P.E. Promotes IMPACT
Identifying and Motivating youth who mostly need Physical ACTivity

Comment promouvoir l'activité physique des adolescents en proposant des situations attrayantes et un climat motivant en EPS (2de partie)

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Géraldine Escriva-Boulley
Sarrazin Philippe

Trois stratégies pour susciter le plaisir en EPS

1) Commencer par proposer des situations simples favorisant la réussite et le plaisir immédiat avant de proposer des situations de défi

2) Construire des situations basées sur la nouveauté et le défi

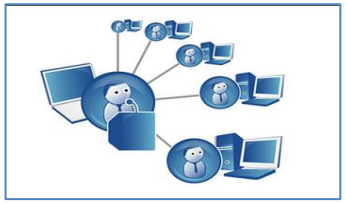
3) Aider les élèves à adapter l'intensité de l'effort à leurs sensations, et combiner différents types de plaisir

Le webinaire d'aujourd'hui

Direct

Proposer un programme d'EPS qui augmente la motivation intrinsèque des élèves

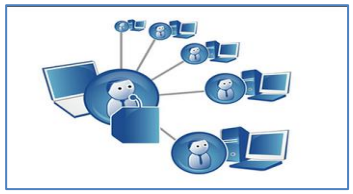
Webinaire 2



Indirect

. Proposer un climat motivationnel qui nourrit les besoins psychologiques de compétence, autonomie et proximité sociale et facilite la construction d'une motivation autodéterminée pour AP… condition indispensable à un engagement durable dans les AP extra-scolaires

Webinaire 3



Les thèmes abordés

- Qu'est-ce que la motivation et comment fonctionne-t-elle ?
- Pourquoi la motivation est-elle importante ?
- Comment susciter la motivation des élèves en EPS ?
- Quelles sont les stratégies qui permettent de développer une motivation propice à la pratique?

Les résultats scolaires d’un élève (réussites/ échecs) sont des bons indicateurs de leur motivation ?

A) Oui, toujours

B) Pas forcément

C) Non, pas du tout

La motivation de l’élève dépend …

A) Uniquement de lui

B) Uniquement du prof

C) Des deux

D) Ni l’un, ni l’autre

Pour vous, qu’est-ce qu’un élève motivé ?

Répondre dans le cadre bleu, svp

Qu’est-ce que la motivation ?

La motivation, qu’est-ce que c’est?

Elle représente le **“pourquoi”** des comportements

- La motivation des élèves dépend d’eux-mêmes, mais est également influencée par l’environnement social - le climat motivationnel - créé par l’enseignant.

QUANTITÉ

« Combien » de la motivation. Ce qui est visible.

- **La performance est-elle bonne?**
- **Ils semblent “à fond”?**

QUALITÉ

Le “pourquoi” de la motivation.

- **Aiment-ils l’EPS?**
- **S’investissent-ils ?**
- **Vont-ils continuer à pratiquer une AP en dehors de l’établissement?**

QUALITÉ

Le “pourquoi” de la motivation.

Comment ça marche ?

Comment ça fonctionne ?

Théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan; 2008)

MOTIVATION AUTODETERMINEE

Engagement pour le PLAISIR
(« fun », satisfaction, défi,…)

Engagement car ça a du SENS

MOTIVATION CONTRAINTE

Engagement pour obtenir une récompense (note) ou éviter une punition (être collé(e))

Engagement pour faire plaisir à quelqu'un (parents, profs…)

AMOTIVATION
(absence de motivation)

Pas d'engagement car ça n'a pas de sens

Pourquoi la motivation est-elle importante ?

Les bénéfices d'une motivation autodéterminée

+ AP et + APMV en EPS et en dehors

+ d'engagement, d'effort

+ de plaisir et – d'ennui

intention + forte d'être actif en dehors des cours

Journal of Teaching in Physical Education, 2017, 36, 277-291
https://doi.org/10.1123/jtpe.2017-0067
© 2017 Human Kinetics, Inc.

Human Kinetics
ARTICLE

Learning in Physical Education: A Self-Determination Theory Perspective

Haichun Sun
University of South Florida

Weidong Li
Ohio State University

Bo Shen
Wayne State University

The purpose of this study was to review the literature relevant to learning in physical education (PE) according to the self-determination theory (SDT). In this literature review, we first provide an overview of SDT. Second, we discuss students' SDT-related motivational profiles in PE. Third, we illustrate the relationships among students' perceptions of the nature of an autonomy-supportive or controlling learning environment, need satisfaction, and self-determined motivation. Fourth, we explore the impact of SDT on students' learning in PE with respect to the cognitive, psychomotor, and affective learning domains. Finally, we articulate the pedagogical implications on the basis of the reviewed SDT research and future directions for SDT research in PE.

(Sun et al., 2017)

Le problème

Lors de la transition de l'école primaire au collège:

diminution motivation autodéterminée

augmentation motivation contrainte

Ullrich-French & Cox, 2014

Comment augmenter la motivation pour l’AP en EPS?

Comment augmenter la motivation en EPS ?

Satisfaire les 3 besoins psychologiques fondamentaux

AUTONOMIE

Besoin d'être acteur de sa propre vie

COMPETENCE

Besoin de maitrise de ce qu'il a à faire et d'expérience de maitrise

PROXIMITÉ SOCIALE

Besoin d'interagir, de se sentir connecté aux autres et de prendre soin des autres

Comment augmenter la motivation en EPS ?

Satisfaire les 3 besoins psychologiques fondamentaux

«J'ai mon mot à dire»

AUTONOMIE

Besoin d'être acteur de sa propre vie

COMPETENCE

Besoin de maitrise de ce qu'il a à faire et d'expérience de maitrise

«Je pense que j'ai bien réussi la tâche»

«Je me sens valorisé(e) en EPS»

PROXIMITÉ SOCIALE

Besoin d'interagir, de se sentir connecté aux autres et de prendre soin des autres

Comment augmenter la motivation en EPS ?

Les besoins

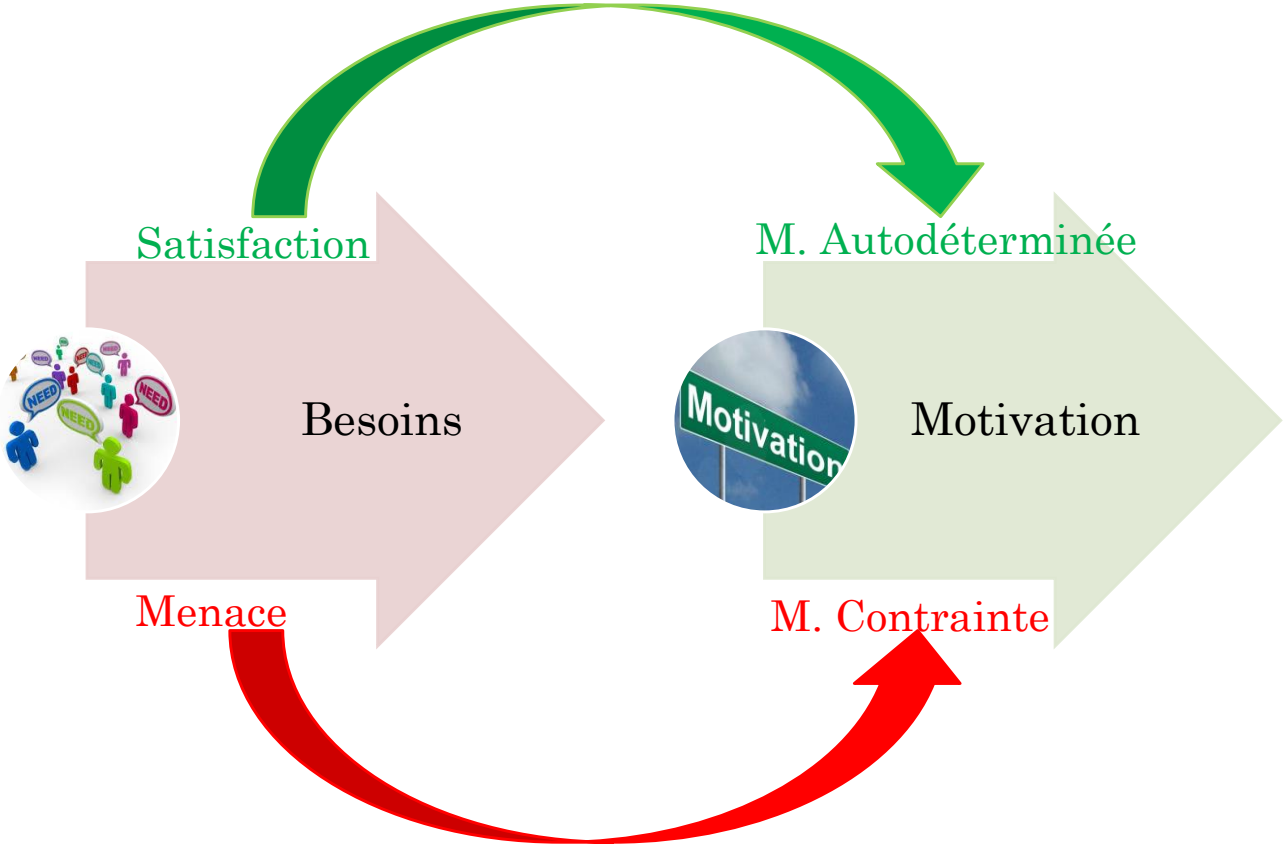
Type de motivation

En EPS

Les comportements

Hors EPS

Comment augmenter la motivation en EPS ?



En EPS

Comportements

Hors EPS

Comment augmenter la motivation en EPS ?

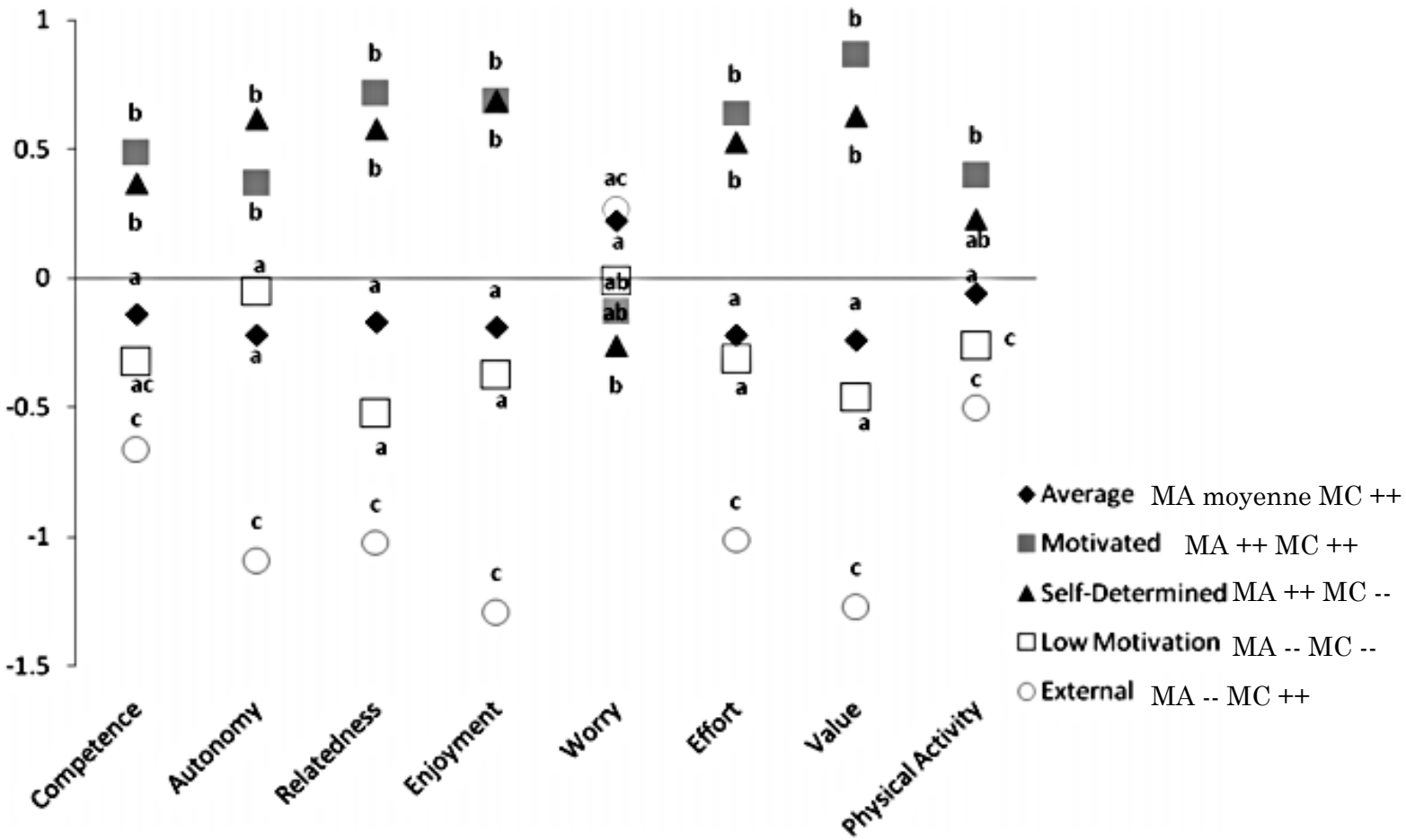


Figure 2 — Profile differences identified from the MANOVA analyses using standardized scores. Unique letters indicate significant group differences ($p < .05$).

Ullrich-French & Cox, 2009

Comment augmenter la motivation en EPS ?

En EPS

Quelles stratégies?

Besoins

Motivation

Comportements

Hors EPS

Brainstorming

Scenario 1 : Comment soutenir le besoin d’autonomie des élèves ?

Quelles stratégies pouvez-vous utiliser pour faire en sorte que les élèves se sentent à l’origine de leurs comportements ?

Scenario 2 : Comment soutenir le besoin de compétence des élèves en EPS ?

Un élève ne veut pas prendre part au cours (échauffement, corps de séance) par ce qu’il se sent « trop nul », que pouvez vous faire ? Quels comportements adoptez-vous ? Quelles stratégies utilisez-vous ?

Scenario 3 : Comment encouragez-vous la proximité sociale ?

Quels moyens utilisez-vous pour encourager la relation entre pairs ?

Quelles sont les stratégies permettant d’augmenter la motivation des élèves?

Comment soutenir le besoin d’autonomie des élèves

- **Le soutien à l'autonomie** est " une relation durable et cohérente dans laquelle une personne adopte le point de vue de l'autre, est très respectueuse des initiatives de l'autre et, encourage et prend en compte les opinions, sentiments, initiatives et suggestions de l'autre dans le déroulement d'une activité " (Deci et al., 1981 ; Reeve, 2009).

- Le soutien de l’autonomie comprend **5 stratégies** :

  - Tenir compte des perspectives des élèves et leur offrir des choix qui ont du sens
  - Proposer des explications et un rationnel clairs
  - Faire preuve de patience et permettre aux élèves de prendre des initiatives
  - Reconnaitre et accepter les sentiments négatifs
  - Utiliser un langage non-contrôlant et informationnel

Tenir compte des perspectives des élèves et leur offrir des choix qui ont du sens

L'enseignant(e) est attentif(ve) à ce que veulent les élèves, à leurs besoins et leur donne le choix et la souplesse nécessaires pour les aider à trouver des moyens de faire correspondre ses objectifs pédagogiques avec leurs activités en classe et leurs propres motivations.

Proposer des explications et un rationnel clairs

Il s'agit de contextualiser les situations afin d'aider les élèves à transformer "*quelque chose qui ne vaut pas la peine d'être fait*" en "*quelque chose qui va leur servir*" — quelque chose qui mérite leur temps, attention et efforts.

Faire preuve de patience et permettre aux élèves de prendre des initiatives

L'enseignant(e) attend patiemment les réponses des élèves, qu'ils prennent des initiatives et soient volontaires. Lors des situations d'apprentissage, il/elle laisse aux élèves le temps et l'espace nécessaires pour apprendre, expérimenter, essayer leurs propres solutions, et travailler à leur rythme.

Reconnaitre et accepter les sentiments négatifs

L'enseignant(e) reconnait que ce qu'il/elle demande peut engendrer des affects négatifs, de la résistance ou des conflits. Il/elle sait que ces sentiments négatifs peuvent être des réactions légitimes à ses demandes.

Utiliser un langage non-contrôlant et informationnel

Il/elle utilise une communication verbale et non-verbale qui minimise la pression (absence de "il faut" "tu dois," "fais ça")

https://youtu.be/MvFRa4URbug

Comment les enseignant(e)s peuvent soutenir le besoin de compétence des élèves : la structure.

La structure " fait référence à la quantité et à la clarté des informations que les enseignant(e)s fournissent aux élèves sur ce qu'ils doivent faire et comment le faire afin de développer les compétences souhaitées et d'obtenir des résultats valorisants " (Reeve & Cheon, 2014).

La structure comprend **4 stratégies** :

- Donner des buts clairs
- Donner des consignes qui aident les élèves à s'améliorer
- Construire des tâches tenant compte des différents niveaux d'habileté des élèves
- Donner des feedback constructifs et favorisant l'autonomie

Donner des buts clairs

Une fois les buts clairement identifiés, ils doivent être présentés de manière à donner des orientations claires aux élèves, pour qu'ils puissent être plus à même de comprendre et d'être conscients des comportements attendus et de ce qu'il y a à apprendre.

Donner des consignes qui aident les élèves à s'améliorer

Les enseignants offrent un guidage approprié au cours de la leçon en guidant les élèves étape par étape et en suivant le rythme d'apprentissage des élèves.

Construire des tâches tenant compte des différents niveaux d'habileté des élèves

Construire des situations d'apprentissage adaptées et différenciées pour les élèves en fonction de leur niveau d'habileté, en tenant compte de leurs besoins.

Donner des feedback constructifs et favorisant l'autonomie

Donner des feedback constructifs pour aider TOUS les élèves à construire leurs compétences et connaissances, et à se sentir compétents.

https://youtu.be/2gjAHVJXc6U

Comment les enseignant(e)s peuvent soutenir le besoin de proximité sociale des élèves : le climat bienveillant

Le climat bienveillant a été défini comme " un ensemble de pratiques relationnelles qui favorisent la reconnaissance et la réalisation mutuelles, l'évolution, le développement, la protection, l'autonomisation, la communauté humaine, la culture et les possibilités " (Gordon et al., 1996).

Le climat bienveillant comprend **3 stratégies**:

- Développer une approche centrée sur l'élève
- Construire un environnement d'apprentissage sécurisé
- Utiliser une communication ouverte

Développer une approche centrée sur l'élève

L'enseignant(e) est attentif(ve) et investit du temps et de l'énergie pour aider et soutenir les élèves. Il/elle prend du temps pour les écouter et discuter avec eux et est sensible à leurs besoins et intérêts ; est juste en toutes situations (notamment évaluation) ; utilise des feedback non-verbaux montrant qu'il/elle est impliqué(e) dans sa relation aux élèves.

Construire un environnement d'apprentissage sécurisé

L'enseignant(e) exprime affection, reconnaissance et respect pour inculquer des valeurs importantes aux élèves.

Utiliser une communication ouverte

Il/elle représente un modèle de comportement bienveillant en établissant des relations positives avec les élèves, par exemple en utilisant l'humour, en accueillant chaleureusement les élèves ou en s'intéressant à ce qui se passe dans leur vie.

https://youtu.be/3neIHvVLVng

Ce qu’il FAUDRAIT retenir

Les différentes stratégies sont liées

Il est difficile de soutenir les besoins à tout moment

Quizz

Un(e) enseignant(e) donne à ses élèves l’opportunité de participer au choix des activités proposées pour la leçon. Est-ce qu’il/elle soutient l’autonomie des élèves?

A) Oui

B) Non

Un(e) enseignant(e) pose une question à ses élèves (e.g., comment envoyer le volant au fond du terrain de badminton ?). 3 ou 4 élèves donnent une réponse, et l'enseignant(e) fournit un retour uniquement à l'élève qui a donné la bonne réponse (i.e., "c'est exact Tom!"). Est ce qu'il/elle soutient la compétence de ces élèves?

A) Oui

B) Non

Ce que vous pouvez essayer avec vos élèves!

Les situations à tester pour les prochaines semaines

Au cours des prochaines semaines, essayez de mettre en œuvre des comportements qui soutiennent les besoins des élèves. Pour contrôler cela, posez vous quelques questions et prenez quelques notes après chacun des cours :

- . Qu’ai-je fait durant ce cours qui a soutenu le besoin d'autonomie des élèves ?
- . Qu’ai-je fait durant ce cours qui a soutenu le besoin de compétence des élèves ?
- . Qu’ai-je fait durant ce cours qui a soutenu le besoin de proximité sociale des élèves ?
- . Ai-je pris en compte les intérêts, motivations, ressources motivationnelles des élèves ?
- . Puis-je faire autrement dans les prochains cours pour soutenir davantage les besoins des élèves ?

Si vous avez du mal à répondre, reprenez les différentes stratégies que nous avons mis en évidence dans ce ppt et essayez de voir comment vous pourriez en mobiliser certaines dans votre prochaine leçon.

Le prochain webinaire

Direct

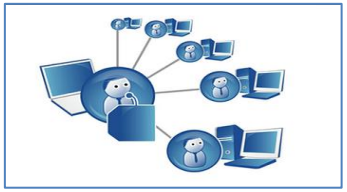
Proposer un programme d'EPS qui augmente la motivation intrinsèque des élèves

Indirect

Proposer un climat motivationnel qui nourrit les besoins psychologiques de compétence, autonomie et proximité sociale et facilite la construction d'une motivation autodéterminée pour AP… condition indispensable à un engagement durable dans les AP extra-scolaires.

Enseigner les stratégies d'autorégulation (le savoir s'entrainer)

Webinaire 4



Ευχαριστούμε πολύ!
Merci beaucoup!
Grazie mille!
Çok teşekkür ederim!