

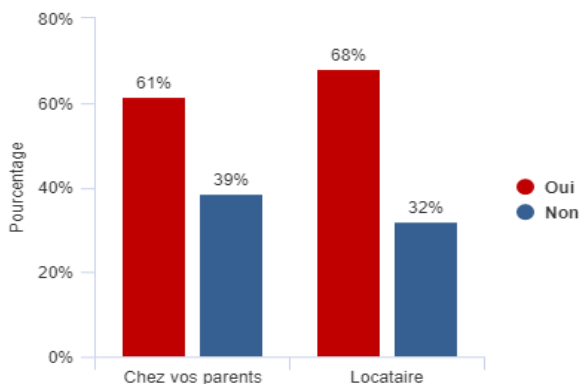
Sport à l'IUT de Niort : Une pratique inégale entre les genres

L'arrivée en études supérieures marque un tournant dans la vie des jeunes. Et très souvent impacte la vie sportive. D'après une enquête menée par l'observatoire national de la vie étudiante en 2020, 61 % des étudiants ont une pratique sportive d'au moins 1 fois par semaine et 10% ne pratiquent jamais de sport. Pour étudier la pratique sportive des étudiants de l'IUT de Niort, le département Sciences des Données a réalisé une enquête exhaustive par questionnaire auprès des étudiants niortais.

Une majorité d'hommes parmi les étudiants

Les étudiants de l'IUT sont majoritairement des hommes, à 69%. Ils sont aussi plus nombreux à être inscrits en première année et leurs départements de formation sont répartis équitablement entre SD, GEA et HSE. 35% d'entre eux sont alternants et presque 7 étudiants sur 10 sont locataires. 19% des étudiants ont un travail en plus de leurs études. L'alimentation de la population est un problème de santé publique majeur. Les jeunes étudiants doivent donc prendre de bonnes habitudes en matière de nourriture pour prendre soin de leur santé. Mais sont-ils vraiment informés et éduqués afin de se préserver au mieux ? 6 étudiants sur 10 font attention à leur alimentation, 93% d'entre eux s'estiment en bonne santé. Les étudiants qui vivent chez leurs parents sont, pour la plupart, contraints de s'adapter à l'alimentation de ces derniers. A l'inverse, ceux qui vivent seuls doivent trouver un équilibre dans leur autonomie.

Les étudiants font-ils attention à leur alimentation ?

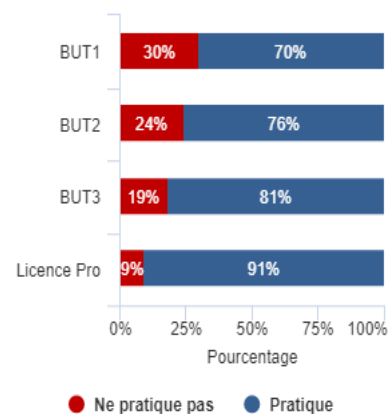


Contrairement à ce qu'on pourrait penser, on voit que les étudiants qui vivent seuls font plus attention à leur alimentation que ceux qui vivent chez leurs parents (66% contre 61%). Ce qui signifie que la nouvelle génération prend conscience de l'importance de leur alimentation dans leurs vies. Si on sépare les étudiants en fonction de leur département d'origine, on voit que des différences apparaissent. En effet, les étudiants originaires des Deux-Sèvres sont 62% à faire attention à leur alimentation, ce qui signifie que sur les 375 interrogés, seulement 247 font attention à ce qu'ils mangent. Les vendéens (85) sont un exemple en matière d'alimentation. En effet, sur 10 étudiants d'origine vendéenne, 8 estiment être attentif à leur alimentation.

SUAPS : un moteur pour le sport étudiant ?

Parmi tous les étudiants niortais, 76% pratiquent toujours une activité sportive. Cependant, ceux qui ne font plus de sport ont pour la majorité (80%) pratiqué un sport auparavant. Leur arrêt du sport est dû à un manque de temps (51%) mais aussi car ils n'ont plus l'envie (28%). Les hommes font plus de sport que les femmes (81% contre 63%). Les HSE sont 86% à faire du sport, les SD sont 78%

La pratique de sport selon le niveau d'étude

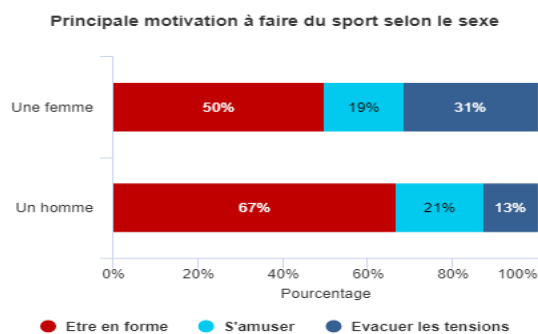


et les GEA sont les moins sportifs avec seulement 65% d'entre eux à pratiquer. Cela peut s'expliquer par la proportion de femmes plus élevé en GEA que dans les autres départements : 39% en GEA, 31% en HSE et 23% en SD. Parmi ceux qui font du sport, un

tiers en pratique dans le cadre du SUAPS et plus de 90% en font en dehors. La pratique du sport se fait à Niort (74%) et proche du domicile familial (56%). On remarque sur le graphique, que plus le niveau d'étude est élevé, plus les étudiants pratiquent de sport. 30% des BUT1 contre moins d'un quart des BUT2 ne font pas de sport. Ce nombre diminue à 19 % pour les étudiants en BUT3. Si on étudie les étudiants inscrits au SUAPS, la moitié (46%) le fait pour la bonification. Les étudiants inscrits sont satisfaits pour la majorité (92%). La raison principale de l'insatisfaction est le lieu. Le type de sport le plus pratiqué est le badminton à 24% suivi par le futsal (23%). Les sports pratiqués en dehors du SUAPS sont différents : un tiers font de la gym, fitness, un tiers du running, athlétisme. La musculation est le sport le plus pratiqué, avec 42 personnes sur les 258 qui font du sport en dehors du SUAPS. Si on compare le temps consacré aux SUAPS et celui consacré aux autres activités sportives, 55% pratiquent plus de 4h en pratique libre alors que 68% ne consacrent que 2 heures aux SUAPS.

Les non-sportifs : Manque de temps et d'envie

1 étudiant sur 4 ne pratique aucun sport. On peut alors se demander quelles sont les raisons qu'ont ces étudiants qui ne font pas de sport. La raison principale est le manque d'envie de faire du sport suivi d'un manque de temps. Parmi ceux ne faisant plus de sport mais ayant pratiqué avant, la crise sanitaire a impacté 30% de ces étudiants dans leurs pratiques sportives même si la plupart ont repris leur comportement sportif habituel. 75% de ceux ayant arrêté le sport envisagent de reprendre. C'est même l'entièreté de ceux faisant du running auparavant qui comptent reprendre la course. Avoir plus de temps permettrait aux étudiants de pratiquer plus de sport d'après ceux qui n'en font pas.



La principale motivation des étudiants pratiquant un sport est de rester en forme, avec un pourcentage de 55 %. Cependant, lorsqu'on examine les motivations en fonction du sexe, des différences apparaissent, bien que la volonté de maintenir une bonne condition physique demeure la principale raison pour les deux groupes. En effet, la deuxième motivation des femmes est de soulager les tensions, avec 31 %, contre seulement 13 % chez les hommes. Par ailleurs, une autre motivation, celle de s'amuser, atteint 20 % chez les hommes comme chez les femmes. Ainsi, bien que le désir de rester en forme soit également crucial pour les hommes, cette motivation semble plus marquée chez eux, tandis que les femmes présentent une plus grande diversité de raisons. Elles ont donc une plus grande propension à utiliser le sport comme moyen d'évacuer les tensions par rapport aux hommes.

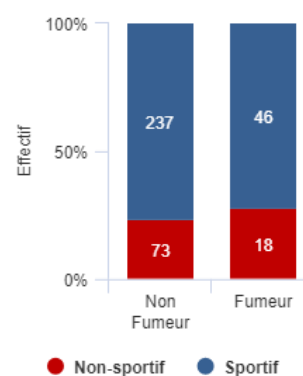
L'étude sur la pratique sportive des étudiants de l'IUT de Niort met en évidence l'importance de l'activité physique dans leur quotidien, malgré des disparités notables selon les départements d'origine, le sexe et leur alimentation. Si une majorité des étudiants reste attachée à une pratique régulière, plusieurs facteurs, comme le manque de temps ou d'envie, freinent certains d'entre eux. Le SUAPS permet aux étudiants de pratiquer plus de sport tout en profitant de la bonification. Cependant, l'enquête souligne qu'un quart des étudiants ne pratiquent pas assez de sport, selon les recommandations de santé publique. Il est donc primordial de continuer à sensibiliser les étudiants aux bienfaits d'une activité physique régulière et de mettre en place des solutions adaptées pour encourager une pratique plus inclusive et accessible à tous.

90% des étudiants sportifs ne pourraient pas se passer de faire du sport ou ce serait difficile pour eux. On voit donc que les étudiants sportifs sont attachés à leur sport.

Des étudiants qui ne font pas assez de sport

Parmi tous les étudiants niortais, que 58% des étudiants pratique plus de 2h 30 de sports par semaine. Or la recommandation est de pratiquer 150 minutes de sport minimum hebdomadairement. Cela signifie que 42 % des étudiants ne pratique pas assez de sport. Mais qui sont-ils ? 45% d'entre eux sont des étudiants en GEA, 35% sont des SD et 20% sont des HSE. Cela signifie que les HSE sont les plus sportifs. Mais cela reste un tiers des HSE qui ne font pas assez de sport. A part leur département, il n'y a pas trop de différence entre les peu ou pas sportifs. En effet, malgré les préjugés, qu'il soit fumeur ou non, cela ne modifie pas leur comportement sportif. Les non-fumeurs sont 76% à être sportif et 72% des fumeurs le sont. Exactement la même conclusion pour leur logement : 67% des sportifs et 66 % des non-sportifs sont locataires.

La proportion de sportifs chez les non-fumeurs et fumeurs



63% des peu sportifs inscrits au SUAPS se considèrent fans de sport alors que ceux qui pratiquent en dehors du SUAPS ne sont que 43 % à se considérer fans de sport. Malgré une pratique du sport similaire, qu'il soit au SUAPS ou non modifie leur passion du sport. Les non-sportifs, eux ne sont pas fans de sports, 4/5 des non sportifs ne se considère pas comme fan de sport. Cela est logique. Il y a 63 peu sportifs au total, c'est à dire qui pratique du sport mais moins de 2 heures par semaine. Il y a donc un quart des sportifs qui sont peu sportifs.