

À LA UNE

FÉMINISATION DU SPORT

Entre progression mesurée et résistances structurelles

Le baromètre de féminisation COSMOS 2026 s'inscrit dans une démarche structurée engagée à la suite de l'appel de Paris, visant à mieux comprendre la place des femmes dans les métiers du sport et à identifier les leviers d'action. Réalisée auprès de 1059 structures sportives, majoritairement associatives (96%), cette étude met en lumière une progression réelle mais encore incomplète de la féminisation. Les femmes représentent aujourd'hui 40% des pratiquantes, un niveau relativement stable (39% en 2024), tandis que leur présence dans les fonctions de direction reste limitée à 11%, malgré une légère progression (8% en 2024). Ce constat traduit un écart persistant entre pratique sportive et accès aux responsabilités, révélateur d'enjeux structurels profonds.

Le premier frein identifié concerne les contraintes de temps et la charge mentale, citées par 40% des structures. Les femmes peinent à concilier vie personnelle, professionnelle et engagement sportif, notamment en raison d'horaires décalés et de responsabilités familiales encore inégalement réparties. À cela s'ajoutent des difficultés à transformer des gouvernances historiquement masculines : 38% des répondants évoquent des résistances organisationnelles et culturelles, auxquelles s'ajoute un sentiment d'illégitimité ou d'autocensure pour certaines femmes (17%).

Par ailleurs, le recrutement et la fidélisation des pratiquantes restent complexes. Le manque d'encadrantes, de créneaux adaptés ou de formats attractifs limite l'engagement durable. Enfin, le poids des stéréotypes de genre demeure un frein majeur. Il entretient une image masculine de certaines disciplines et freine l'accès des femmes à la pratique, à l'encadrement et à l'emploi, dont la féminisation reste marginale.

Face à ces constats, les structures sportives déploient des actions concrètes autour de plusieurs axes. Le développement de la pratique constitue le principal levier, avec des journées de découverte, des formats adaptés aux contraintes des femmes et des compétitions dédiées. Des dispositifs de fidélisation émergent également, comme le parrainage ou la création de communautés numériques favorisant l'intégration.

La formation apparaît comme un outil clé pour renforcer la confiance et lever l'autocensure. Des modules sur la prise de parole, la conduite de réunion ou l'accès aux fonctions techniques permettent d'accompagner les parcours féminins.

Enfin, la communication joue un rôle stratégique. La valorisation de rôles modèles, les actions de sensibilisation et la lutte contre les violences sexistes et sexuelles participent à créer un environnement plus inclusif et sécurisant.



© Pete Saloutos

Le baromètre COSMOS 2026 met en évidence une dynamique positive, marquée par une mobilisation croissante des structures sportives. Toutefois, les progrès restent contrastés et les inégalités persistent, notamment dans l'emploi et la gouvernance. Les freins identifiés soulignent le caractère systémique des enjeux de féminisation dans le sport.

L'avenir repose désormais sur la consolidation des actions engagées, leur professionnalisation et leur inscription dans des stratégies durables. La féminisation ne peut plus être une action ponctuelle : elle doit devenir un pilier structurant du développement des organisations sportives. P.B.

[<https://www.cosmos-sports.fr>]