

Cours généraux de la formation « Moniteur Sportif Initiateur »

**Thématique 3 : Facteurs déterminants de
performance et de l'activité**

Module 3 : Motivation, apprentissage et jeu

coralie.eeckhout@uclouvain.be

Préambule

- ✓ Cette présentation vient en support au syllabus des cours généraux du niveau « *moniteur sportif initiateur* », thématique 3 « *Facteurs déterminants de performance et de l'activité* », module 3 « *motivation, apprentissage et jeu* ».
- ✓ Le syllabus est **la** référence des matières abordées dans ce module.
- ✓ Ce support de présentation devrait aider le lecteur et le participant aux cours magistraux à mieux appréhender le contenu de ce module.
- ✓ Le participant à la présentation magistrale des cours est ainsi guidé pour l'étude des matières proposées afin d'optimiser ses chances de réussite.

Objectif de ce module de formation

En résumé ...

- Cette unité de formation tente de montrer entre autre que, quelle que soit la motivation du pratiquant, la notion de **plaisir** est l'élément essentiel au déclenchement et la poursuite de la pratique de l'activité sportive. Pour les enfants, le plaisir est principalement directement lié à l'activité : l'enfant s'amuse en effectuant l'activité. Chez l'adulte, le plaisir peut être directement lié à l'activité et/ou être différé : l'adulte peut pratiquer l'activité pour le plaisir direct que celle-ci lui procure et/ou pour le bien-être ressenti après celle-ci.

- Au terme de cette unité de formation, le candidat « moniteur sportif initiateur » devrait donc être capable de comprendre les éléments et les facteurs motivationnels qui « déclenchent » et/ou qui « entretiennent » la pratique d'une activité sportive.

FAQ

1. Qu'est-ce que la motivation ?
2. Qu'est-ce qui motive les enfants, les adultes à s'engager et à poursuivre une activité sportive ?
3. Pourquoi les enfants et les adultes abandonnent-ils la pratique d'une activité sportive ?
4. Comment motiver à la poursuite d'un apprentissage ?
5. Comment se développe la motivation chez l'enfant ?
6. Quel impact a le type de motivation dans l'activité sportive ?
7. Pourquoi et comment instaurer un climat motivationnel ?

FAQ

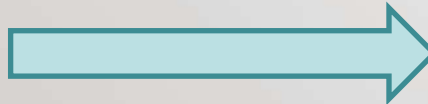
8. Le jeu peut-il être considéré comme un moyen essentiel au service de l'épanouissement et de l'apprentissage ?
9. Qu'est-ce que le jeu ?
10. Quelles peuvent être les fonctions du jeu ?
11. Quel est l'intérêt d'une « approche ludique » de l'activité sportive ?
12. La compétition sportive est-elle un jeu ?
13. La compétition doit-elle être exclue de la pratique sportive ?
14. Références bibliographiques

1. Qu'est-ce que la motivation ?

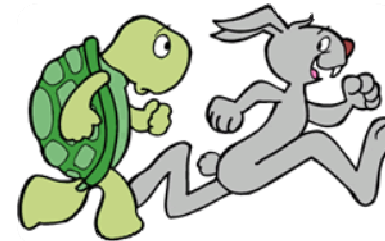
MOTIVATION

INDIVIDU
→ Interne

ENVIRONNEMENT
→ Externe



ACTION

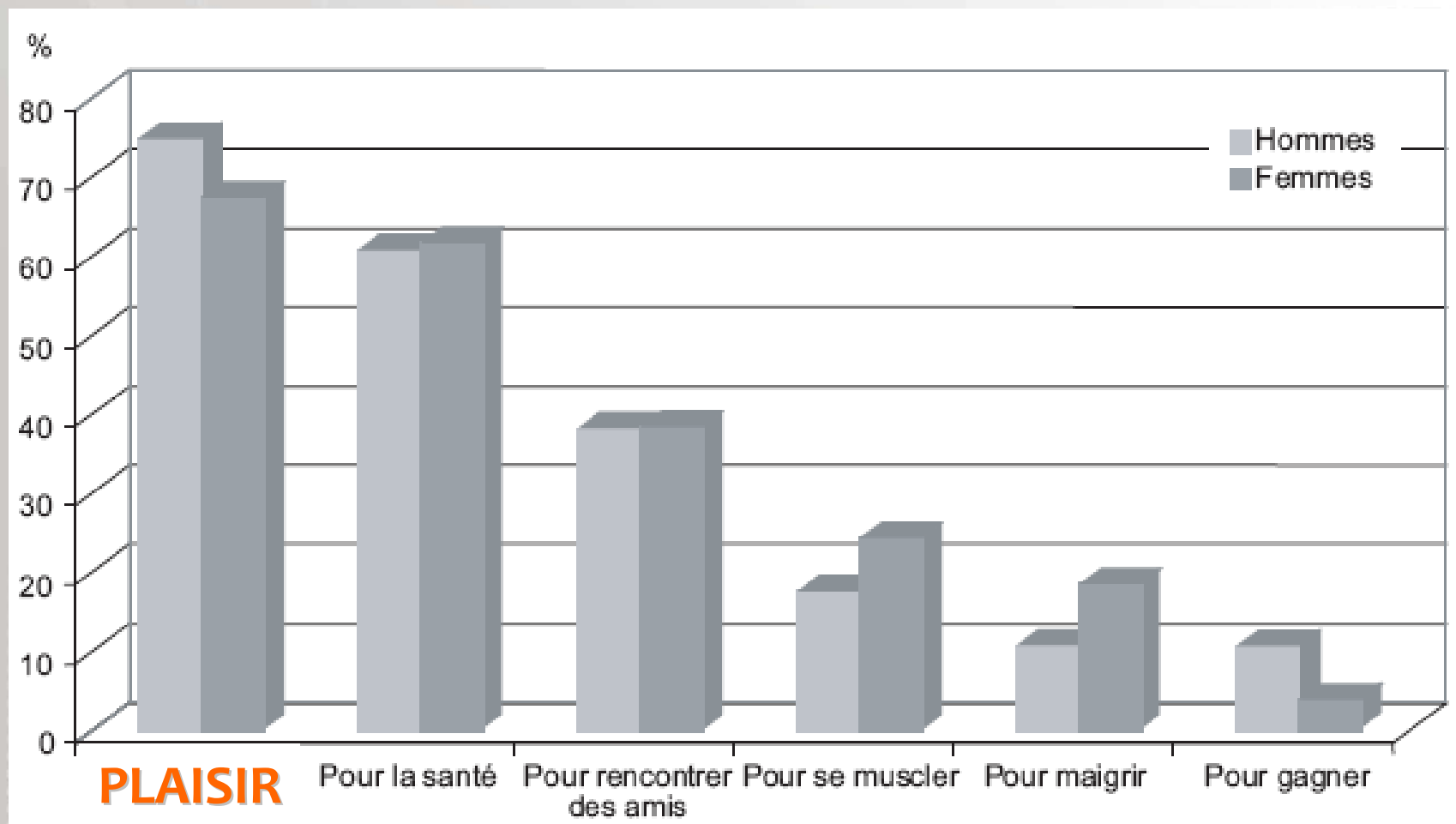


2. Qu'est-ce qui motive à s'engager et à poursuivre une activité sportive ?

- ✓ S'amuser et prendre du plaisir
- ✓ S'améliorer et apprendre de nouvelles habiletés motrices
- ✓ Améliorer sa condition physique et être en bonne santé
- ✓ Partager du temps avec ses amis

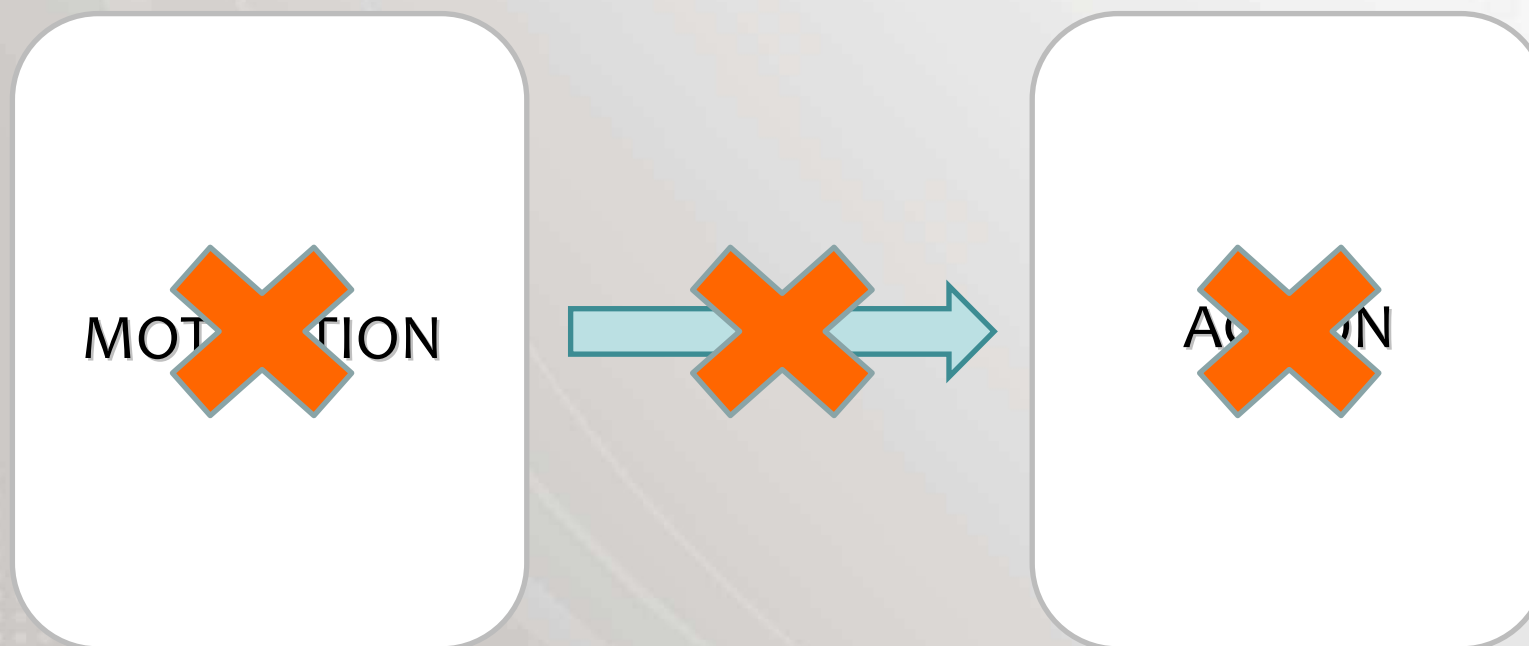
Le PLAISIR !!!

Motivations des pratiques sportives en fonction du sexe



(d'après Guilbert et coll., 2001, Baromètre santé 2000)

3. Pourquoi les enfants et les adultes abandonnent-ils la pratique d'une activité sportive ?

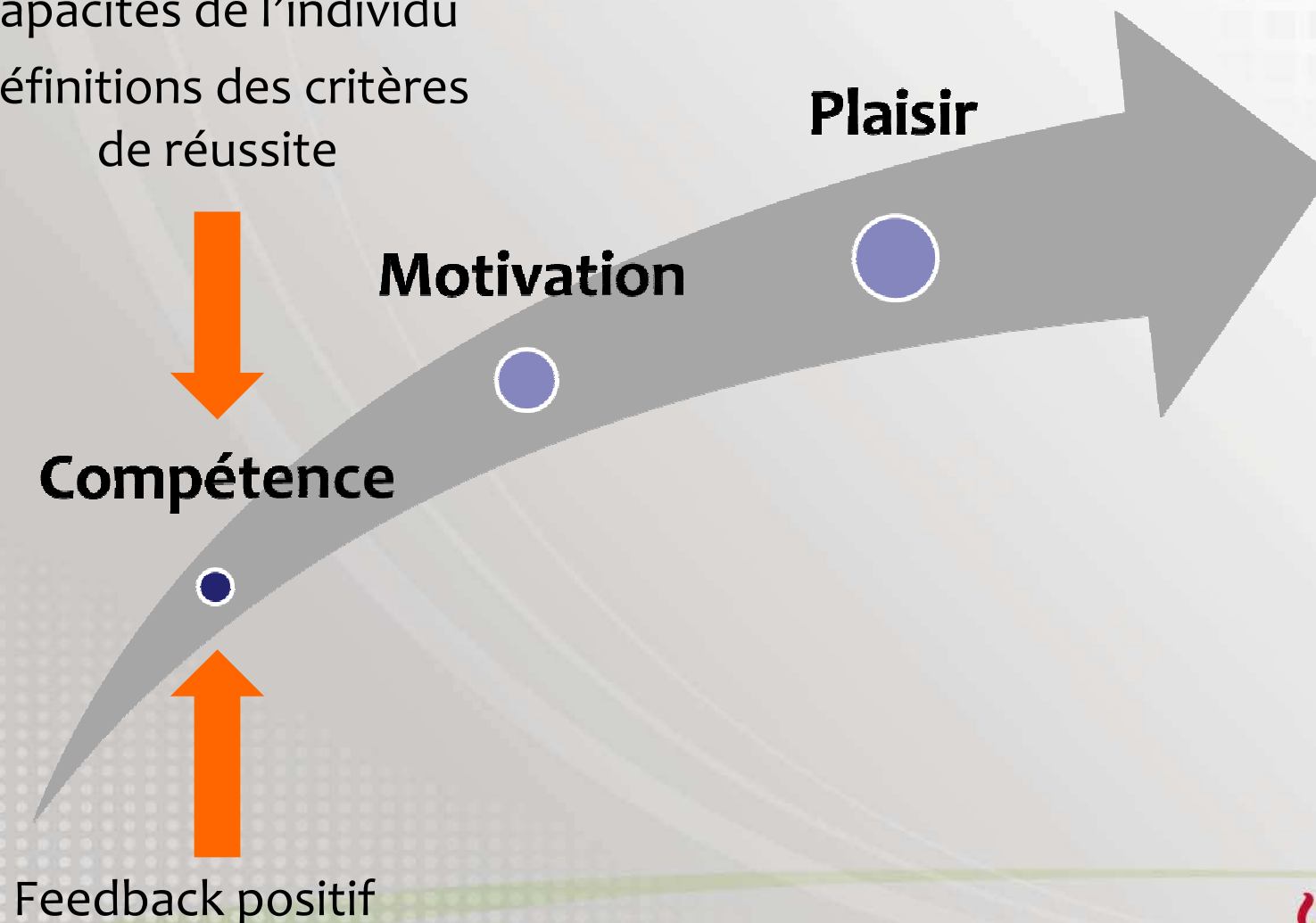


Adolescence → abandon +++

4. Comment motiver à la poursuite d'un apprentissage ?

Activités adaptés aux capacités de l'individu

Définitions des critères de réussite



5. Comment se développe la motivation chez l'enfant ?

➤ Entre 2 à 6 ans

L'enfant est **orienté vers la tâche**. Son objectif est la maîtrise de la tâche.

Compétence = effort et capacité

➤ Vers 6-7 ans

L'enfant devient **orienté vers l'ego**. Sa compétence dépend de celle des autres enfants.

➤ A partir de 11-12 ans

L'enfant oriente sa motivation **vers la tâche et/ou vers l'ego**.

→ Tenir compte de la motivation qui évolue au cours du temps... 11

6. Quel impact a le type de motivation dans l'activité sportive ?

Motivation	Objectif	Définition de la réussite
Vers la tâche	Développer sa compétence personnelle	Compétence = efforts/progrès
Vers l'ego	Exécuter mieux que l'autre	Habilitété/compétence supérieure aux autres

7. Pourquoi et comment instaurer un climat motivationnel ?

Pourquoi?

Le climat motivationnel → rôle important dans le développement de la motivation du pratiquant et de sa confiance en soi.

→ Développer un climat motivationnel **orienté vers la tâche**

= féliciter et encourager les efforts des pratiquants pour persévérer dans la tâche demandée, la coopération et les progrès

Comment?

→ Agir sur différentes composantes de l'activité sportive¹:

- Tâche
- Autorité
- Récompense
- reGroupement
- Evaluation
- Temps

¹ Acronyme TARGET

8. Le jeu, un moyen essentiel au service de l'épanouissement et de l'apprentissage ?

- Le jeu = le « travail » naturel de l'enfant
- Le jeu est essentiel à l' évolution et à la santé de l'enfant.
- Le jeu est lié au développement des compétences
 - psychomotrices
 - intellectuelles
 - affectives
 - de créativité
 - de socialisation

→ **Apprentissage par le jeu = un outil important**

9. Qu'est-ce que le jeu ?

Pour Winnicott, l'enfant joue :

- par plaisir
- pour exprimer de l'agressivité
- pour maîtriser l'angoisse
- pour accroître son expérience
- pour établir des contacts sociaux

Selon Caillois, le jeu est une activité:

- libre
- séparée
- incertaine
- improductive
- réglée
- fictive

Selon Parlebas, « le jeu sportif » est « une situation motrice d'affrontement codifiée, dénommée « jeu » ou sport par les instances sociales. Il est défini par son système de règles qui en détermine la logique interne ».

10. Quelles peuvent être les fonctions du jeu ?

Fonctions du jeu:

- fonctionnelle
- Intellectuelle
- symbolique
- de socialisation
- de création

→ Facteur du développement de l'intelligence, de l'identité personnelle et des relations sociales

→ Le jeu est animé par **le plaisir**

11. Quel est l'intérêt d'une « approche ludique » de l'activité sportive ?

La motivation principale pour la pratique de l'activité sportive est de prendre du plaisir.

Le jeu = source de plaisir !

→ L'approche ludique de l'activité sportive permet:

1. l'adhérence et le maintien de la pratique de l'activité
2. l'apprentissage des habiletés motrices

= prendre du plaisir dans l'amélioration de ses compétences personnelles.

12. La compétition sportive est-elle un jeu ?

La notion de compétition n'est pas automatiquement intégrée dans le jeu.

Plusieurs classifications du jeu existent...

Selon Caillois, la compétition est un jeu où les joueurs s'affrontent en exerçant une qualité dans des limites définies et dont le but est de faire reconnaître sa supériorité dans un domaine.

La compétition est un mode de jeu permettant à plusieurs joueurs de rivaliser pour atteindre un même objectif.

13. La compétition doit-elle être exclue de la pratique sportive ?

Non mais doit répondre à certaines conditions :

- ✓ Être source de plaisir et non de stress ou de contrainte ;
- ✓ Répondre aux motivations du sportif;
- ✓ Respecter la santé et le bien-être du pratiquant ;
- ✓ Préserver la sécurité et l'intégrité physique ;
- ✓ Être gouvernée par le souci des grands principes éducatifs, éthiques et moraux.

14. Références bibliographiques

Cox, R. (2005). *Psychologie du sport*. Bruxelles : De Boeck.

Guillet, E., Sarrazin, P., & Cury, F. (2000). L'abandon sportif : de l'approche descriptive aux modèles interactionnistes. *Science et motricité*, 41, 47-60.

Lacombe, J. (2007) *Le développement de l'enfant de la naissance à 7 ans. Approche théorique et activités corporelles*. Bruxelles : De Boeck & Larcier.

Vallerand, R. J. et Thill, E. E. (1993). *Introduction à la psychologie de la motivation*. Laval : Editions Etudes Vivantes.