formats mixtes organisés.

« Les dynamiques se reproduisent dans un cas où le genre n'est plus au centre de cette question »

Joueuse de volleyball.

Un deuxième mécanisme est celui de la confiance en soi. Une des enquêtées confie à propos de sa pratique mixte en handball « *j'ai moins confiance quand je joue, je ne vais pas au tir alors que contre des filles je tirais* ». Elle ajoute que l'adaptation est globale « *tu n'as pas le même jeu [...] tu t'adaptes* » (Annexe D – entretien 8). Cette perte de confiance reflète l'intériorisation des hiérarchies de genre. Certaines femmes ayant parfois développé des sentiments d'infériorité ou de non-légitimité dans le sport, en général et en présence d'hommes, en mixte. Entre injonction à performer et sentiment de ne pas être à leur place, les femmes sont sujettes à des pressions contradictoires constantes, ce que Mennesson (2011) identifie

comme la double contrainte des sportives : performer sans être masculine, et s'investir sans prendre trop de place. Dans le cadre de la mixité compétitive, la présence d'hommes peut réactiver des représentations d'infériorité que la socialisation a progressivement incorporées.

Un troisième mécanisme est celui des stratégies de jeu comme moyen socialement acceptable de réactiver les hiérarchies de genre. En badminton, une pratiquante illustre parfaitement cette logique dominante en affirmant que cibler la personne perçue plus faible est présenté comme un choix tactique. En revanche, elle affirme que cela se superpose systématiquement au genre : elle dit que très souvent les hommes renvoient la balle vers les femmes comme un automatisme.

Lors d'une observation, pendant une finale d'un tournoi de volleyball deux stratégies opposées entre les équipes, montrent l'influence des dispositions individuelles en mixité. Dans une première équipe, les femmes occupent les rôles décisifs : elles sont très sollicitées, elles smashent et servent. Dans la seconde, elles occupent des postes de passeuses et participent moins aux moments offensifs. Dans ce format en équimixte, 4 contre 4 particulièrement intense, ces choix deviennent particulièrement visibles. Ces deux configurations montrent que la stratégie peut redistribuer les responsabilités ou reconduire des rôles sexués incorporés. Ce n'est pas plus le format que les dispositions des individus qui le composent. La stratégie devient alors ce moyen de reproduction des hiérarchies, d'autant plus que dans la logique compétitive, il est difficile à contester. Il illustre comment d'autres critères se superposent au genre. En ultimate, sport mixte institutionnalisé, l'étude de Guérandel et Beyria « *Le sport, lieu de questionnement des rapports sociaux de sexe ?* », montrent comment la mixité même construite comme fondement de la discipline ne supprime pas les hiérarchies, mais les déplace dans les interactions de jeu et les choix tactiques. Leurs observations montrent que les passes décisives sont adressées aux hommes, dans les moments décisifs, les femmes comme soutiens ou relais. Ce mécanisme étant toujours justifié comme stratégique et donc présenté comme traduction sportive de rapports sociaux, il montre au final comment la mixité compétitive

peut déplacer des hiérarchies de sexe, en les inscrivant dans des logiques compétitives.

Un quatrième mécanisme est celui de la sélection par le niveau, qui agit dans ce sens comme outil genré. Dans plusieurs disciplines, les enquêtés, en volleyball, en football, en handball, rendent compte que le critère de niveau a fortement progressé. Depuis sa création le format de l'équimixte en volleyball, est de plus en plus populaire comme l'affirme un pratiquant « *le niveau a monté d'un coup* » (Annexe D – entretien 3). Les équipes mixtes étant moins répandues que les formats de non-mixité, le nombre de places reste parfois restreint. Sélectionner par le niveau devient alors un filtre qui reproduit les inégalités de genre sans les nommer. La question de niveau va parfois au-delà de la performance et interroge la sécurité. Dans certaines disciplines comme l'escalade et le canyoning, plus un pratiquant est expérimenté, plus il est capable de sécuriser un grimpeur ou d'ouvrir une voie. Même si des outils de sécurité existent, rien ne remplace l'expérience. En canyoning une pratiquante témoigne que la faible féminisation de la pratique fait que les femmes sont souvent moins expérimentées, créant ainsi un cercle vicieux : moins les femmes sont expérimentées, moins elles peuvent sécuriser, renforçant de ce fait leur dépendance aux hommes. Une grimpeuse explique pour le canyoning « *si tu ne sais pas poser un rappel, tu évites d'y aller parce que tu es mal [...] ce n'est pas une question de genre, c'est une question de sécurité* » (Annexe D – entretien 10). Concernant cette question de sécurité, en handball, les enquêtés témoignent que la vigilance de l'arbitrage renvoie aussi à des questions de sécurité. Un d'entre eux explique que « *dès qu'il y a le contact on siffle* » (Annexe D – entretien 6)., pour ne pas faire perdurer l'action et éviter que les différences de gabarit ne deviennent dangereuses.

Ainsi, la question du gabarit mérite d'être posée. Outre les écarts de niveau, produit d'une socialisation inégale, les différences morphologiques moyennes entre les femmes et les hommes constituent une réalité biologique que l'analyse ne peut ignorer. Cependant, la manière dont ces différences sont interprétées et encadrées, relève d'une construction sociale. Adapter ou non les règles est un choix, que

chaque discipline se doit d'interroger pour encadrer au mieux la mixité. Les données le confirment, 28% des répondant·es estiment que le gabarit est la première source d'inégalités dans leur pratique mixte. En résumé, ce qui est biologiquement réel devient socialement déterminant. C'est là que se rejoignent les questions des inégalités de niveau et de gabarit.

3.4. Des inégalités déplacées vers de nouvelles possibilités

Les mécanismes décrits précédemment tendent à conclure en un même constat, la mixité compétitive ne supprime pas les inégalités, mais elle les déplace. Le niveau sportif tend à reconstituer les mêmes hiérarchies que le genre, sous des formes plus légitime socialement. Les données quantitatives le confirment : 52% des répondant·es au questionnaire estiment que c'est la compétition qui renforce les inégalités de genre. Si les résultats précédents montraient que 50 % estiment qu'une augmentation du niveau rend la mixité difficile à maintenir, ce chiffre illustre que plus les enjeux compétitifs augmentent, plus les asymétries de socialisation sportive se font sentir. Par ailleurs, 39% considèrent même qu'il faut être performant pour accéder à la pratique mixte, ce qui confirme que la mixité compétitive est dans les faits conditionnée par le niveau, et dans la logique du raisonnement par le genre. Par ailleurs à la question : qui est le plus performant au sein de ma discipline ? : 46% des répondant·es n'observent pas de différences de performance, 52% répondent que ce sont les hommes et 2% répondent que ce sont les femmes. Parmi celles et ceux ayant répondu·es que les hommes sont les plus performants, 24% des répondant·es sont des femmes, sachant qu'elles sont moins représentées dans l'échantillon. Ces données traduisent de la persistance des représentations hiérarchisées des performances qui structurent toujours les perceptions au sein même d'espaces se voulant égalitaires. Dans les résultats quantitatifs, le manque de femmes et les différences physiques apparaissent comme les principaux freins à la mixité, chacun recueillant 22% de réponses ; viennent ensuite les représentations (18%) et les différences de niveau (17%). Si aucun frein ne fait statistiquement consensus, celui qui ressort le plus nettement,

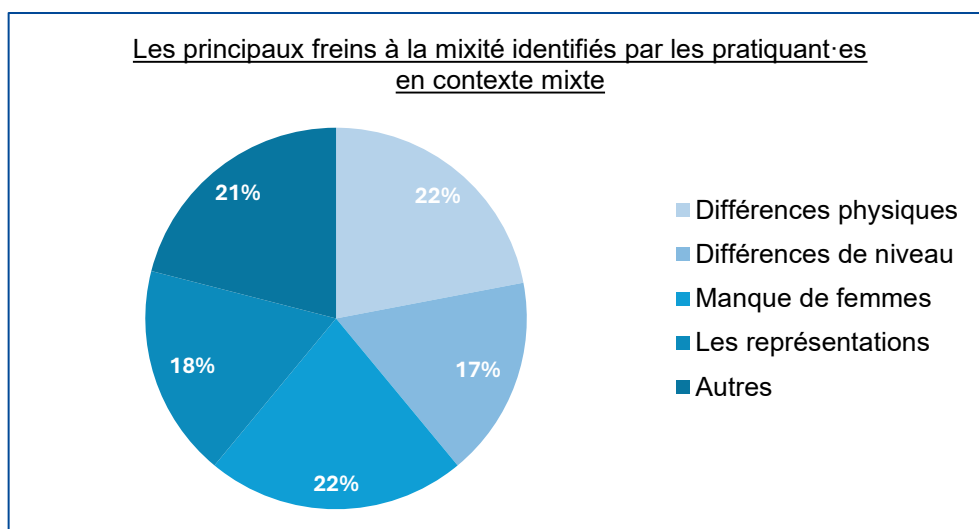


Schéma 8 : Ce graphique représente la répartition des réponses concernant les principaux freins à la mixité pour les pratiquant-es en contexte mixte. Il permet aux répondant-es de sélectionner une réponse. La partie autres comportant quatre autres options parmi lesquelles : manque d'homme, manque de personnes ne se reconnaissant pas dans les catégories de genre indiquée, manque d'intérêt et autres.

dans la littérature comme dans les analyses qualitatives et quantitatives, est le manque de femmes (cf. Schéma 8). Ce constat renvoie au déficit de participation féminine dans les pratiques sportives compétitives, produit de socialisations différenciées et d'accès inégaux à la pratique. Cette sous-représentation est elle-même le résultat d'un système sportif pensé historiquement par et pour les hommes, qui produit en continu des conditions défavorables à la participation féminine. Le niveau sportif n'est en réalité qu'une face visible d'une inégalité plus ancienne.

L'analyse des entretiens conclut à un paradoxe, la mixité compétitive semble fonctionner principalement pour les femmes qui ont le niveau. Toutes celles interrogées évoluent effectivement dans de bonnes équipes, ce qui confirme que l'accès à la mixité compétitive est conditionné à la performance, excluant de fait celles qui n'ont pas bénéficié de mêmes conditions de socialisation. Cependant, ce constat n'est pas sans issue et les mécanismes ne sont pas immuables. Les mêmes espaces peuvent également être lieu de rééquilibrage du jeu. Lorsque les conditions d'accès à la pratique sont équilibrées, le niveau ne dépend plus des frontières de genre : « *Il y a des filles qui ont un meilleur niveau que moi et qui marquent plus de buts* » (Annexe D – entretien 6). Cette déclaration d'un

pratiquant en handball montre bien comment lorsque les conditions de départ sont égales, les hiérarchies de genre s'effacent. La mixité peut donc transformer les représentations, mais aussi les pratiques elles-mêmes. De l'ensemble des entretiens ressort la même idée, la mixité transforme les manières de jouer, d'agir et d'interagir. Dans la totalité des disciplines étudiées, elle est décrite comme rendant le jeu plus collectif, plus technique, et même parfois moins violent. Les hommes semblent ajuster leur intensité et adoptent des comportements plus coopératifs ; tandis que les femmes trouvent un espace où elles peuvent développer des compétences dans un contexte différent de celui du non-mixte. Celles interrogées pratiquant notamment des sports collectifs, volleyball et handball, affirment que le contexte mixte leur a permis de s'affirmer dans le jeu ou d'occuper davantage l'espace. C'est la reconfiguration du jeu, confronté à des gabarits et styles de jeu différents qu'elles ne connaissent pas, et non la présence d'hommes qui leur fait développer de nouvelles ressources.

Tous les pratiquant-es apportent des qualités qu'elles/ils développent et partagent naturellement. Dans une pratique sportive, la diversité des profils oblige chacun-e à revoir ses acquis et développer de nouvelles ressources. Pour les sports collectifs, cela constitue le principe même de la discipline et pour les sports individuels, cela participe au partage de savoir. La mixité n'échappe pas à ce mécanisme de mise en commun des compétences. Les femmes, souvent socialisées dans des pratiques moins compétitives et les hommes, habitués à jouer sur leur puissance physique, apprennent ensemble à trouver un équilibre, que les règles mises en place favorisent parfois (Davisse et Louveau, 1998). Une joueuse de handball témoigne que malgré une crainte initiale face aux gabarits masculins, elle a rapidement trouvé sa place, d'une façon qu'elle n'avait pas expérimentée en non-mixité : *« J'ai été réconfortée parce que c'est un sport assez violent et au final voilà, je trouvais qu'on pouvait quand même en tant que femme y trouver sa place »* (Annexe D – entretien 8). Une volleyeuse observe quant à elle une progression accélérée chez les joueuses de son club permise par la variété des profils : *« Il y a par exemple une fille qui a commencé le volley il n'y a pas très longtemps, mais elle a énormément progressé. Je pense que c'est parce que les gars la considèrent comme ayant un vrai potentiel »* (Annexe D – entretien 7). Un joueur de foot admet que jouer avec des femmes a peu à peu développé une lecture du jeu plus collective, là où il jouait sur sa puissance physique : *« Dans notre jeu, ça nous aide à être moins individualistes »* (Annexe D – entretien 1). Ce même joueur qui pratique depuis très jeune et qui est maintenant expérimenté dans les modèles mixtes admet que cela a *« révolutionné beaucoup de choses dans sa façon de jouer »*. Les règles adaptées notamment, permettent à chacun-e, l'acquisition de nouvelles compétences et contribuent à créer un espace d'entraide et de circulation de jeu. Les enquêtés, ayant pratiqué dans des contextes non-mixte, témoignent que la pratique mixte constitue tout de même un jeu différent, qui en rebat les cartes et oblige à revoir les acquis technicotactiques développés au cours de la socialisation sportive. La mixité impose à tous des adaptations individuelles technicotactiques qui ne changent pas, selon les pratiquant-es, la logique interne de leur activité. En revanche,

elle contraint, de manière non-restrictive, à une forme de rééquilibrage du jeu. Ce rééquilibrage de la pratique passe notamment par les adaptations réglementaires. Il constitue pour l'ensemble des interrogées une valeur ajoutée qui permet, au-delà du genre, une pratique plus collective et attentive aux autres, dans laquelle, tous s'épanouissent pleinement malgré les différences physiques, physiologiques et de niveaux. La confrontation des styles de jeu et ressources nourrit ainsi un développement commun des capacités technicotactiques, qui combinée aux règles adaptées, contribue à reconfigurer les manières de jouer propres à la mixité. La preuve en est que 61,7% des répondant-es au questionnaire estiment que des règles en mixité sont nécessaires pour rendre la pratique équitable dans des cadres majoritairement masculins. Ces règles créent des conditions d'équilibre afin que les pratiquant-es acquièrent, principalement dans les pratiques en équipes, des compétences réellement collectives. Ainsi, la mixité peut complexifier la gestion des écarts de niveau, qui deviennent plus sensibles et visibles lorsqu'ils se superposent à des différences de genre. Elle complique ainsi la répartition des rôles, qui est ou non réglementée, mais aussi la gestion des attentes collectives, davantage dans des équipes à fort enjeu compétitif. Si la mixité déplace les inégalités, elle porte aussi en elle les conditions de leur déplacement.

Les données valident ainsi cette hypothèse. Le niveau sportif fonctionne comme un obstacle structurel majeur à la portée égalitaire de la mixité de genre dans les pratiques compétitives au sein du Comité FSGT de Paris. Cet effet est plus particulièrement marqué dans les contextes où la mixité n'est ni encadrée, ni garantie, comme c'est le cas dans les pratiques mixtes par défaut, qui constituent la majorité des disciplines à l'échelle du Comité. L'analyse et la triangulation des résultats montrent que le niveau sportif est le produit d'une socialisation sportive historiquement genrée et d'un accès inégal aux trajectoires compétitives. Il tend à reproduire, sous couvert de mérite, des hiérarchies comparables à celle institutionnalisées par la bi-catégorisation du sport. Le constat principal est le suivant : plus les enjeux compétitifs sont élevés, plus les femmes sont sous-représentées. Cela s'explique avant tout par des

conditions de développement sportif différenciées entre les hommes et femmes, historiquement moins favorables à ces dernières. Lorsque la mixité est imposée, encadrée et réfléchie, ces mécanismes peuvent être en partie remis en cause. Les témoignages, les données quantitatives et les observations montrent ainsi comment la diversité des profils devient alors une ressource collective, en incitant chacun·e à développer de nouvelles compétences, notamment technicotactiques. Cette restructuration du jeu bénéficie également aux débutant·es, car les pratiquant·es plus expérimenté·es doivent réapprendre, ajuster ou intégrer de nouvelles règles. Cependant, ces dynamiques res-

sent en réalité fragiles, particulièrement lorsque les enjeux compétitifs se renforcent, ce qui tend à reproduire des logiques genrées. En résumé, pour que la mixité compétitive puisse durablement s'installer, il est nécessaire d'intervenir en amont, sur les conditions d'accès au niveau sportif, où se construisent les inégalités.

Tableau 3 – Résumé des observations concernant le niveau comme condition d'accès à la mixité compétitive.

Point observé	Volley (Obs.1) 20.04.2026	Tennis (Obs.2) 07.05.2026	Tennis de table (Obs.3) 11.05.2026	Volley (Obs.4) 17.05.2026
Niveau / confiance affichée	Joueuse de très bon niveau, confiance totale et pas d'hésitation ; confiance mutuelle entre coéquipiers.	Niveaux équivalents, jeu serré et équilibré ; la joueuse s'agace davantage contre elle-même en cas d'erreur.	Pas de différence de niveau visible dans la possession de balle. Les hommes tendent à frapper plus fort et davantage « donner des conseils »	Équipe 1, la nouvelle joueuse semble réservée car elle ne connaît pas les autres. Équipe 2, la cohésion est évidente et la confiance semble présente.
Différences visibles	Aucune différence hormis la taille ; niveau perçu comme homogène.	Aucune différence visible, jeu équilibré entre les deux joueur·euses.	Pas de différence de niveau notable, mais tendance des hommes à occuper une posture de conseiller.	Hormis la stratégie, il n'y a pas vraiment de grande différence entre les deux équipes.
Inégalités observées / déplacées	Pas d'inégalités apparente dans l'accès à la balle, mais la taille peut (quel que soit le genre) structurer les rôles.	Aucune inégalités visible dans le déroulement du jeu ; le dispositif de handicap au score reste disponible mais non utilisé.	Pas d'inégalité dans la possession, mais une hiérarchie symbolique se maintient via prise de parole.	Dans les stratégies on remarque des disparités. Équipe 1, plus le match avance et plus le jeu devient fluide avec la nouvelle coéquipière.

CONCLUSION

Cette recherche, fondée sur une étude de cas au sein du Comité FSGT de Paris, avait pour objectif de comprendre dans quelle mesure la mise en place d'une pratique sportive mixte compétitive, telle qu'expérimentée par le Comité, constitue une nouvelle norme sportive susceptible de reconfigurer les rapports sociaux dans le sport et la société. Il s'agissait d'analyser en quoi la pratique mixte et sa structuration peut reconfigurer les rapports sociaux de genre dans un espace historiquement façonné par la bi-catégorisation et la non-mixité. Pour ce faire, ce travail a pour objectif d'identifier les conditions de réussite de la pratique mixte, mais aussi ses effets sur les pratiquant·es ainsi que ses limites. Les premières parties de ce travail ont montré que la non-mixité est le produit d'une longue construction historique, institutionnelle et sociale. Elle n'est pas un état naturel ou lié à une nécessité fonctionnelle. Les différentes parties de ce mémoire ont mis en évidence que la manière dont le sport s'organise autour de la compétition entretient et prolonge ces logiques. Il influence ainsi la façon dont la mixité se construit et se vit. Dans ce cadre, la mixité apparaît comme une rupture avec les normes établies. Le fait qu'elle ne relève pas d'un besoin exprimé, mais qu'elle nécessite une réflexion et une structuration qui lui sont propres confirme encore qu'elle va à l'encontre du modèle sportif dominant et qu'elle remet en cause ce modèle empreint de stéréotypes et de représentations sociales.

Les résultats, organisés autour de trois hypothèses, permettent de dresser un portrait nuancé de la mixité compétitive. Si elle n'est ni une utopie, ni universelle, elle constitue tout de même un processus en construction, porteur de transformations et de limites structurelles persistantes.

La première hypothèse est confirmée : l'adaptation des règles constitue un prérequis structurel à la mixité compétitive dans les disciplines où les déséquilibres de socialisation sportive et le gabarit sont les plus perceptibles.

La formalisation de quotas de parité représente déjà, à elle seule, une règle parfois suffisante pour assurer la présence féminine, tant ce sont elles qui sont absentes des formats mixtes par défaut. Les ajustements réglementaires permettent de répondre aux inégalités de gabarit inévitables et de répondre aux inégalités issues de socialisations sportives différenciées. Toutefois, certaines règles demeurent spécifiques, selon les pratiques, et constituent des dispositifs transitoires appelés à évoluer au rythme de la réduction des inégalités de socialisation et de la féminisation des pratiques. Pour rappel, 81% des pratiquant·es qui disposent de règles adaptées considèrent ces règles comme nécessaires, témoignant de l'acceptation de l'intégration progressive d'une nouvelle norme sportive qui repense le modèle compétitif actuel.

La deuxième hypothèse est partiellement validée. En effet, si la mixité compétitive permet des transformations dans les comportements et les représentations, ces évolutions ne sont que conditionnelles. La coprésence de femmes et d'hommes sur un terrain modifie les manières de jouer, favorise des socialisations inédites débordant du cadre sportif et contribue à faire évoluer certaines représentations, plus particulièrement chez les hommes. Toutefois, ces effets positifs de la mixité ne sont ni automatiques, ni uniformes, ni définitifs. En effet, chez certains, des comportements genrés, des hiérarchisations et des dynamiques de domination se reconstituent et se reproduisent sur et en dehors du terrain. La mixité peut transformer les comportements dans la pratique sans pour autant remettre en cause les dispositions et représentations incorporées au cours de la socialisation différenciée. Ainsi, pour durablement reconfigurer les rapports sociaux, la mixité doit s'inscrire dans un cadre porteur de valeurs, animé et porté par des personnes sensibilisées et formées. Ces dernières doivent également adopter, une posture attentive à la reproduction de mécanismes engendrant des inégalités dans les espaces sportifs ou non-sportifs.

Enfin, la troisième hypothèse est également confirmée.

Le niveau sportif fonctionne comme un substitut socialement acceptable à la différenciation de genre. Dans les modèles mixtes non-obligatoires, il tend en effet à reproduire certaines hiérarchies, semblables à celles instituées par la bi-catégorisation, sous une forme plus socialement acceptable. Plus il y a d'enjeux compétitifs, plus le niveau est élevé et moins les femmes sont représentées. Ce constat résulte en partie d'un accès historiquement inégal des femmes à la pratique, à l'entraînement et à la reconnaissance. Le niveau fonctionne comme un critère apparemment neutre et uniquement sportif, ce qui lui permet de masquer les inégalités sociales qui le structurent. Sans dispositifs régulateurs, la non-mixité tend alors à se réimposer d'elle-même.

En réponse à la problématique, la mixité compétitive, telle qu'elle est expérimentée par le Comité FSGT de Paris, constitue une nouvelle norme sportive alternative, fondée sur l'équité et la coopération plutôt que sur la hiérarchisation. Elle transforme certaines règles du jeu, certains comportements et certaines représentations, mais elle ne reconfigure pas les rapports sociaux automatiquement et uniformément. Pour devenir une norme à part entière, elle exige différentes conditions que cette recherche a permis d'identifier : la mise en place de règles adaptées aux spécificités de chaque discipline, la parité dans les formats collectifs, un encadrement engagé et formé, un cadre institutionnel porteur de valeurs et une attention permanente aux mécanismes de domination et de reproduction des inégalités dans tous les espaces. Enfin, elle suppose d'agir en amont, là où se construisent les écarts de socialisation qui conditionnent différents éléments, dont l'accès au sport et, plus largement, à la compétition.

Il convient de restituer la recherche et les résultats dans leur terrain singulier. Les effets observés ne sont pas dissociables du cadre fédéral de la FSGT dans lequel ils s'inscrivent : la dédramatisation de l'enjeu compétitif, l'atmosphère de convivialité et l'engagement militant sont des dimensions qui relèvent à la fois de la mixité, mais aussi d'une culture institutionnelle située. Cette objectivation confirme une fois de plus que la mixité ne suffit pas à elle

seule, mais qu'elle doit s'articuler dans un projet collectif qui la façonne.

Cette recherche comporte différentes limites qu'il convient d'évoquer. La population enquêtée présente une surreprésentation masculine, justifiée par la composition de l'échantillon d'hommes au sein même des licenciés du Comité FSGT de Paris. Par ailleurs, le système de licences déclaratives selon un choix binaire homme-femme, ne permet pas de distinguer les personnes aux identités de genre différentes, constituant ainsi un angle mort méthodologique. Enfin, la temporalité de la recherche ne permet pas d'observer les effets à long terme de la mixité sur les trajectoires individuelles, ni d'étudier spécifiquement chaque discipline dans ses particularités, ce qui mériterait d'être fait.

Ces limites ouvrent des perspectives. La première est celle de la féminisation générale des pratiques sportives. La mixité compétitive ne peut prétendre devenir une norme durable que si elle s'appuie sur des politiques de développement de la participation féminine. Elle ne peut compenser à elle seule les inégalités et les déséquilibres liés à la socialisation sportive qui se construisent en amont de la compétition et qui dépassent largement le cadre de la FSGT et du Comité de Paris. La deuxième est celle de la binarité qui même dans un environnement engagé, pointe les limites d'un modèle mixte largement structuré autour de l'opposition femmes et hommes. Penser la mixité, dans sa définition la plus large, suppose d'envisager des formats capables d'accueillir la diversité des corps et des identités. La troisième est d'ordre institutionnel. Si des organisations comme la FSGT et ses Comités peuvent devenir de réels terrains d'expérimentation là où les fédérations unisports ne proposent pas d'alternative, leurs initiatives restent en marge du sport institutionnel dominant. Pour que la mixité compétitive puisse réellement s'imposer comme norme alternative, un engagement à plus grande échelle reste à initier. Une quatrième perspective, cette fois méthodologique, s'impose. Il est nécessaire d'étudier les disciplines une par une. En effet, cette recherche a mis en évidence que certaines pratiques présentent de réelles spécificités, parfois très marquées, pour être analysées de manière générale et transversale. C'est notamment le cas du judo, sport de combat et de

contact, a priori peu compatible avec une confrontation mixte directe. Cependant, comme de nombreux autres sports, les compétitions s'organisent également autour d'équipes mixtes. La Gokyo Cup, coupe des clubs organisée par le Paris Sud Judo et le Comité FSGT de Paris, en est un exemple : elle réunit des équipes mixtes constituées selon des quotas, dans un format fonctionnel. Les cultures sportives et les logiques internes de chaque activités méritent d'être étudiées individuellement afin de rendre compte des conditions de mise en œuvre de la mixité.

En somme, il importe de ne pas confondre égalité et mixité, car le simple fait de réunir femmes et hommes sans un même espace sportif ne garantit ni des conditions réellement équitables, ni une transformation durable des rapports sociaux. La mixité est nécessaire à l'égalité, mais loin d'en constituer un aboutissement. La mixité compétitive, une fois pensée et portée collectivement, peut devenir un modèle sportif alternatif qui contribue à remettre en cause la reproduction des inégalités. Enfin, le sport lui-même ne constitue pas seulement un terrain de jeu, mais un espace privilégié pour expérimenter les conditions d'une société plus égalitaire et interroger la capacité des institutions à reconnaître la diversité des corps, des trajectoires et des rapports sociaux.



Photo 19 : *Tournoi de Judo par équipes mixtes
organisé par le Paris Sud Judo (Gokyo Cup 13 juin 2026)
(Photo prise par Thierry Albisetti - t.albisetti@gmail.com)*

BIBLIOGRAPHIE

Sources académiques

- Anderson, E. (2009). *Inclusive Masculinity: The Changing Nature of Masculinities*. Routledge. Arborio &
- Attali M., et Saint Martin J. (2010). *Dictionnaire culturel du sport*. Armand Colin.
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Anchor Books.
- Blanchet, A., & Gotman, A. (2007). *L'entretien*. Armand Colin.
- Bohuon, A. (2010). Sport et bi-catégorisation par sexe : Test de féminité et ambiguïtés du discours médical. *STAPS*, 90, 80-91.
- Bohuon, A. (2012), *Le Test de féminité dans les compétitions sportives. Une histoire classée X ?* Paris : Éditions iXe.
- Bonnet, M. (2009). Compte rendu de *La rigueur du qualitatif. Les contraintes empiriques de l'interprétation socio-anthropologique* de Jean-Pierre Olivier de Sardan. *Bulletin Amades*, 79.
- Bourdieu P., (1980), *Le sens pratique*. Les Éditions de Minuit.
- Bournissen, M., de Gaspari, P., & Palazzo, S. (2017). Des discriminations effectives et cachées dans des pratiques sportives institutionnalisées. *Cahiers de la LCD. Lutte Contre les Discriminations*, (2), 55–70.
- Bréau, A., & Lentillon-Kaestner, V. (2017). Les garçons face à la mixité et à la non-mixité en EPS. *Revue eJRIEPS*, 40, 4-30.
- Bréau, A., Hauw, D., et Lentillon-Kaestner, V. (2018). Plus libres sans les garçons ? Une analyse des manières de « faire le genre » chez des adolescentes au sein de classes non mixtes en EPS. *Éducation & formations*, (98), 5-21.
- Caillaud, S., & Flick, U. (2016). *Triangulation méthodologique. Ou comment penser son plan de recherche*. In G. Lo Monaco, S. Delouée, & P. Rateau (Eds.), *Les représentations sociales. Théories, méthodes et applications* (pp. 227–240). Bruxelles : De Boeck. Version déposée dans HAL : <https://hal.science/hal-04078501>. Consulté le 11.05.2026 80
- Cogérino, G. (2005). *Filles et garçons en EPS*. Paris : Editions Revue EPS.
- Connell, R. W. (1995). *Masculinities*. University of California Press.
- Couchot-Schiex, S. (2024). *Béatrice Barbusse : Du sexisme dans le sport* [Compte rendu]. *Nouvelles Questions Féministes*, 43(1), 116–119. <https://doi.org/10.3917/nqf.431.0116>. Consulté le 15.04.2026
- Davis, A., & Louveau, C. (1998). *Sports, école et société : La différence des sexes, féminin, masculin et activités physiques*. L'Harmattan.
- Davis, A. & Louveau, C. (2013). Socialisation sportive et formation des « grands hommes ». *Ethnologie française*, 43(4), 723-734.
- Davis, A. & Louveau, C. (dir.). (2006). *Sports, genre et transformations sociales*. Maison des Sciences de l'Homme d'Aquitaine.
- Davis, F. et Urbach, J.P (2025). *Laisse pas ton corps au vestiaire* (film documentaire).
- Defrance, J. (2009). *Sociologie du sport*. Paris : La Découverte.
- Detrez, C. (2002). *La construction sociale du corps*. La Découverte.

De Singly, F. (1992). *Le questionnaire*. Armand Colin. Le questionnaire | Cairn.info. Consulté le 14.05.2026.

Foriel, B. (2018). *La mixité comme révélateur de la construction du genre du sport* [Mémoire de master, Aix-Marseille Université]. Archive ouverte HAL.

Girard, G. (2015). *“Insider–outsider”, une posture intenable ? Retour sur des enjeux de positions dans une recherche sur l’homosexualité et le sida. Dans La recherche communautaire VIH/sida. Des savoirs engagés*. Presses de l’Université du Québec. Version déposée dans HAL : <https://shs.hal.science/halshs-01266535v1>. Consulté le 18.05.2026

Gleizes, F., & Pénicaud, É. (2017). *Pratiques physiques ou sportives des femmes et des hommes : des rapprochements mais aussi des différences qui persistent* (Insee Première n° 1675). Insee.

Goffman, E. (1977). *La ritualisation de la féminité*. Actes de la recherche en sciences sociales, 14, 34-50.

Guérandel, C., & Beyria, F. (2012). Le sport, lieu de questionnement des rapports sociaux de sexe ? L'exemple d'une pratique collective mixte en compétition. *Sociologies*

Guignard, D. (2023). *Sport et mixité : La coexistence des femmes et des hommes dans le domaine sportif*. Presses de l’Université Toulouse Capitole.

Hargreaves, J. (1994). *Sporting Females: Critical Issues in the History and Sociology of Women’s Sports*. Routledge.

Hennion, A. (2004). Une sociologie des attachements. D’une sociologie de la culture à une pragmatique de l’amateur. *Sociétés*, 85(3), 9–24. <https://shs.hal.science/halshs-00193149>. Consulté le 12.04.2026.

Hunter, S.K. (2016). *The Relevance of Sex Differences in Performance Fatigability*. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 48(11), 2247–2256. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5349856/>. Consulté le 17.04.2026

Lahire B., (2001). *L’homme pluriel. La sociologie à l’épreuve de l’individu*. Nathan

Lapeyroux N., (2021). « Représentations télévisuelles des Championnats du monde de football des femmes en France : entre stéréotypes et innovations transgressives », *Staps*, 131 : 85-101. 82

Lentillon V. (2009), Les stéréotypes sexués relatifs à la pratique des activités physiques et sportives chez les adolescents français et leurs conséquences discriminatoires, *Bulletin de psychologie*, vol. 499, n° 1, p. 15-28.

Marcel M., (1950). Les techniques du corps. *Sociologie et anthropologie* (p.365-386). Paris : Presses Universitaires de France.

Marcelli D. (2007). Garçons/filles. La différence des sexes, une question de physiologie ou de culture ? *Adolescence*, 25 : 321-339.

Maruéjols-Benoit, É. (2014). *Mixité, égalité et genre dans les espaces du loisir des jeunes : pertinence d’un paradigme féministe* (Thèse de doctorat, Université Bordeaux Montaigne). TEL Archives ouvertes.

Mennesson, C. (2005). *Être une femme dans le monde des hommes. Socialisation sportive et construction du genre*. L’Harmattan.

Mennesson, C. (2011). Socialisation familiale et investissement des filles et des garçons dans les pratiques culturelles et sportives associatives. *Réseaux*, 168(4), 87-112.

Mercier, F., & Sauvé, J.-S. (2023). *Équité, diversité et inclusion : Recension des thèses et mémoires produits à l’Université de Montréal, 2011-2021* [Rapport]. Université de Montréal. <https://umontreal.scholaris.ca/server/api/core/bitstreams/c4f1e0ba-d638-41a3-8981-9d1ce306a1d2/content>. Consulté le 13.04.2026

- Messner, M. A., Dunbar, M. & Hunt, D. (2000). The Televised Sports Manhood Formula. *Journal of Sport and Social Issues*, 24, 380-394.
- Pavlenko, F., & Baril, A. (2023). *Sportif·ves trans, perspectives cis : les athlètes trans sous le regard sensationnaliste de la presse française*. *Recherches féministes*, 36(1), 187–203.
- Pfister, G. (2010). Women in sport – gender relations and future perspectives. *Sport in Society*, 13(2), 234–248.
- Pociello, C. (1999). *Les cultures sportives*. Paris, France : Presses Universitaires de France.
- Roşianu, K., Besnier, N., & Bancel, N. (2024). Le genre à l'épreuve du sport. *Anthropologie et Sociétés*, 48(2), 11-21. <https://doi.org/10.7202/1114859ar>. Consulté le 06.05.2026.
- Rouyer, V., Constans, S., & Régeon, V. (2018). *Construction des rapports au genre dans l'enfance : les points de vue des filles et des garçons sur les activités sportives*. *Le sujet dans la cité, Actuels*, 7(1), 151–163.
- St-Pierre, L., Rouillier, A.-M., Bernatchez, J., & Demers, G. (2024). *La mixité en sport : de la binarité par défaut à un système basé sur les besoins et le bien-être des athlètes*. Laboratoire pour la progression des femmes+ dans les sports au Québec. 74 p.
- Talpin J. (2021). La non-mixité : *une étape sur le chemin de l'émancipation des femmes.*, Dans *Les Cahiers du Développement Social Urbain 2018/2 N° 68*, pages 30 à 31., Éditions Labo Cités
- Vigneron, C. (2006). Les inégalités de réussite en EPS entre filles et garçons : déterminisme biologique ou fabrication scolaire ? *Revue française de pédagogie*, 156, 59-70.
- Weber, M. (1922). *Économie et société*. Paris, France : Plon. (Édition française de 1971).
- Yin, R. K. (2003). *Case study research: Design and methods* (3rd ed.). Sage Publications.
- Zaidman, C. (2007). La mixité, objet d'étude scientifique ou enjeu politique ? *Cahiers du Genre*, n° 42(1), 205-218. <https://doi.org/10.3917/cdge.042.0205>. Consulté le 27.04.2026

Sources institutionnelles

- ANESTAPS. (2025). *Contribution : Égalité de genre dans le mouvement sportif*. ANESTAPS.
- Assemblée nationale. (2024). *Réponse à la question écrite n° 15130 : Répartition des financements publics entre sport féminin et masculin*. Journal officiel de la République française.
- Assurance Maladie. (2026, 31 mars). *Comprendre les changements à la puberté*. <https://www.ameli.fr>. Consulté le 26.05.2026
- Comité International Olympique (2024). *Pourquoi Pierre de Coubertin était-il opposé à la participation des femmes aux Jeux Olympiques ?* Olympics.com. <https://www.olympics.com/cio/pierre-de-coubertin/pourquoi-pierre-de-coubertin-etait-il-oppose-a-la-participation-des-femmes-aux-jeux-olympiques>. Consulté le 13.04.2026
- Conseil de l'Europe. (2026). *Sexe et genre – Questions de genre*. Consulté le 11 mai 2026, sur <https://www.coe.int/fr/web/gender-matters/sex-and-gender>
- Fédération Française de Handball. (2023). *Dossier de presse : Hand à 4*. FFHandball.
- Fédération Korfball France. Histoire du Korfball. Histoire du Korfball – Fédération Korfball France. Consulté le 13.04.2026
- Fédération Sportive et Gymnique du Travail. (2024). 90 ans, une histoire d'émancipation par le sport. FSGT. <https://www.fsgt.org/la-fsgt/histoire>. Consulté le 12.04.2026
- FSGT 75. (2026). *Règlement officiel volley-ball FSGT 75 : Championnat 4x4 équimixte*.

FSGT Île-de-France. (2024). *Code du football autoarbitré à 7 en Île-de-France* (Version du 27 septembre 2024). <https://www.fsgt75.org/wp-content/uploads/2026/03/REG-Foot-a-7-autoarbitre.pdf>

Haut Conseil à l'Égalité entre les femmes et les hommes. (2025). *Femmes et sport : pour une égalité réelle*.

Inserm. (2022). *L'identité de genre, entre faits naturels et faits construits : une approche intégrative et développementale*. https://ipubli.inserm.fr/bitstream/handle/10608/12636/MS_2022_10_0808.pdf. Consulté le 13.04.2026

Institut National des Études Territoriales. (2024). *La pratique sportive dans l'espace public au prisme de l'inclusion des femmes*. INET.

International Olympic Committee. (2024). *Athlétisme : Tous les records du monde sur piste, route, marathon, concours et épreuves combinées*. Olympics.com. <https://www.olympics.com/fr/infos/athletisme-records-monde-piste-route-concours-conbinees-liste>. Consulté le 13.04.2026

International Olympic Committee. (2024). *Equestrian: Olympic history, rules, latest updates and upcoming events*. Olympics.com. <https://www.olympics.com/en/sports/equestrian>. Consulté le 13.04.2026

MGEN & Kantar. (2026, 13 janvier). *Adolescentes et sport : le grand décrochage*. <https://presse.mgen.fr/actualites/etude-inedite-adolescentes-et-sport-le-grand-decrochage-238a3-f9bbc.html>. Consulté le 28.04.2026

Ministère des Sports et des jeux Olympiques et Paralympiques., (2023). Chiffres clés des signalements de violences dans le sport au 13 décembre 2023

Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative. (2025, 10 mars). *Le sport féminin gagne du terrain*. <https://www.sports.gouv.fr/le-sport-feminin-gagne-du-terrain-3262>. Consulté le 28.04.2026

Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative. (2026). *Guide pour promouvoir l'égalité entre les femmes et les hommes dans les associations sportives : Guide de bonnes pratiques* (Version 23/02/2026). Ministère des Sports.

Observatoire des inégalités. (2024, 15 janvier). *Discrimination positive*. Observatoire des inégalités.

Pride House France. (2024). *Personnes trans et non-binaires dans le sport**. Fier-Play / Paris 2024. <https://pridehousefrance.com/fr/heritage/groupe-2-personnes-trans-et-non-binaires-dans-le-sport>. Consulté le 28.04.2026

Pride House France. (2024). *Personnes trans et non-binaires dans le sport**. Fier-Play / Paris 2024. <https://pridehousefrance.com/fr/heritage/groupe-2-personnes-trans-et-non-binaires-dans-le-sport>. Consulté le 28.04.2026

World Athletics. (2023). *World Athletics Competition Rules 2024–2025*. World Athletics. Book of Rules | Official Documents.

World Flying Disc Federation (WFDF). (2021). *Rules of Ultimate 2021–2024*. WFDF.

World Athletics (2023). *Competition Rules*. Consulté le 22.05.2026.

WFDF (2021). *Rules of Ultimate*. *WFDF Rules of Ultimate*. Consulté le 22.05.2026.

Université d'Angers. (2022, 24 février). *Non-mixité / mixité choisie*. Mois du genre. <https://mois-dugenre.univ-angers.fr>. Consulté le 06.06.2026

Presse / médias

Brunel, S. (2024, 30 août). *L'évolution hormonale durant la puberté*. ACCES – École normale supérieure de Lyon.

Goulding, G. (2025, 24 Avril). *The evolution of the speed climbing world record*. Olympics.com. <https://www.olympics.com/en/news/evolution-speed-climbing-world-record>. Consulté le 13.04.2026

Grond, J.-S. (2024, 3 août). *Un commentateur des JO sanctionné pour propos sexistes*. Sports.fr. <https://www.sports.fr/jo-2024/tennis-jo-2024/un-commentateur-des-jo-sanctionne-pour-propos-sexistes-853378.html>. Consulté le 02.06.2026

Hubert, D. (2024, 27 juillet). *Pourquoi pas de femme en F1 ?* La-Voiture.fr. <https://la-voiture.fr/pourquoi-pas-de-femme-en-f1>. Consulté le 18.04.2026

Le Monde avec AFP. (2026, 27 mars). JO 2028 : trente ans après y avoir renoncé, le CIO rétablit les tests de féminité, la ministre des sports dénonce « un retour en arrière ». *Le Monde*.

Pion, C. (2024, 6 novembre). *La puberté (adolescence) : tout ce qu'il faut savoir*. PasseportSanté.

Radnofsky, C. (2021, July 20). *Norwegian women's beach handball team fined for not playing in bikinis*.

Sport et plein air. (2025, 23 décembre). *La mixité choisie questionne la pratique des personnes sexisées*.

Ressources pédagogiques

Égal Sport. (2025). *MOOC Égalité dans le sport* [MOOC]. Association Égal Sport. <https://egalsport.fr>. Consulté le 15.05.2026

