MOTIVER TOUS LES ÉTUDIANTS EN ÉDUCATION PHYSIQUE

UN DÉFI RELEVÉ À L'AIDE D'UNE NOUVELLE APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Frédéric Walczak, M.Sc.
Cégep de Trois-Rivières, Québec, Canada.
frederic.walczak@cegeptr.qc.ca

Jérôme Leriche, Ph.D.
Cégep de Sherbrooke, Québec, Canada.
jerome.leriche@cegepsherbrooke.qc.ca

Colloque de l'ARC dans le cadre du
86e Congrès de l'Acfas,
8 mai 2018, Chicoutimi

PROBLÉMATIQUE

Parmi les déterminants d'un mode de vie physiquement actif, l'UNESCO a identifié l'éducation physique (ÉP) comme étant « le point d'entrée essentiel pour acquérir l'habitude de participer à des activités physiques tout au long de la vie » (UNESCO, 2015, p. 6). Des recherches précédentes ont montré que les étudiants qui avaient complété leurs cours d'ÉP au cégep faisaient plus d'activité physique par semaine que ceux qui n'avaient pas encore participé à un cours (Lemoyne, 2012; Leriche et Walczak, 2014). Les cours d'ÉP au cégep contribuent donc à rendre les étudiants plus actifs en dehors des cours. Cependant, quel est le niveau de motivation des étudiants qui refont des activités physiques qu'ils ont déjà eues au secondaire avec plus ou moins de succès ? Comment garder des étudiants motivés alors que les niveaux de condition physique et d'habiletés techniques entre eux sont très différents (Chiasson, 2004 ; Grenier, 2006 ; Lemoyne, 2012 ; Leriche et Walczak, 2014)? Comment motiver les étudiants dans les sports collectifs alors que ce sont ceux qui sont les plus enseignés au secondaire (Desbiens, Beaudoin, Spallanzani, Turcotte et Leriche, 2014)?

Susciter et maintenir un degré de motivation élevé chez les étudiants dans les cours d'ÉP est un réel enjeu éducatif. Les préoccupations issues de nos recherches précédentes et des échanges avec les collègues enseignants d'ÉP nous ont amené à regarder dans la littérature des approches pédagogiques ayant un impact significatif sur la motivation des étudiants. Nous allons brièvement présenter une de nos découvertes.

Le modèle pédagogique « Sport Education » (SE)

Le modèle SE a été développé par Daryl Siedentop et son équipe de l'Ohio State University dans les années 1990. Il s'agit d'un modèle pédagogique qui part du principe que de petits groupes d'étudiants au niveau d'habiletés variées (regroupés en équipes) doivent travailler ensemble afin que chacun de ses membres vive du succès dans leurs apprentissages et dans leurs expériences en ÉP. Le modèle SE permet à chacun des membres de ces équipes d'occuper un rôle pendant une saison (une session d'ÉP) afin de développer des habiletés et des compétences qui vont amener du succès à l'équipe. Selon Siedentop (2011), le modèle SE favorise le développement du sentiment d'efficacité personnelle et encourage les étudiants à adopter un mode de vie sain et actif sur du long terme.

Les principes clefs du modèle SE

1. Les séquences de cours sont organisées comme une saison sportive comprenant de 10 à 20 rencontres.
2. Les étudiants de niveaux d'habiletés variés sont regroupés très tôt dans la session en équipes. Ils demeurent avec la même équipe pendant toute la session et l'enseignant s'assure d'une certaine uniformité de niveau entre les équipes de sa classe.
3. Les étudiants apprennent dans chacune des équipes un rôle qu'il devront tenir pendant toute la session. Ainsi, en plus de son rôle de joueur lors des matchs, l'étudiant peut jouer le rôle d'entraîneur, de manager, de préparateur physique, de statisticien, d'arbitre, d'agent des médias…
4. Les activités d'apprentissage sont conçues par l'enseignant afin que chaque étudiant vive de la réussite notamment en faisant des mini-matchs en petit groupe.
5. L'enseignant introduit petit à petit les connaissances en lien avec l'activité finale (généralement un tournoi) dans l'activité.
6. Une saison de SE se base sur une série de compétitions ayant lieu à chaque cours et se finit par une compétition finale.
7. Le format habituel est constitué de 3 équipes dans une classe : 2 équipes sont en jeu et la troisième s'occupe de l'arbitrage et des statistiques lors des confrontations.
8. Lors de la saison SE, les résultats et les statistiques des équipes sont comptabilisés et rendus publics pour déterminer un gagnant du championnat, mais aussi pour informer les étudiants de leurs progressions.
9. Les points accumulés pour le championnat sont accordés pour le franc-jeu, les victoires, le travail en équipe, l'échauffement ou tout autre sujet jugé pertinent par l'enseignant.
10. La saison se conclut par un tournoi festif au cours duquel des prix sont attribués pour chacun des rôles joués au cours de la saison.

Les trois buts du modèle SE

- Former des étudiants compétents dans le sport.
- Développer la littératie sportive des étudiants.
- Encourager la pratique positive dans le sport.

OBJECTIFS DE RECHERCHE

Objectif : Comparer l'évolution de la motivation des étudiants avant et après un cours d'ultimate frisbee suivi avec l'approche SE.

Théorie de l'autodétermination

La théorie de l'autodétermination (TAD) propose de concevoir la motivation sur un continuum de l'autodétermination passant par l'amotivation, la motivation extrinsèque et la motivation intrinsèque. La caractérisation principale de cette conceptualisation repose sur une distinction entre une motivation autodéterminée (ou autonome) et une motivation contrôlée (autonomous versus controlled motivation). Une motivation autodéterminée mène à une action issue de notre propre volition, alors qu'une motivation contrôlée renvoie à un comportement réalisé sous une pression externe.

Le continuum de l'autodétermination selon la TAD

Amotivation	Motivation extrinsèque				Motivation intrinsèque
Absence de régulation	Régulation externe	Régulation introjectée	Régulation identifiée	Régulation intégrée	Régulation intrinsèque
Absence de motivation	Motivation contrôlée		motivation autodéterminée		
Faible autonome relative	←			→	Grande autonomie relative

Tableau tiré de Ryan et Deci (2012), page 102.

MÉTHODOLOGIE

Cette recherche a été réalisée dans le cadre d'un PAREA auprès de deux enseignants d'ÉP et de quatre groupes d'étudiants en ultimate frisbee dans deux cégeps : Sherbrooke et Trois-Rivières.

Questionnaire en ligne pour les étudiants

Échelle de la motivation dans le sport (EMS) (Brière, Vallerand, Blais et Pelletier, 1995), composé de 28 items répartis sur une échelle de Likert à 7 points.

Description des échantillons

Un enseignant dans chaque cégep a implanté la formule SE dans deux cours d'ultimate frisbee.

Cégep	Femmes	Hommes	Âge moyen
Sherbrooke	20 (57,1%)	15 (42,9%)	17,4 ans
Trois-Rivières	13 (30,2%)	30 (69,8%)	18,5 ans

RÉSULTATS

EMS - Sherbrooke

	Prétest		Post-test		Test de rang de Wilcoxon
	Moyenne	Écart type	Moyenne	Écart type	Sig
Motivation intrinsèque	58,34	11,01	62,89	11,85	0,009
Motivation extrinsèque	44,57	12,07	49,71	10,72	0,001
Amotivation	6,37	2,96	5,54	2,25	0,033

Nos analyses statistiques nous révèlent que la motivation intrinsèque et la motivation extrinsèque ont augmenté significativement et que l'amotivation a diminué significativement entre le prétest et le post-test. D'après ces résultats, nous constatons que l'approche SE a eu un impact favorable sur la motivation des étudiants de Sherbrooke comparativement à leurs expériences antérieures.

EMS - Trois-Rivières

	Prétest		Post-test		Test de rang de Wilcoxon
	Moyenne	Écart type	Moyenne	Écart type	Sig
Motivation intrinsèque	47,23	18,56	55,00	17,36	0,001
Motivation extrinsèque	37,53	15,10	41,49	14,88	0,028
Amotivation	7,07	3,57	7,00	3,62	0,492

Les analyses statistiques démontrent qu'il y a une augmentation significative de la motivation intrinsèque et extrinsèque et que la moyenne de l'amotivation reste sensiblement là même entre les deux questionnaires. D'après ces résultats, nous constatons que l'approche SE a aussi eu un impact favorable sur la motivation intrinsèque et extrinsèque des étudiants dans le cours d'ultimate frisbee à Trois-Rivières.

DISCUSSIONS ET CONCLUSIONS

Dans cette recherche, nous avons essayé une nouvelle approche pédagogique (SE) et nous avons voulu connaître son impact sur la motivation des étudiants. Les résultats nous montrent que l'approche SE a un impact favorable sur la motivation intrinsèque et extrinsèque des étudiants comparativement aux cours précédemment vécus en ÉP par les étudiants. Ces résultats sont très intéressants étant donné que la motivation intrinsèque est le type de motivation successible de procurer une modification de comportement à long terme (Tessier et Sarrazin, 2013). Cependant, il est difficile d'avancer des conclusions étant donné notre faible échantillon. Toutefois, nous pouvons constater que cette approche a un impact positif chez la motivation des étudiants et qu'elle représente une stratégie pédagogique intéressante pour les sports collectifs en ÉP au collégial. Dans le cadre de cette recherche, nous avons également recueilli des données qualitatives relatives à l'expérience vécue par les étudiants et les enseignants dans le modèle SE. Ces résultats ainsi que des analyses plus précises des données en lien avec la TAD seront présentés dans le rapport PAREA qui sera disponible en ligne à l'automne 2018. Enfin, nous allons poursuivre ces expérimentations avec une recherche quasi expérimentale pour évaluer le modèle SE dans une PAREA qui se terminera en juin 2020.

RÉFÉRENCES

Brière, N.M., Vallerand, R.J., Blais, M.R., et Pelletier, L.G. (1995). Développement et validation d'une mesure de motivation intrinsèque, extrinsèque et d'amotivation en contexte sportif : L'Échelle de Motivation dans les Sports (EMS). *International Journal of Sport Psychology, 26*, 465–489.

Chiasson, L. (2004). *Analyse des habitudes de vie des cégépiens et des cégépiennes*. Rapport de recherche PAREA, Cégep de Lévis-Lauzon.

Deci, E. L. et Ryan, R. M. (2012). Self-determination theory. In P. A. M. Van Lange, A. W. Kruglanski et E. T. Higgins (dir.). *Handbook of theories of social psychology: volume 1*. London: Sage publications.

Desbiens, J.-F., Beaudoin, S., Spallanzani, C., Turcotte, S., Leriche, J. et coll. (2014). *Salient features of sport teaching in high school physical education courses in Canada*. Communication présentée par affiche lors du Congrès de l'International Association of Physical Education in Higher Education (AIESEP) University of Auckland, New Zealand.

Grenier, J. (2006). *Description de l'habitude de pratique régulière d'activités physiques des étudiants de niveau collégial*. Rapport de recherche PAREA. Montréal: Cégep du Vieux Montréal.

Lemoyne, J. (2012). *Éducation physique : vers l'adoption d'un mode de vie actif ? Étude sur les influences des cours d'éducation physique au collégial*. Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, Rapport de recherche PAREA (2008-012). Shawinigan : Cégep de Shawinigan.

Leriche, J et Walczak, F. (2014). Les obstacles à la pratique sportive des cégépiens. Recherche subventionné par le Programme d'aide à la recherche sur l'enseignement et l'apprentissage (PAREA). Sherbrooke : Cégep de Sherbrooke.

Siedentop, D., Hastie, P. A. et Van der Mars, H. (2011). *Complete Guide to Sport Education*. Human Kinetics, 2e edition, États-Unis, 209 pages.

Tessier, D et Sarrazin, P. (2013). La motivation autodéterminée. Dans Tessier, D. (2013). *La motivation*. Éditions EPS: Paris, p. 29–46.

Unesco (2015). L'éducation physique de qualité. Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture. Paris : Unesco.

Québec

CÉGEP TROIS-RIVIÈRES

cégep de Sherbrooke