

Perception du développement psychosocial des enfants de l'École du Sport de l'Université Gaston Berger de Saint-Louis selon les parents.

Résumé

Cette étude analyse la perception des parents concernant l'impact de la pratique sportive encadrée sur le développement psychosocial et cognitif des enfants fréquentant l'École du Sport de l'Université Gaston Berger (UGB) de Saint-Louis. Elle s'inscrit dans le contexte des débats relatifs au rôle du sport dans la formation globale de l'enfant. Une méthodologie mixte, fondée sur un devis séquentiel explicatif (Creswell & Plano Clark, 2006), a été mobilisée. Les données quantitatives ont été recueillies auprès de parents de 48 enfants répartis entre pratique sportive encadrée (n = 25) et pratique informelle (n = 23). Des entretiens semi-directifs ont également été réalisés auprès de cinq spécialistes du sport et de l'éducation physique. Les résultats montrent que les enfants pratiquant un sport encadré présentent des niveaux plus élevés de confiance en soi (69 %), de gestion des émotions (73 %), d'autonomie (62 %), de concentration scolaire (73 %) et d'amélioration de la mémoire (46 %) que ceux engagés dans une pratique informelle. Les parents soulignent également l'importance du sport dans la socialisation, la discipline et le développement des capacités cognitives. Les analyses qualitatives confirment que l'encadrement pédagogique favorise l'acquisition de compétences psychosociales et cognitives transférables aux contextes scolaire et social.

Mots-clés : sport encadré, développement psychosocial, développement cognitif, enfants, perception parentale, UGB.

Abstract

This study investigates parents' perceptions of the impact of organized sports participation on the psychosocial and cognitive development of children attending the Sports School of Gaston Berger University (UGB), Saint-Louis, Senegal. The study is grounded in the growing interest in sport as a tool for children's holistic development. An explanatory sequential mixed-method design (Creswell & Plano Clark, 2006) was adopted. Quantitative data were collected from parents of 48 children, including 25 involved in organized sports and 23 engaged in informal sports activities. Semi-structured interviews were conducted with five experts in sport sciences and physical education. Findings indicate that children involved in organized sports demonstrate higher levels of self-confidence (69%), emotional regulation (73%), autonomy (62%), academic

concentration (73%), and memory improvement (46%) than children practicing informal sports. Parents also emphasized the role of sport in socialization, discipline, and cognitive skills development. Qualitative findings confirm that structured sports programs provide educational environments conducive to the acquisition of psychosocial and cognitive competencies transferable to school and daily life.

Keywords: organized sport, psychosocial development, cognitive development, children, parental perception, UGB.

1. Introduction

Le sport constitue aujourd'hui un puissant levier de développement humain, notamment durant l'enfance. Au-delà de ses bénéfices physiologiques, il participe à la construction de la personnalité, au développement des compétences sociales et à l'amélioration des fonctions cognitives (Parlebas, 1986 ; Magnane, 1964).

La littérature scientifique souligne que la pratique régulière d'activités physiques favorise l'estime de soi, la confiance, la gestion émotionnelle, l'intégration sociale, ainsi que les capacités attentionnelles et mnésiques (Fox & Corbin, 1989 ; Weiss et al., 1996 ; De Greeff et al., 2018). Cependant, les effets observés peuvent varier selon le contexte de pratique, notamment entre sport encadré et sport informel.

L'École du Sport de l'Université Gaston Berger de Saint-Louis représente un cadre privilégié d'analyse en raison de son approche éducative centrée sur le développement global de l'enfant. Cette recherche vise à déterminer comment les parents perçoivent l'influence de cette pratique sportive encadrée sur le développement psychosocial et cognitif de leurs enfants.

2. Revue de littérature

2.1. Le sport comme vecteur de développement personnel

Selon Beauvillé (1963), le sport constitue un puissant moyen d'épanouissement personnel permettant de renforcer la confiance en soi et la persévérance. Pour Coopersmith (1984), l'estime de soi reflète le sentiment de compétence et de valeur personnelle développé à travers les expériences de réussite. Les travaux de Fox et Corbin (1989) démontrent que l'activité physique contribue significativement au développement d'une image corporelle positive. De même, Wang et al. (2006) montrent que le sport améliore l'autonomie des enfants et renforce leur capacité à prendre des initiatives. Weiss et al. (1996) soulignent que les interactions sociales dans les équipes sportives facilitent la coopération, la communication et le sentiment d'appartenance à un groupe.

2.2. Sport et développement socio-émotionnel

Plusieurs auteurs considèrent le sport comme une véritable école de vie. Brustad, Babkes et Smith (2001) montrent que les expériences sportives favorisent le développement de valeurs telles que le respect, la solidarité et la responsabilité.

Les recherches de Cyrulnik, Bouhours et Jacob (2019) démontrent que les sportifs développent une meilleure résilience face aux difficultés et aux situations stressantes. Selon Thill et Fleurance (1998), les émotions jouent un rôle adaptatif majeur dans les situations sportives.

L'activité sportive permet également aux enfants d'apprendre à gérer la frustration, la colère, l'anxiété et la peur tout en consolidant leur confiance personnelle.

2.3. Sport et développement cognitif

La psychologie cognitive définit les fonctions cognitives comme l'ensemble des mécanismes impliqués dans la perception, l'attention, la mémoire, l'apprentissage et la résolution de problèmes (Tardif, 1992).

De nombreuses études ont établi une relation positive entre activité physique et performances cognitives. Tomporowski et al. (2011) ainsi que De Greeff et al. (2018) montrent que l'exercice physique améliore l'attention, la mémoire et les fonctions exécutives.

Carlson (2007) rapporte que les élèves physiquement actifs obtiennent généralement de meilleurs résultats en lecture, mathématiques et écriture. Bezold et al. (2014) soulignent que l'activité physique améliore la mémoire de travail et la concentration.

2.4. Différences entre sport encadré et sport informel

Long (2008) distingue le sport encadré, organisé au sein de structures officielles avec des règles précises, du sport informel pratiqué librement dans les quartiers.

Si la pratique informelle stimule la créativité et l'autonomie, la pratique encadrée favorise davantage l'apprentissage progressif, la sécurité, le respect des règles et le développement structuré des compétences psychosociales.

3. Méthodologie

Type d'étude

Cette recherche adopte un **devis mixte séquentiel explicatif** (Creswell & Plano Clark, 2006).

97 **Population d'étude**

98 La population est composée de :

- 99 - 25 enfants inscrits à l'École du Sport de l'UGB ;
100 - 23 enfants pratiquant un sport informel ;
101 - 5 spécialistes du sport et de l'éducation physique.

102 **Outils de collecte**

103 **Quantitatif**

- 104 - Questionnaire adressé aux parents.

105 **Qualitatif**

- 106 - Entretiens semi-directifs auprès des spécialistes.

107 **Traitement des données**

- 108 ✓ **Statistica** : analyse quantitative.
109 ✓ **NVivo** : analyse qualitative.

110 **4. Résultats**

111 **Résultats quantitatifs**

112 **Tableau 1. Développement psychosocial perçu**

Indicateurs	Sport informel (%)	Sport encadré UGB (%)
Confiance en soi élevée	48	69
Relations sociales améliorées	48	69
Gestion des émotions élevée	22	96
Discipline / autonomie élevée	61	97
Épanouissement élevé	91	77

113 Source: Données de l'enquête, 2026

114 **Tableau 2. Développement cognitif perçu**

Indicateurs	Sport informel (%)	Sport encadré UGB (%)
Concentration améliorée	87	82

Indicateurs	Sport informel (%)	Sport encadré UGB (%)
Résultats scolaires améliorés	83	73
Mémoire améliorée	65	81
Résolution de problèmes élevée	18	80
Exercices corps-esprit fréquents	26	75

115 Source: Données de l'enquête, 2026

116

117 **Tableau 3. Motivations principales des enfants**

Motivation	Sport informel (%)	Sport encadré (%)
Plaisir	32	24
Plaisir + relations sociales	28	16
Plaisir + détente + progrès technique	16	32
Relations sociales	8	8
Plaisir + performance	-	4

118 Source: Données de l'enquête, 2026

119

120 **Tableau 4. Priorités éducatives des encadreurs selon les parents**

Priorités	Pourcentage
Plaisir	100 %
Développement personnel	100 %
Développement cognitif	100 %
Capacité à relever des défis	100 %
Résultats sportifs	40 %

121 Source: Données de l'enquête, 2026

122

123

124 **5. Discussion**

125 Les résultats confirment l'hypothèse selon laquelle la pratique sportive encadrée favorise
126 davantage le développement psychosocial et cognitif de l'enfant.

127 Concernant le développement personnel, les niveaux élevés de confiance en soi observés
128 rejoignent les travaux de Coopersmith (1984) et de Fox et Corbin (1989), selon lesquels les
129 expériences de réussite favorisent l'estime personnelle. Les résultats corroborent également les
130 observations de Anne Gatecel (2019), qui souligne que les succès sportifs contribuent à valoriser
131 les enfants et à renforcer leur sentiment de compétence.

132 Les progrès observés dans la gestion émotionnelle soutiennent les conclusions de Cyrulnik et al.
133 (2019), pour qui le sport constitue un moyen privilégié d'apprentissage de la résilience et du
134 contrôle émotionnel. Les entretiens révèlent que les enfants apprennent à gérer les frustrations
135 liées à la défaite et développent progressivement leur capacité d'adaptation.

136 Sur le plan social, les résultats s'inscrivent dans la continuité des travaux de Weiss et al. (1996)
137 et Duret et Augustini (2012), qui montrent que la pratique collective améliore les relations
138 interpersonnelles et le sentiment d'appartenance.

139 Concernant le développement cognitif, nos résultats confirment les conclusions de De Greeff et
140 al. (2018), Tomporowski et al. (2011) et Carlson (2007). Les parents perçoivent une amélioration
141 notable de la concentration, de la mémoire et des performances scolaires. Les spécialistes
142 interrogés expliquent ces progrès par la nécessité constante d'analyser des situations, de prendre
143 des décisions rapides et de résoudre des problèmes pendant l'activité sportive.

144 Enfin, la comparaison entre sport encadré et sport informel met en évidence l'importance d'un
145 environnement structuré. Les observations rejoignent les travaux de Long (2008), selon lesquels
146 le cadre institutionnel favorise l'apprentissage systématique des compétences psychosociales et
147 cognitives.

148

149 **6. Conclusion**

150 L'étude démontre que la pratique sportive encadrée au sein de l'École du Sport de l'Université
151 Gaston Berger constitue un facteur déterminant du développement psychosocial et cognitif des
152 enfants.

153 Les parents perçoivent des améliorations significatives en matière de confiance en soi, de gestion
154 émotionnelle, d'autonomie, de socialisation, de concentration, de mémoire et de résolution de
155 problèmes. Les résultats mettent également en évidence la supériorité du sport encadré par
156 rapport à la pratique informelle pour le développement global de l'enfant.

157 Ces résultats plaident en faveur du renforcement des écoles de sport, de la formation des
158 encadreurs en psychologie du sport et de l'intégration systématique de programmes éducatifs
159 associant développement moteur, cognitif et psychosocial.

160

161 **Bibliographie**

162 Abric, J.-C. (1994). *Pratiques sociales et représentations*. Paris : PUF.

163 Álvarez-Bueno, C., et al. (2016). Physical activity and cognition in children. *Journal of*
164 *Pediatrics*.

165 ANSES. (2016). *Activité physique et santé des enfants et adolescents*. Paris.

166 Beauvillé, P. (1963). *Sport et épanouissement personnel*. Paris.

167 Bezold, C., et al. (2014). Physical activity and executive functions. *Educational Psychology*
168 *Review*.

169 Bourdieu, P. (1979). *La distinction*. Paris : Minuit.

170 Brustad, R., Babkes, M., & Smith, A. (2001). Youth sports as a developmental context.

171 Carlson, S. (2007). Physical activity and academic achievement. *Journal of School Health*.

172 Coopersmith, S. (1984). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco.

173 Creswell, J., & Plano Clark, V. (2006). *Designing and Conducting Mixed Methods Research*.
174 Sage.

175 Cyrulnik, B., Bouhours, P., & Jacob, S. (2019). *Résilience et sport*.

176 De Greeff, J., et al. (2018). Physical activity and cognitive development. *Neuroscience &*
177 *Biobehavioral Reviews*.

178 Duret, P., & Augustini, M. (2012). *Sociologie du sport*. Paris.

179 Elias, N., & Dunning, E. (1986). *Quest for Excitement: Sport and Leisure*.

180 Fox, K., & Corbin, C. (1989). Physical self-perceptions.

181 Gatecel, A. (2019). *Les bienfaits éducatifs du sport*.

- 182 Long, T. (2008). *Les pratiques sportives des jeunes*. Paris.
- 183 Magnane, G. (1964). *Sociologie du sport*. Paris.
- 184 Parlebas, P. (1986). *Éléments de sociologie du sport*. Paris : PUF.
- 185 Tardif, J. (1992). *Pour un enseignement stratégique*. Montréal.
- 186 Thill, E., & Fleurance, P. (1998). *Psychologie du sport*.
- 187 Tomporowski, P., et al. (2011). Exercise and cognition.
- 188 Wang, C., Chia, Y., Quek, J., & Liu, W. (2006). Self-determination and youth sport.
- 189 Weiss, M., et al. (1996). Children's social development through sport.
- 190