



2020 ARIS Liège

INSPIRER LES JEUNES À S'ENGAGER DANS L'ACTIVITÉ PHYSIQUE
TOUT AU LONG DE LA VIE :

RÔLE DU PROFESSEUR D'ÉDUCATION PHYSIQUE AU REGARD DE
LA THÉORIE DE L'AUTODÉTERMINATION



Prof. Dr. Leen Haerens
Department of Movement and Sport Sciences
Ghent University, Belgium



ÉDUCATION PHYSIQUE!



2017, Retos, 31, 245-251

© Copyright: Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041 (www.retos.org)

Preparing physically educated citizens in physical education. Expectations and practices Preparar ciudadanos físicamente bien educados en Educación Física. Expectativas y prácticas

Marc Cloes
University of Liege (Belgium)



Abstract. Since physical education (PE) became a compulsory school subject, its objectives have often been related to the expectations of society. Since the turn of the new millennium, this has resulted in PE being increasingly linked to the promotion of physically active lifestyles. In this paper, we try to determine whether practitioners have the capacity to reach recent objectives for the subject or should reconsider their work on this issue. Moreover, we propose to extend the current focus on physical literacy to encompass the concept of societal transfer, underlining the need for an authentic pedagogy of PE.

Keyword. Physical education, Physical activity promotion, physical literacy, societal transfer.

Resumen. Dado que la educación física (PE) se convirtió en una asignatura escolar obligatoria, sus objetivos han estado a menudo relacionados con las expectativas de la sociedad. Desde el cambio del nuevo milenio, esto ha dado lugar a que la Educación Física esté cada vez más vinculada a la promoción de estilos de vida físicamente activos. En este trabajo, tratamos de determinar si los profesionales tienen la capacidad de alcanzar los objetivos recientes para el tema o deben reconsiderar su trabajo en este tema. Además, proponemos ampliar el enfoque actual de la alfabetización física para abarcar el concepto de transferencia de la sociedad, subrayando la necesidad de una auténtica pedagogía de la educación física.

Palabras clave: Educación física, promoción de la actividad física, alfabetización física, transferencia social.

Les professeurs d'EP doivent devenir la pierre angulaire de la promotion de l'AP à l'école

– MAIS

- EP = 'La pilule qui n'est pas prise' (McKenzie & Lounsbury, 2009)
- Manque de preuves supportant des contenus et des pédagogies efficaces pour l'éducation physique et à la santé (HBPE) (Haerens et al, 2011)

MVPA



sdt

Est-ce qu'augmenter le temps d'AP à intensité modérée à élevée (MVPA) est **LE MOYEN** de promouvoir l'engagement à long-terme dans l'AP?



Est-ce vrai?....



JOURNAL OF TEACHING IN PHYSICAL EDUCATION, 2004, 23, 252-263
© 2004 HUMAN KINETICS PUBLISHERS, INC.

Physical Activity Levels in Elementary-School Physical Education: A Comparison of Swimming and Nonswimming Classes



14 min MVPA

Greet Cardon, Stefanie Verstraete, Dirk De Clercq,
and Ilse De Bourdeaudhuij
Ghent University, Belgium

Journal of Sport & Exercise Psychology, 2012, 34, 457-460
© 2012 Human Kinetics, Inc.



Students' Objectively Measured Physical Activity Levels and Engagement as a Function of Between-Class and Between-Student Differences in Motivation Toward Physical Education



9 min MVPA

Nathalie Aelterman, Maarten Vansteenkiste, Hilde Van Keer,
Lynn Van den Berghe, Jotie De Meyer, and Leen Haerens
Ghent University

Determine evidence for the utility of self-determination theory in physical educa-

Augmenter la MVPA pendant l'EP est insuffisant pour engendrer des bénéfices de santé

(e.g. Harris, 2000, Cardon et al, 2004, Aelterman et al, 2010)

L'EP comprend un large panel d'objectifs d'apprentissage qui sont tous importants

Est-ce qu'un programmes d'activité physique intégré **LE MOYEN** de promouvoir l'engagement à long-terme dans l'AP?!

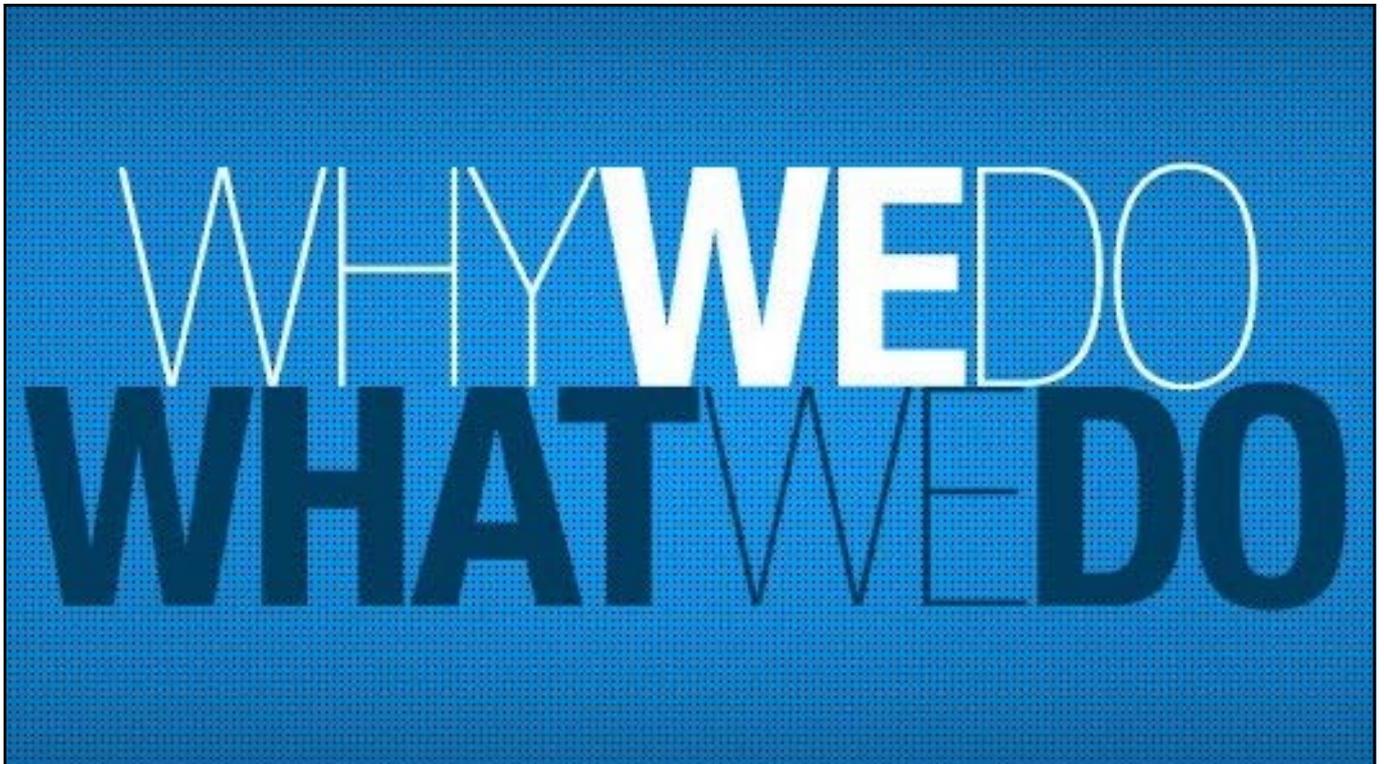


Oui, mais...

© Original Artist
Reproduction rights obtainable from
www.CartoonStock.com



search ID: sran125



Théorie de l'auto-détermination



Prof. Edward Deci
(University of Rochester, NY)

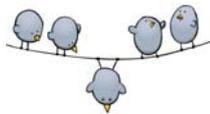


Prof. Richard Ryan
(University of Rochester, NY)

3 Besoins

A

Autonomie



C

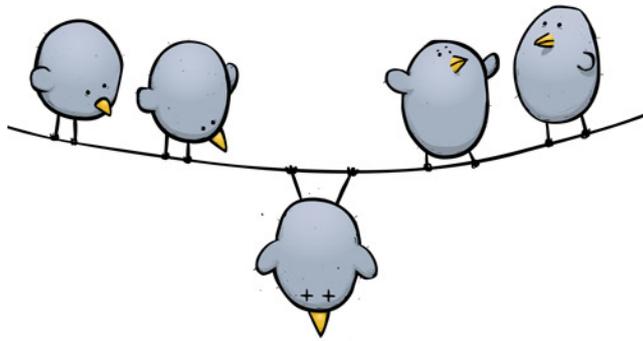
Compétence



R

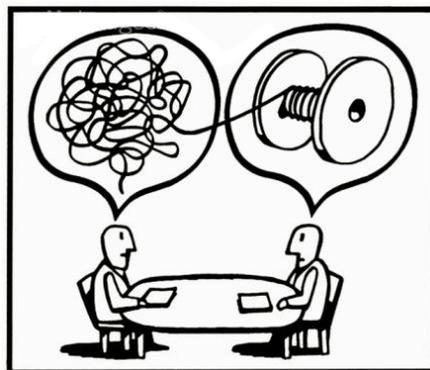
Relations
(appartenance sociale)





AUTONOMIE

JE PEUX ETRE MOI-MÊME
C'EST MON PROPRE CHOIX
J'AI PRIS L'INITIATIVE PAR MOI-MÊME



COMPÉTENCE

Perception de réussite
Atteindre des objectifs
Développer des compétences

Sara: "C'est amusant de faire du tennis en club, c'est comme une seconde famille."

Quinten: "Les gens me respectent et se soucient de moi."

RELATIONS SOCIALES

Relations chaleureuses, bienveillantes et positives



Motivation autonome



AUTONOMOUS MOTIVATION



- AP augmentée durant l'EP (Aelterman et al, 2012)
- Plus d'AP durant les loisirs (Haerens et al, 2010)

Personal
value

Interest and
enjoyment

Identified
regulation

Intrinsic
motivation



Also see Ntoumanis, 2001; Standage et al., 2012; Markland & Tobin, 2010; Verloigne, et al., 2012; Hagger et al., 2006; Sebire et al., 2011; see Teixeira et al., 2012 for a review

Quest, 2011, 63, 321-338
© 2011 National Association for Kinesiology and Physical Education in Higher Education

Toward the Development of a Pedagogical Model for Health-Based Physical Education

Leen Haerens, David Kirk, Greet Cardon,
and Ilse De Bourdeaudhuij



AUTONOMOUS MOTIVATION

Qu'est ce l'HBPE?

=amener les jeunes à **apprécier** et à **valoriser** la pratique de l'activité physique toute leur vie afin qu'ils soient (de manière autonome) **motivés** à devenir / rester actifs en dehors de l'éducation physique



Conclusion

Amener les jeunes à valoriser et à
apprécier l'activité physique est
LA FAÇON de promouvoir
l'engagement à vie dans l'AP!



Comment?



ECHANTILLON

- n=627
- 10.40 ± 1.15 ans
- 324 garçons; 51.67%



ECHANTILLON

- n=215
- 13.64 ± .58 ans
- 142 garçons; 66.05%



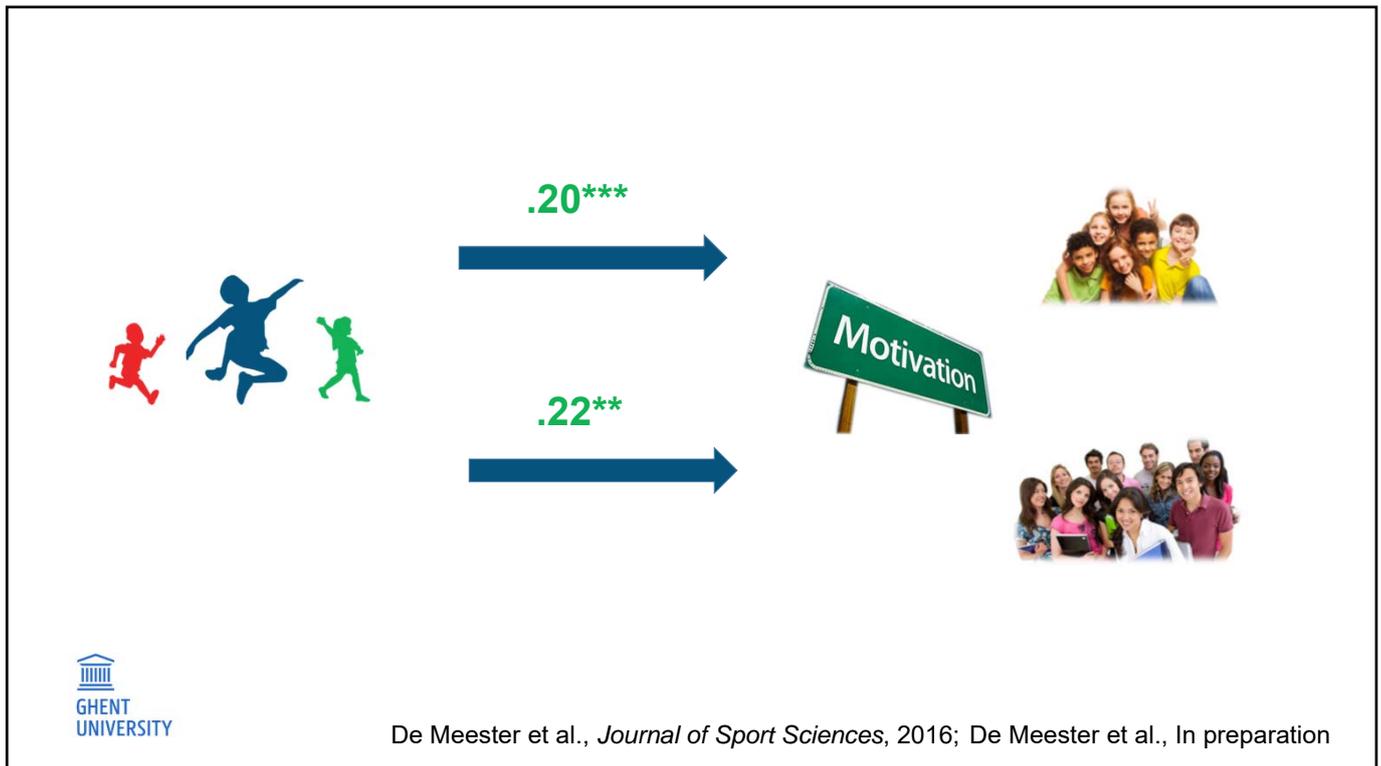
MESURES

Tests de coordination pour les enfants

- Orientés vers le produit
- 4 sous-tests



BREQ; (Aelterman et al., 2012)



Comment?

Construire des compétences authentiques

GHENT UNIVERSITY

Cependant, les corrélations ne sont pas si fortes



ECHANTILLON

- n=215
- 13.64 ± .58 ans
- 142 garçons; 66.05%



MESURES

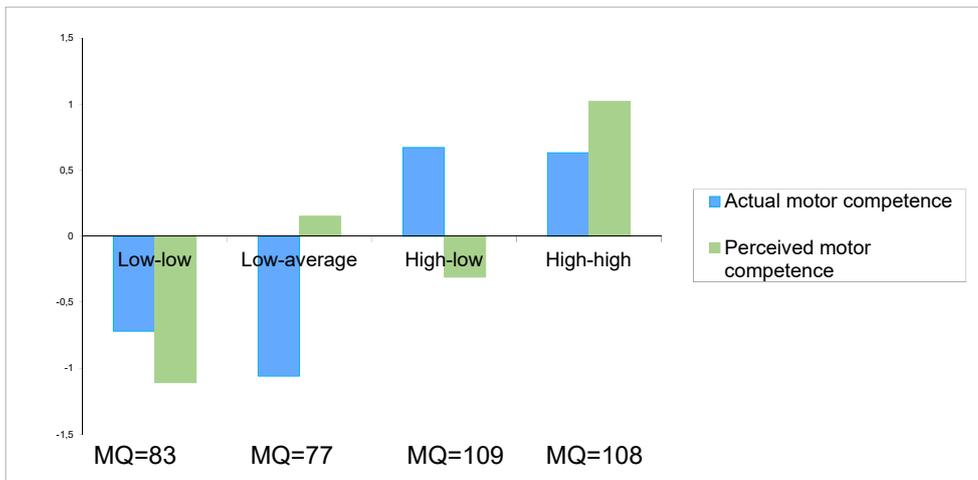
Tests de coordination pour les enfants

- Orientés vers le produit
- 4 sous-tests

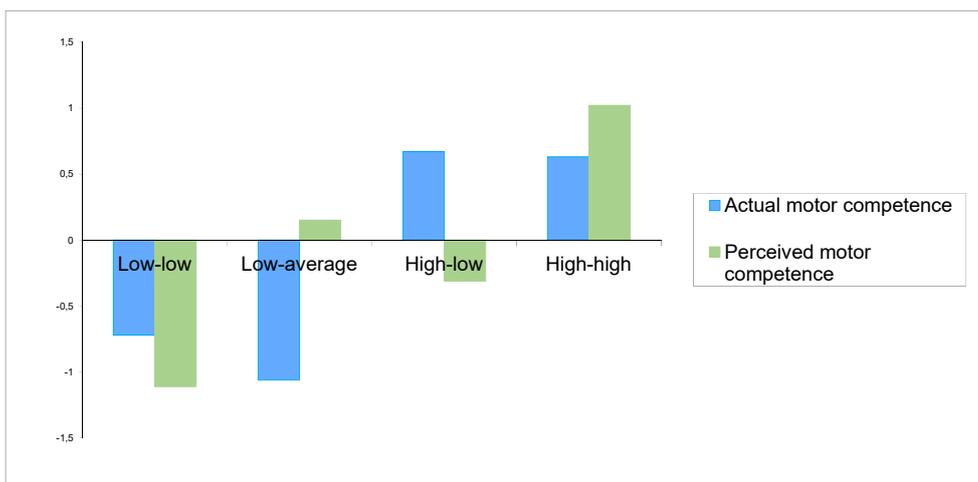


Perceived motor competence
(Whitehead, 1995)

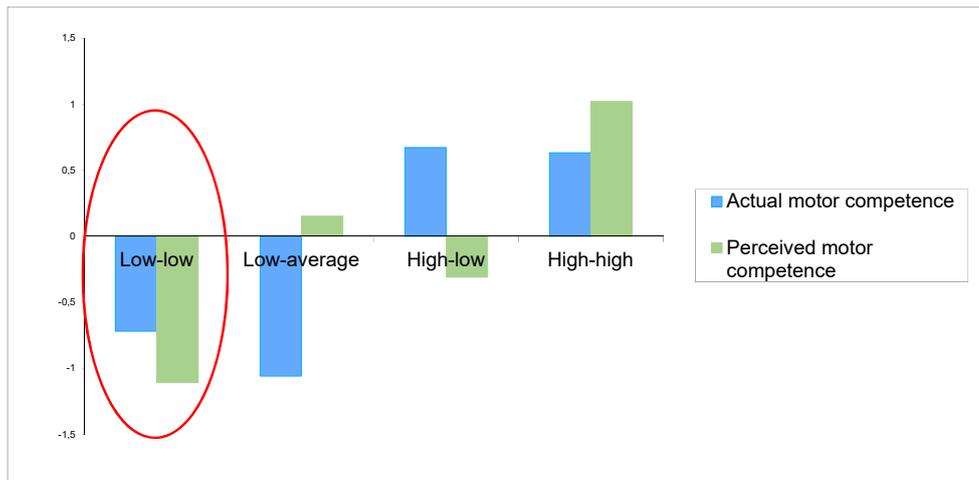




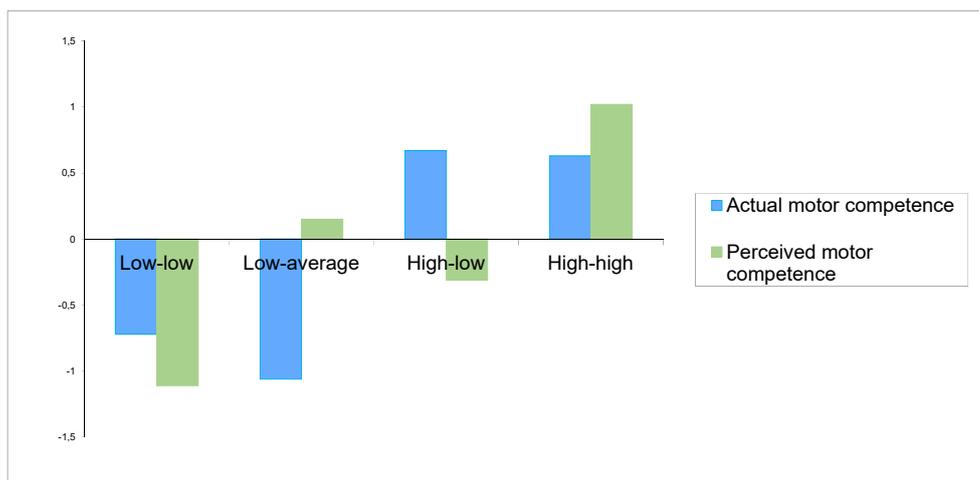
Selon-vous, quel groupe appréciera et valorisera **le moins** l'éducation physique?



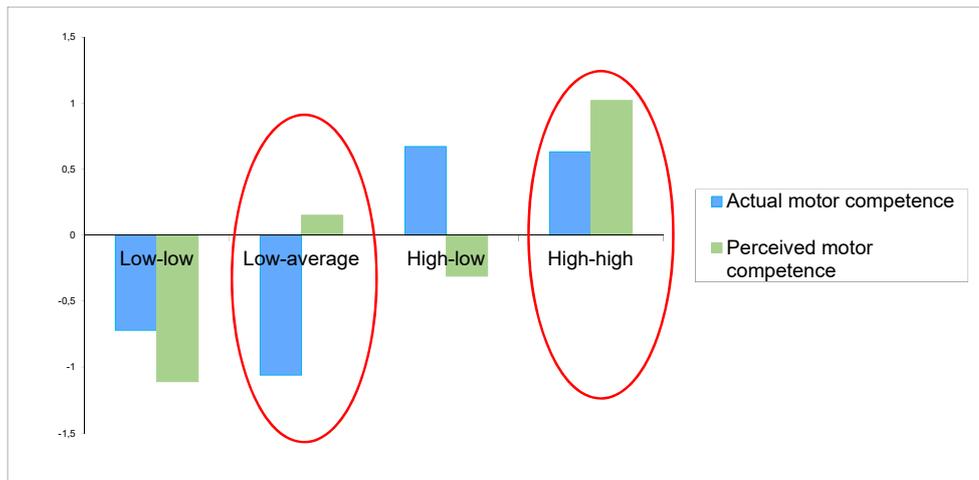
Selon-vous, quel groupe appréciera et valorisera **le moins** l'éducation physique?



Selon-vous, quel groupe appréciera et valorisera **le plus** l'éducation physique?



Selon-vous, quel groupe appréciera et valorisera le plus l'éducation physique?



Comment?

Construire des compétences authentiques
+ Compenser un manque éventuel de compétences



Comment?

Construire des compétences authentiques

Comment?

Rétroaction (feedback) motivante



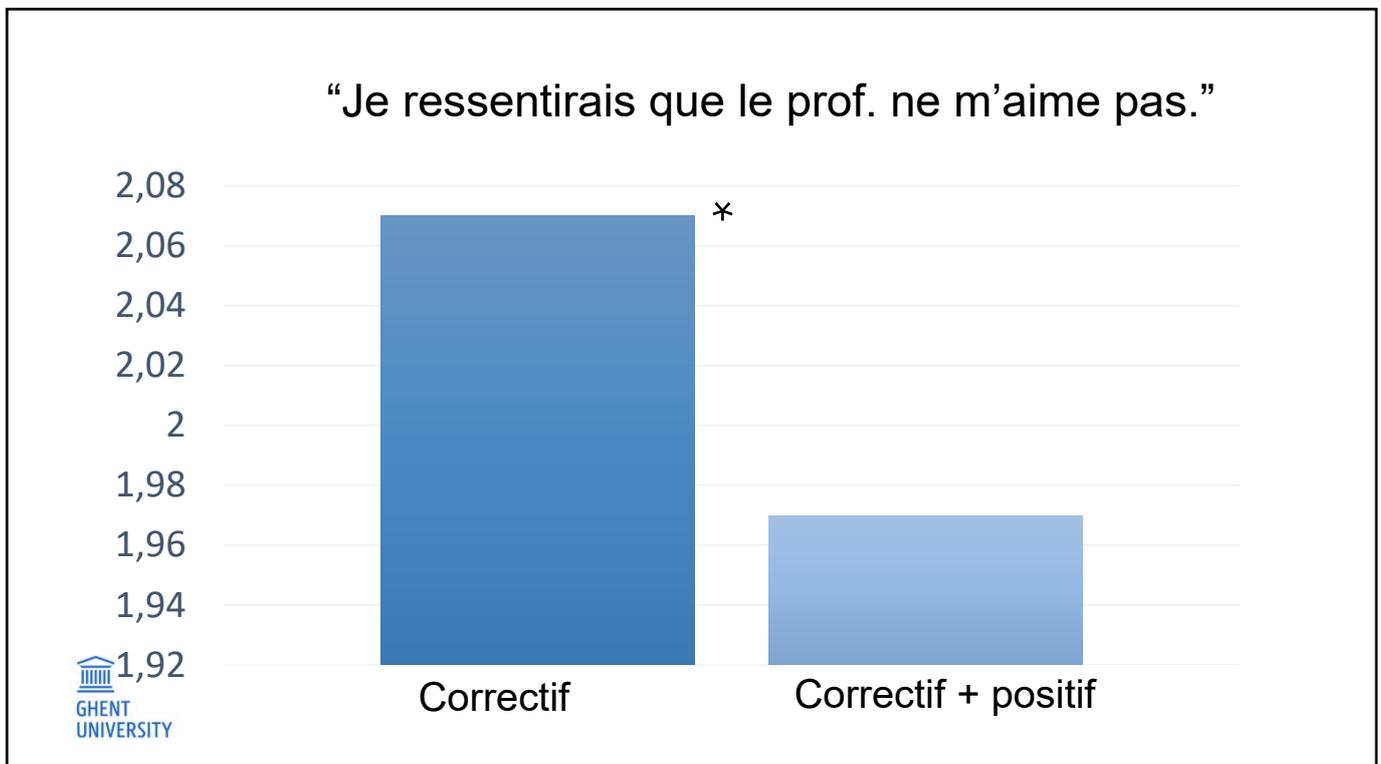
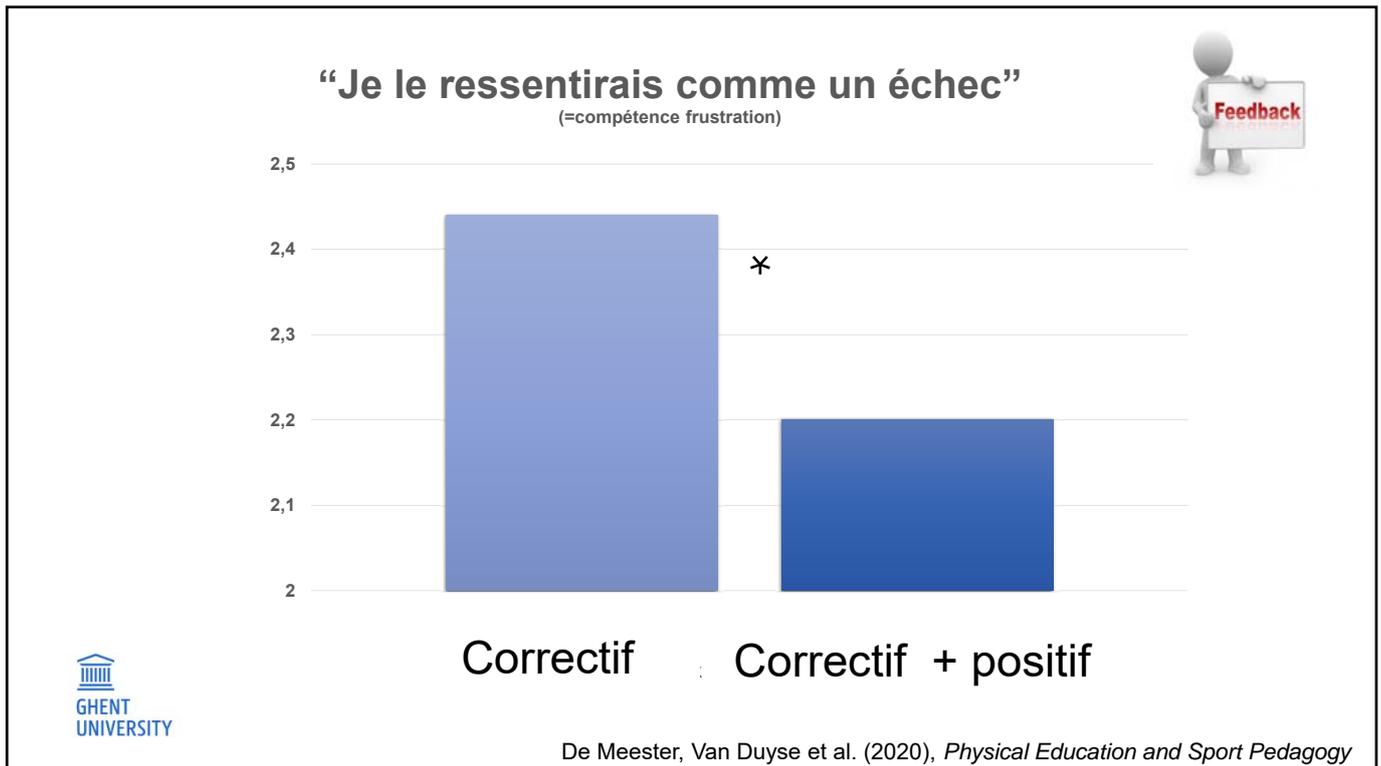
337 étudiants, 1^{ère} secondaire

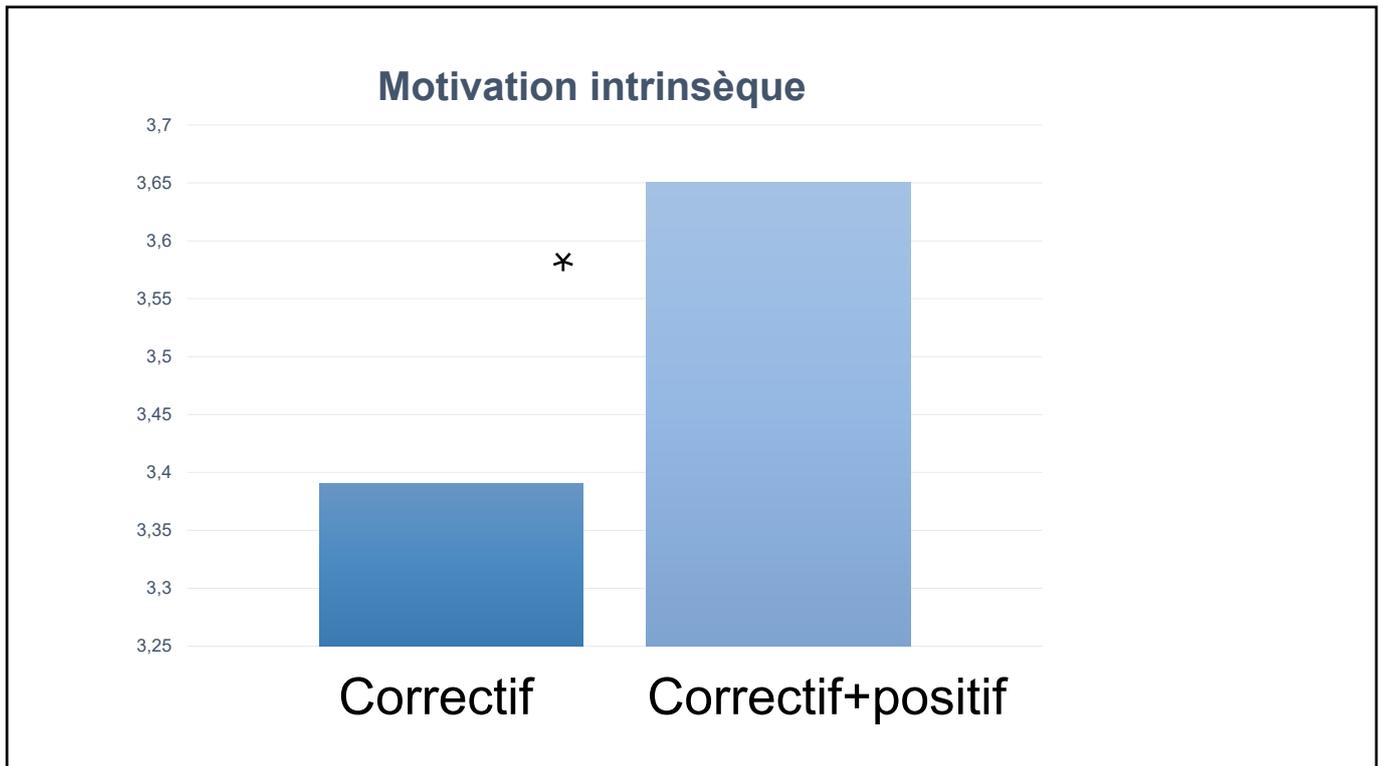


Feedback correctif



Feedback concret positif et correctif

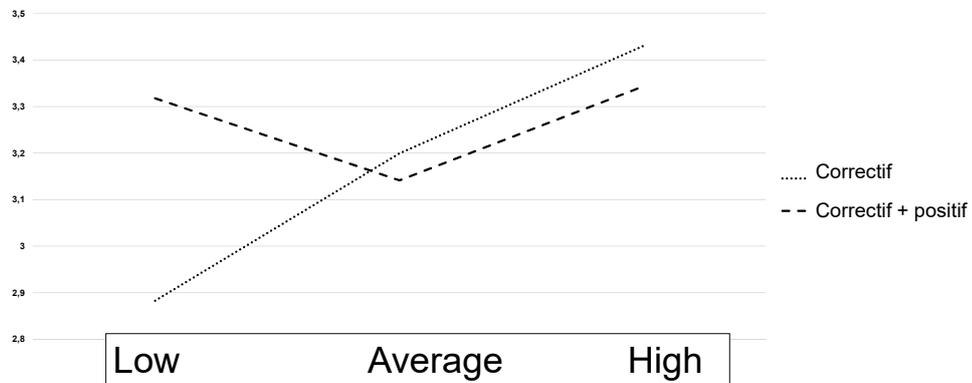




Compétences motrices



Je me sens efficace (=compétence satisfaction)



FEEDBACK POSITIF?!



ETUDE EXPÉRIMENTALE

1) Participants

- 176 enfants (78 garçons)
- 17 écoles
- Agés de 9 à 13 ans (moyenne: 10,6 ans)



Drs. J. Galle



JOUR 1 - Pré-experimental

Questionnaire
Compétences motrices (KTK)

JOUR 2 – Experimentation

JOUR 1 - Pré-experimental

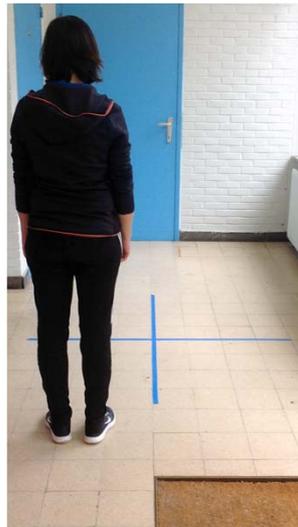
Questionnaire
Compétences motrices(KTK)

JOUR 2 – Manipulation**ESSAI 1 – FACILE
(succès)**

3x coordination
3x contrôle d'objet

Instruction standard

*“Nous allons pratiquer
certains exercices que
les enfants de ton âge
sont capables
d'exécuter”*





JOUR 1 - Pré-experimental

Questionnaire
Compétences motrices(KTK)

JOUR 2 – Manipulation

ESSAI 1 – FACILE (succès)

3x coordination
3x contrôle d'objet

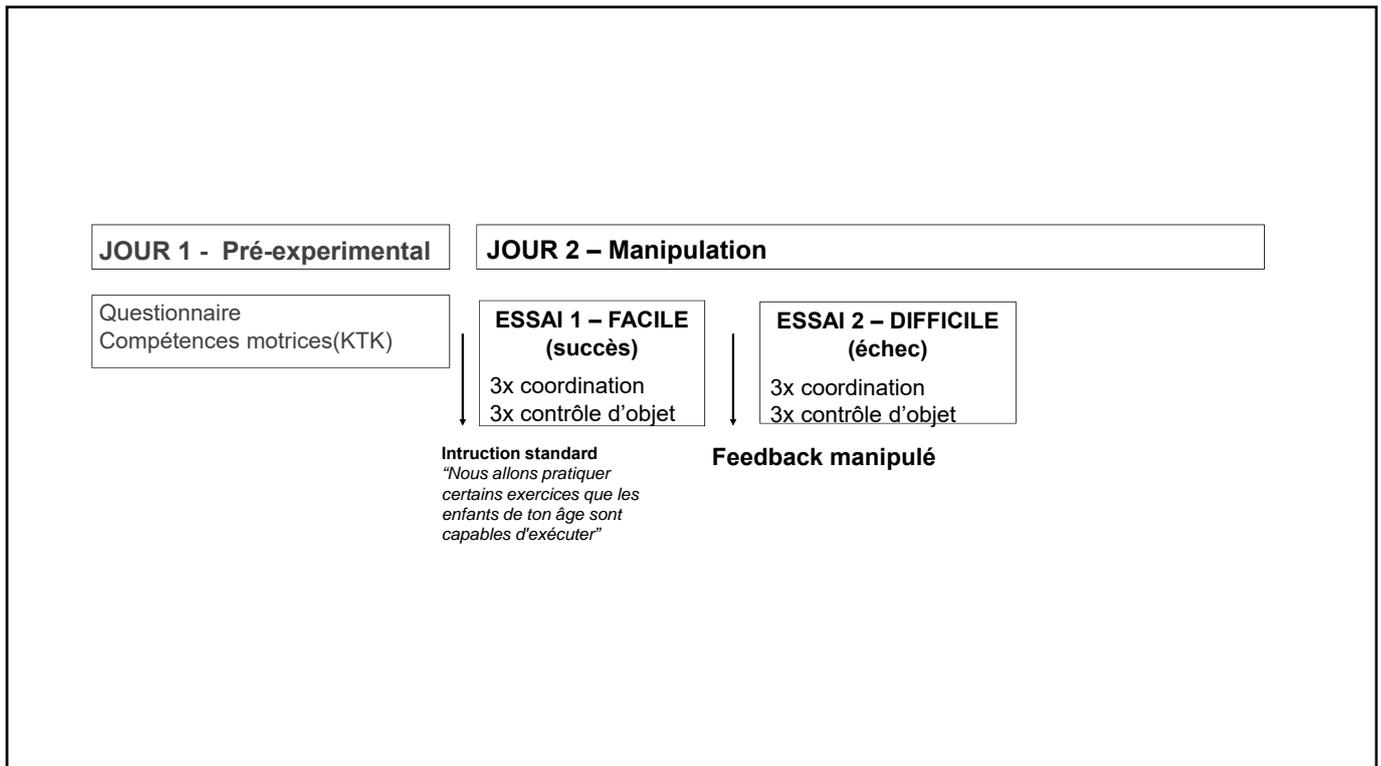
Instruction standard

Feedback manipulé

1. Rétroaction positive orientée vers la personne (talent)
"Bien joué, tu es très doué"

2. Rétroaction positive orientée vers la tâche (effort)
"Bien joué, tu t'es donné à fond et j'apprécie ton effort"

3. Rétroaction neutre positive (contrôle)
"Bien joué"





3 sauts pied gauche
3 sauts pied droit

Taper dans les mains sur les sauts pairs


50



JOUR 1 - Pré-experimental

Questionnaire
Compétences motrices(KTK)

JOUR 2 – Manipulation

ESSAI 1 – FACILE (succès)

3x coordination
3x contrôle d'objet

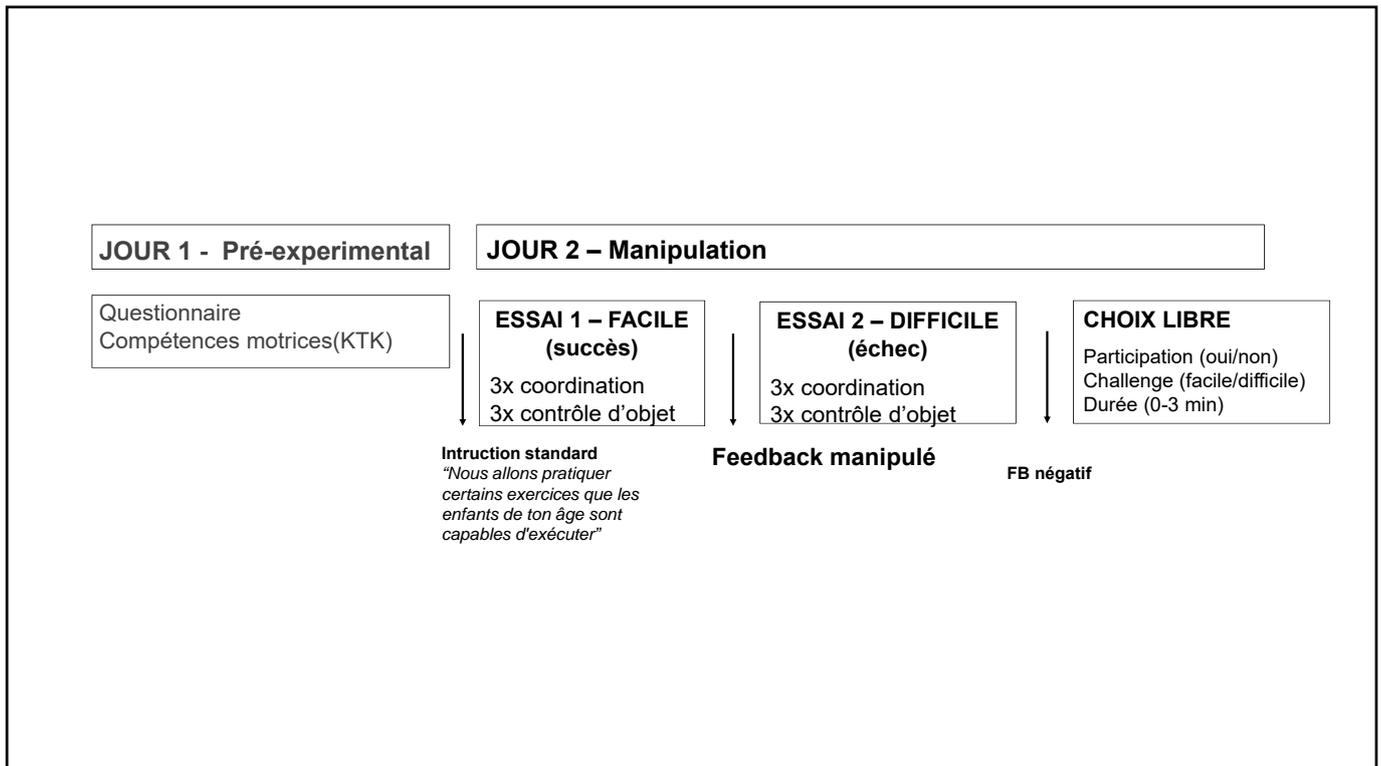
Intruction standard
*"Nous allons pratiquer
certains exercices que les
enfants de ton âge sont
capables d'exécuter"*

ESSAI 2 – DIFFICILE (échec)

3x coordination
3x contrôle d'objet

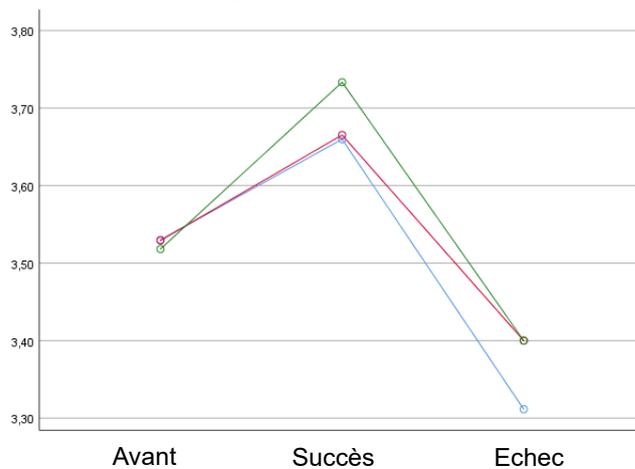
Feedback manipulé

Feedback négatif
*"Ce n'était pas bon du
tout, c'était bien pire
que les autres enfants
de ton âge"*



Notre manipulation expérimentale a-t-elle fonctionné?

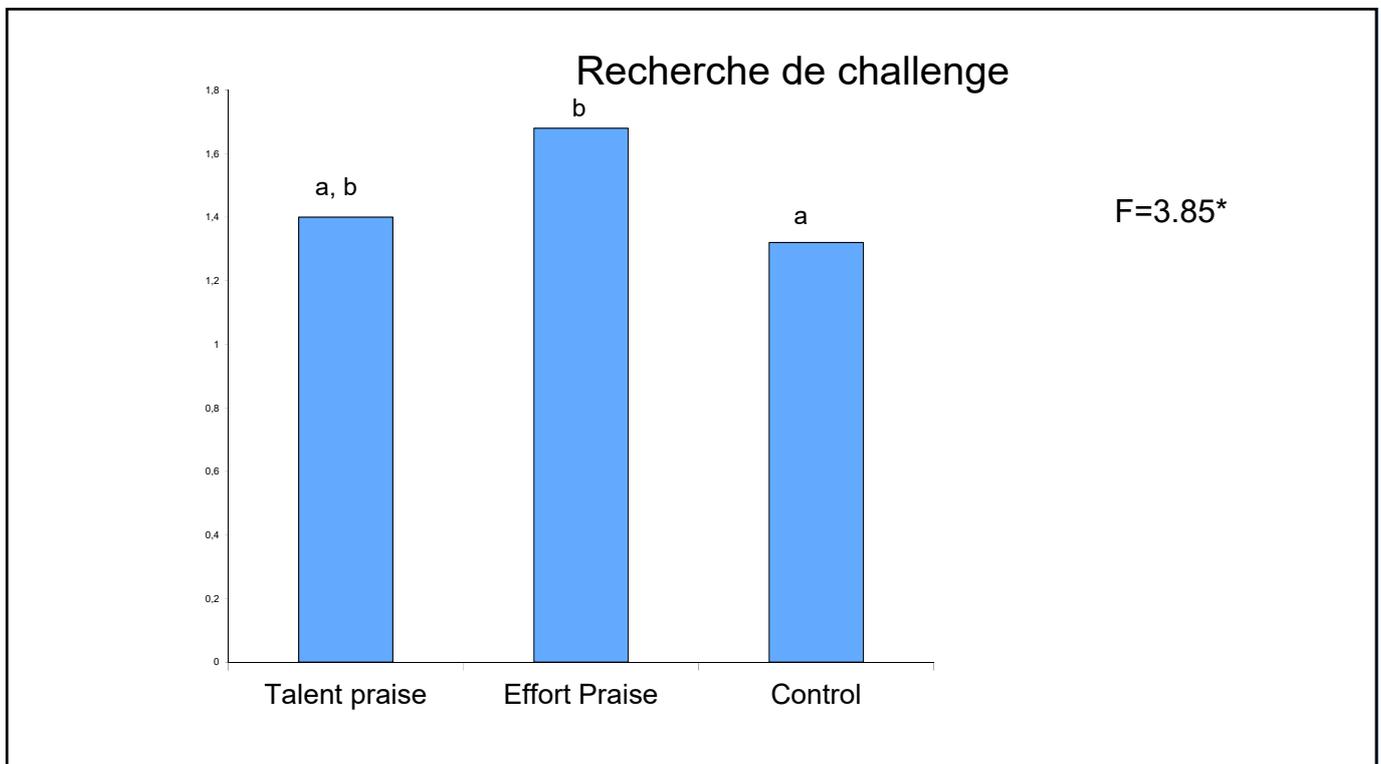
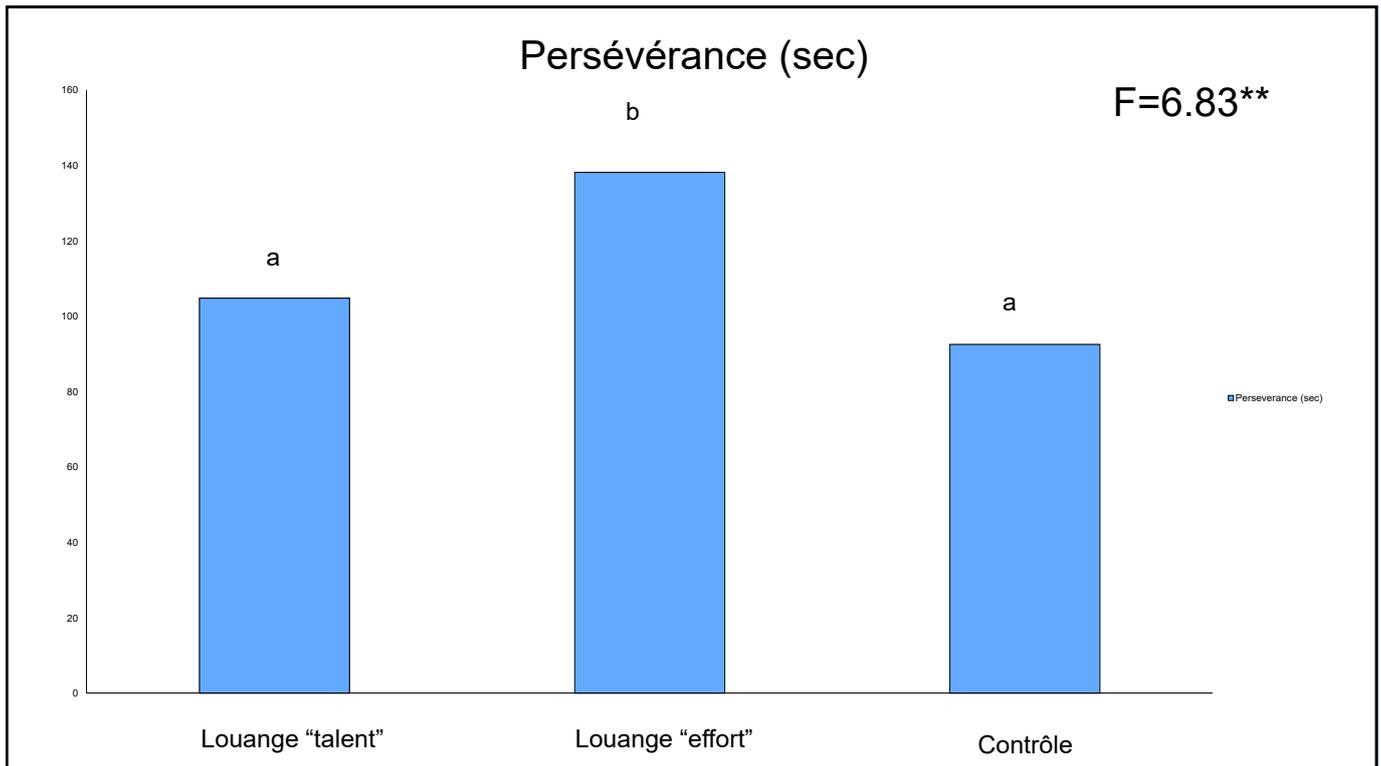
Compétence satisfaction



— LOUANGE "TALENT"
— LOUANGE "EFFORT"
— CONTRÔLE

$$F_{\text{temps}} = 23,97^{***}$$

$$F_{\text{temps*condition}} = 0,31$$



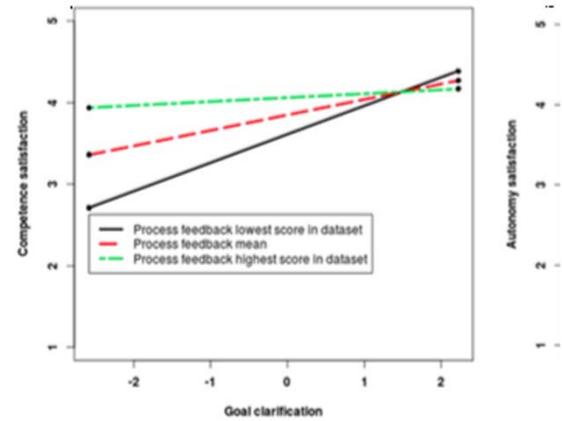
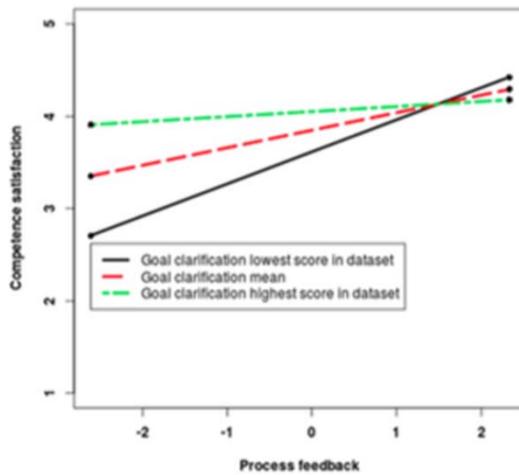
Les effets étaient indépendants des compétences
motrices réelles des enfants!!!



- Etude longitudinale
- 570 élèves (EP), 24 classes
- 6 leçons d'EP



C. Krijgsman et al.

Krijgsman et al. (2019), *Learning and Instruction*

Comment?

Construire des compétences authentiques

Comment?

Orienté "tâche"

Donner des FB motivationnels
Clarifier les objectifs d'apprentissage

Positif

FEEDBACK POSITIF ORIENTÉ VERS LA TÂCHE

CLARIFIER LES OBJECTIFS



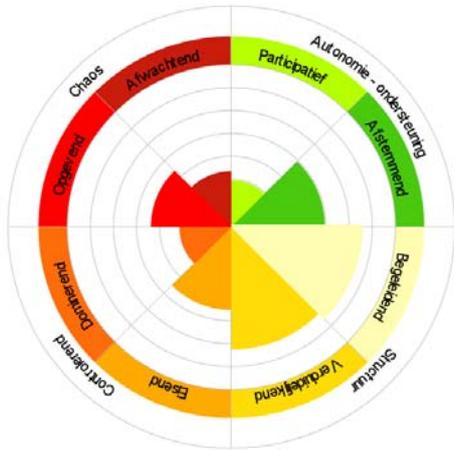
[HTTPS://VOBSERVER.DREAMSANDCREATIONS.SITE](https://vobserver.dreamsandcreations.site)

Découvre ton propre style motivationnel

Analyse ton propre style

Conseils & exemples pratiques

Découvre ton propre style motivationnel



Questionnaire en situation à l'école



Aelterman, N., Vansteenkiste, M., Haerens, L., Soenens, B., Fontaine, J. R., & Reeve, J. (2018). Toward an integrative and fine-grained insight in motivating and demotivating teaching styles: The merits of a circumplex approach. *Journal of Educational Psychology*.

Copyright ©

Analyse ton propre style

ANALYSE OVERVIEW

Klik hier of sleep video(s) naar hier om te uploaden



[GEÛPLOAD OP 18/04/2018](#)

Analyseer

[ANALYSES](#)

18/04/2018
Betekenisvolle uitleg geven



18/04/2018
Duidelijkheid creëren



Copyright ©

STRUCTUUR

BEGELEIDEND

Motiverende feedback
Zetinzicht stimuleren

VERDUIDELIJKEND

Duidelijkheid creëren
Consequent opvolgen

AUTONOME ONDERSTEUNING

AFSTEMMEND

Spelplezier voeden
Betekenisvolle uitleg geven
Uitnodigend Communiceren

PARTICIEF

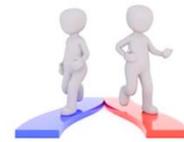
Inbreng stimuleren
Aanbieden van keuze

Start Analyse

Copyright ©

Intrapersoonlijk VS interpersoonlijk

Motiverende feedback



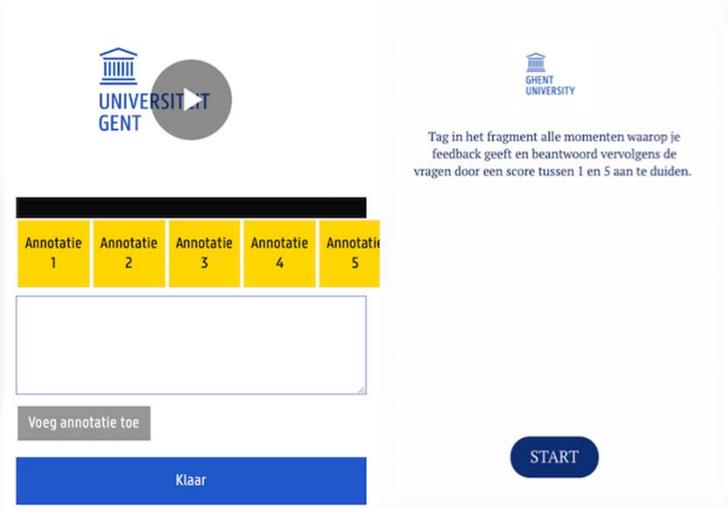
1. Positieve feedback

2. Correctieve feedback

3. Negatieve feedback



Copyright ©





Plan d'action personnalisé

Copyright ©

Conclusion

Amener les jeunes à valoriser
et à apprécier l'activité
physique est
LA FAÇON de promouvoir
l'engagement à vie dans l'AP!



Comment?

Construire des
compétences
authentiques

Élever le niveau des
compétences perçues





Comment?

L'importance du soutien à l'autonomie

Dialogue entre l'enseignant en EP Yoric et l'enfant de 10 ans Marc Cloes



⇒ Essayez de vous mettre dans la peau de Marc

⇒ Note: Yoric a passé beaucoup de temps à préparer sa leçon, a mal dormi et n'est pas de très bonne humeur aujourd'hui

Début de la leçon

Marc: Oh non, on fait encore cet exercice? C'est dur et ennuyeux!

PE teacher Yoric: Allez Marc, n'exagère pas, ce n'est pas comme si on faisait cet exercice tout le temps.

Marc: Mais si! On l'a encore fait jeudi passé, et je ne l'aime pas du tout.

PE teacher Yoric: Bien Marc, dans la vie tu devras faire beaucoup de choses que tu n'aimes pas, et il est important que tu sois très actif pour atteindre un poids plus sain 😊, donc tu dois être plus persévérant.

Marc: Pff. C'était beaucoup plus amusant avec Mr Lenzen...



PE teacher Yoric: Marc, ça suffit, tu es irrespectueux. Commence à t'exercer maintenant, ou tu files chez le directeur.

Marc: *L'air en colère, soupire, commence à s'exercer*

Comment vous êtes vous sentis dans la peau de Marc?

⇒ Ne se sens pas écouté, ses sentiments:

- ... **minimisé**
- ... **refusé**
- ... **embarrassé**

⇒ Ses besoins psychologiques de base ne sont pas écoutés!

- Il se sent sous pression
- Il se sent rejeté
- Il se sentira probablement incompetent

Début de la leçon

Marc: Oh non, on fait encore cet exercice? C'est dur et ennuyeux!

PE teacher Yoric: Allez Marc, n'exagère pas, ce n'est pas comme si on faisait cet exercice tout le temps.

Minimiser la plainte

Marc: Mais si! On l'a encore fait jeudi passé, et je ne l'aime pas du tout.

PE teacher Yoric: Bien Marc, dans la vie tu devras faire beaucoup de choses que tu n'aimes pas, et il est important que tu sois très actif pour atteindre un poids plus sain, donc tu dois être plus persévérant.

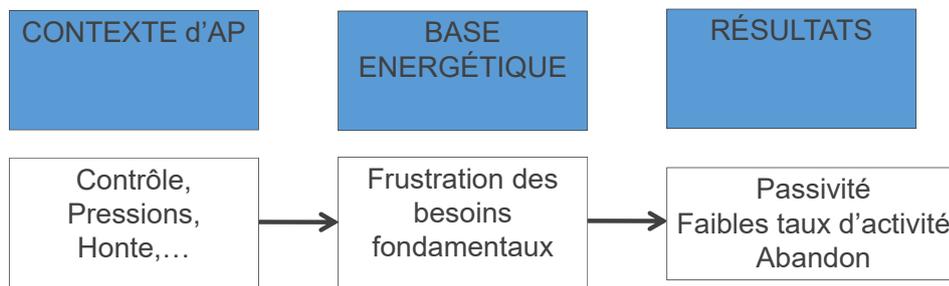
Faire pression; honte

Marc: Pff. C'était beaucoup plus amusant avec Mr Lenzen...

PE teacher Yoric: Marc, ça suffit, tu es irrespectueux. Commence à t'exercer maintenant, ou tu files chez le directeur.

Menace

Marc: *L'air en colère, soupire, commence à s'exercer*



Haerens, L., Aelterman, N., Vansteenkiste, M., Soenens, B., & Van Petegem, S. (2015). Do perceived autonomy-supportive and controlling teaching relate to physical education students' motivational experiences through unique pathways? Distinguishing between the bright and dark side of motivation. *PSYCHOLOGY OF SPORT AND EXERCISE*, 16(3), 26–36.

Avons-nous des preuves empiriques?

D'autres ont également abordé cette question

(e.g., Assor et al., 2005; Bartholomew et al., 2011; Gillet et al., 2012)



MÉTHODOLOGIE

ETUDIANTS



N=702
51% de garçons
14.44 ± 1.81 ans

ENSEIGNANTS



- N=56
- 67% d'hommes
- M âge = 39 ± 11 ans
- M expérience = 16 ± 11 ans

MÉTHODOLOGIE



☰ V-observer

Controlling Teaching Behavior (1/2)

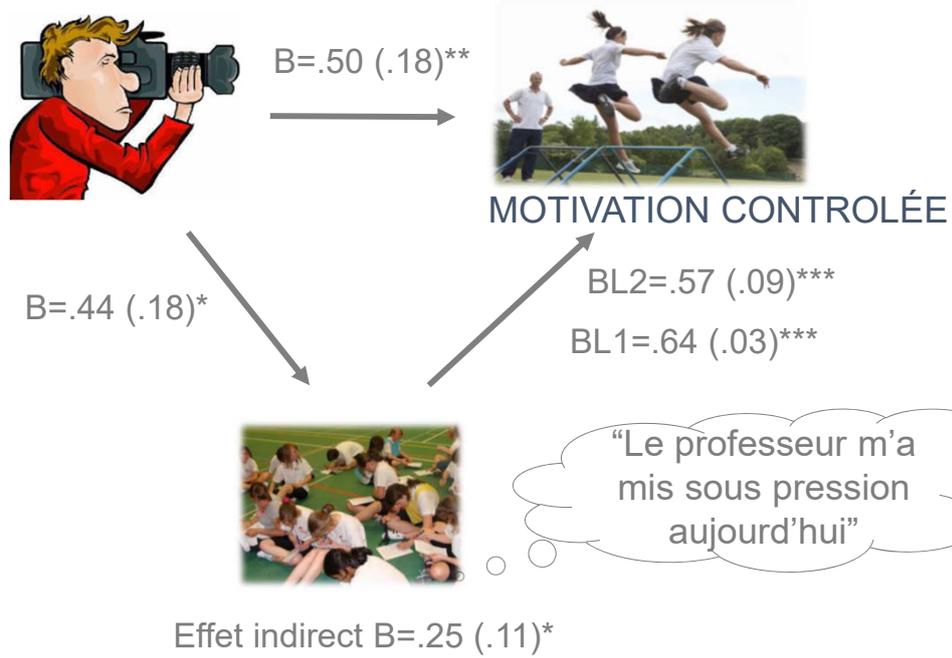
Controlling Teaching Behavior

- ✓ The teacher exercises power over the students by interfering and demanding respect
 never (0) sometimes (1) often (2) always (3)
- ✓ The teacher commands students, uses controlling language and imperatives
 never (0) sometimes (1) often (2) always (3)
- ✓ The teacher is irritable, loses his patience
 never (0) sometimes (1) often (2) always (3)
- ✓ The teacher yells at the students
 never (0) sometimes (1) often (2) always (3)
- ✓ The teacher pressures the students by making an appeal to their self-confidence or pride or induces feelings of guilt and shame
 never (0) sometimes (1) often (2) always (3)
- ✓ The teacher uses destructive criticism when students are not acting in the way the teacher expects them to
 never (0) sometimes (1) often (2) always (3)
- ✓ The teacher does not allow input from the students or reacts negatively to their input
 never (0) sometimes (1) often (2) always (3)

De Meyer, Tallir, Soenens, Vansteenkiste, Aelterman, Van den Berghe, Speleers, Haerens. (2014), *Journal of Educational Psychology*



RÉSULTATS



Retournons à notre exemple concret...

Dialogue entre l'enseignant en EP Yoric et l'enfant de 10 ans Marc Cloes



⇒ Mettez vous dans la peau de Marc

Début de la leçon

Marc: Oh non, on fait encore cet exercice? C'est dur et ennuyeux!

PE teacher Yoric: Tu ne te sens pas capable de réaliser cet exercice aujourd'hui Marc?

Marc: Non! Nous avons fait cet exercice la semaine dernière et je n'aime vraiment pas ça.

PE teacher Yoric: Eh bien Marc, nous pourrions faire un exercice différent, mais pourquoi penses-tu que je commence la leçon avec cet exercice?

Marc: Je ne sais pas, la semaine dernière vous avez dit quelque chose à propos de se sentir plus énergique et d'être en forme.

PE teacher Yoric: Oui, en effet. Je penserai à un exercice différent pour la prochaine leçon, et si tu as toi-même des idées, tu pourras les partager avec moi, qu'en penses-tu?

Marc: *OK, allons-y ☺*

Vous êtes vous sentis mieux dans la peau de Marc?

⇒ Il se sent compris. Ses sentiments...

...écouté

...pris au sérieux

⇒ Ses besoins psychologiques fondamentaux sont satisfaits!

- Il sent qu'il peut exprimer son opinion et ses souhaits (autonomie)
- Il sent qu'on lui porte de l'attention (appartenance sociale)
- Il est plus susceptible de se sentir compétent

Début de la leçon

Marc: Oh non, on fait encore cet exercice? C'est dur et ennuyeux!

PE teacher Yoric: Tu ne te sens pas capable de réaliser cet exercice aujourd'hui Marc?

Marc: Non! Nous avons fait cet exercice la

Fait preuve de curiosité, essayer de comprendre les souhaits et les plaintes de Marc

PE teacher Yoric: Eh bien Marc, nous pourrions faire un exercice différent, mais pourquoi penses-tu que je commence la leçon avec cet exercice?

Reconnaît, pose des questions

Marc: Je ne sais pas, la semaine dernière vous avez dit quelque chose à propos de se sentir plus énergique et d'être en forme.

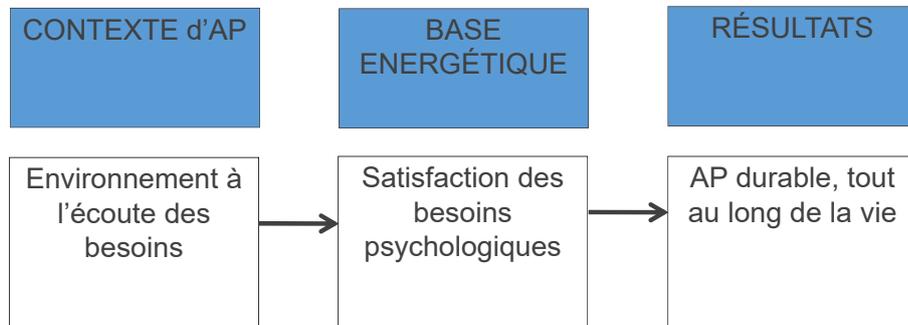
PE teacher Yoric: Oui, en effet. Je penserai à un exercice différent pour la prochaine leçon, et si tu as toi-même des idées, tu pourras les partager avec moi, qu'en penses-tu?

Marc: *OK, allons-y😊*

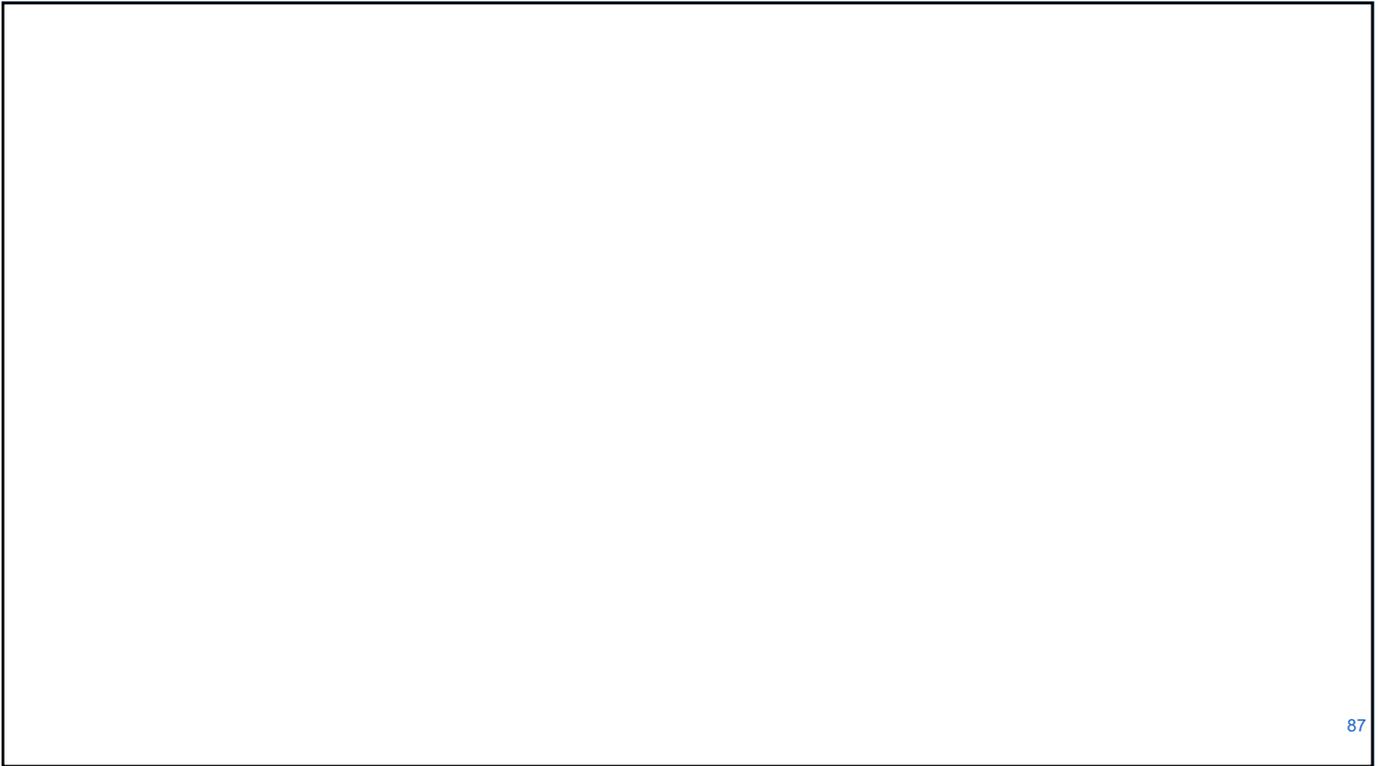
Empathie

Fournir une explication

Demander un produit



Conclusion



2018, March 30, 24:20:20
 El Español / Educación Física de Secundaria de Documento de Educación Física (FEDEF) / SDT / Edición impresa / 179 / 176 / Edición Web / 100 / 240 / (ver contenido)
Preparing physically educated citizens in physical education. Expectations and practices
Preparar ciudadanos físicamente bien educados en Educación Física. Expectativas y prácticas
 Marc Clés
 University of Lige (Belgium)



Abstract. Since physical education (PE) became a compulsory school subject, its objectives have often been related to the expectations of society. Since the early 21st century millennium, this has resulted in PE being increasingly blamed for the promotion of physically active lifestyles. In this paper, we try to determine whether practitioners have the capacity to reach stated objectives for the subject or should reconsider their work on this issue. **Methodology.** We propose to extend the current focus on physical literacy to incorporate the concept of societal transfer, stabilizing the need for an academic pedagogy of PE. **Keywords:** Physical education, Physical activity promotion, physical literacy, societal transfer.

Resumen. Desde que la educación física (EF) se convirtió en una asignatura escolar obligatoria, sus objetivos han tendido a relacionarse con las expectativas de la sociedad. Desde el cambio del nuevo milenio, esto ha dado lugar a que la Educación Física sea cada vez más vinculada a la promoción de estilos de vida físicamente activos. En este artículo, intentamos determinar si los profesionales tienen la capacidad de alcanzar los objetivos sociales antes de tener que replantearse el trabajo en este tema. **Metodología.** Proponemos ampliar el enfoque actual de la alfabetización física para abarcar el concepto de transferencia de la sociedad, reforzando la necesidad de una pedagogía académica de la educación física. **Palabras clave:** Educación física, promoción de la actividad física, alfabetización física, transferencia social.

Les professeurs d'EP doivent devenir la pierre angulaire de la promotion de l'AP à l'école

Ce sont les experts qui peuvent garantir que les activités proposées sont intéressantes, amusantes et significatives



Implications pour les programmes de formation des enseignants en éducation physique

COACH MOTIVANT



AUTONOMOUS MOTIVATION

Personal value	Interest and enjoyment
Identified regulation	Intrinsic motivation

Théorie de l'auto-détermination

