



S'engager dans le défi de promouvoir l'activité physique des élèves lors du confinement lié au COVID-19 : étude des associations entre les déterminants motivationnels et les comportements des enseignants d'EPS

Note de synthèse - À l'intention des personnels d'inspection d'Éducation Physique et Sportive

Ont participé à la mise en œuvre de cette étude : **Silvio Maltagliati¹, Géraldine Escriva-Boulley¹, Damien Tessier¹, Boris Cheval¹ et Philippe Sarrazin²**

¹ : Laboratoire Sport et Environnement Social (SENS), Université Grenoble Alpes, France

² : Centre Suisse des Sciences Affectives, Université de Genève, Suisse

Août 2020

Remerciements

Nous souhaitons exprimer nos remerciements sincères à André Canvel et Jérôme Louvet pour leur soutien précieux dans l'élaboration du questionnaire utilisé dans cette étude et pour leur participation à la diffusion du questionnaire auprès des enseignants d'EPS.

Nous remercions également l'ensemble des enseignants d'EPS qui ont accepté de participer à cette étude.

Partie 1 - Introduction et objectifs

La pandémie de COVID-19 a transformé nos façons de vivre et soulevé de nombreux défis dans nos sociétés. Suite à la fermeture des établissements scolaires le 13 mars 2020, les pratiques pédagogiques des enseignants ont, par exemple, été bouleversées par ce contexte inédit. Les pratiques pédagogiques des **enseignants d'Éducation Physique et Sportive (EPS)**, pour qui la présence physique des élèves s'avère peut-être plus importante encore que dans n'importe quelle autre discipline, n'ont pas échappé pas à ce constat. En effet, **les contraintes de l'enseignement à distance** ont entravé la mise en place des formes habituelles de pratique des Activités Physiques Sportives et Artistiques (APSA), où le développement **d'habiletés motrices** restait souvent prioritaire. Dans la perspective de maintenir une certaine continuité pédagogique, les enseignants ont alors semblé davantage orienté leurs pratiques pédagogiques vers **la promotion de l'activité physique extra-scolaire**. En effet, de nombreuses initiatives, largement médiatisées, ont été lancées par les enseignants afin d'aider les élèves à rester actifs physiquement, malgré les contraintes associées au respect des mesures de confinement : par exemple, des défis collectifs organisés entre les classes, des chorégraphies *flash mobs* à apprendre... De plus, ces initiatives ont été largement encouragées par **l'Inspection Générale** qui soulignait l'importance de la discipline dans l'adoption « d'une pratique physique régulière adaptée, garante à la fois du maintien de sa santé et d'un bien-être physique et psychologique, à un moment où ceux-ci peuvent être mis à mal » (Eduscol, 2020).

Néanmoins, l'investissement des enseignants dans ce défi n'allait pas de soi. En effet, certaines contraintes associées à ce contexte ont pu entraver l'engagement des enseignants : **comme le fait de se sentir forcé à promouvoir l'activité physique des élèves, se sentir incapable** de promouvoir l'activité physique des élèves à distance, **se sentir peu compétent** quant à l'usage des **outils numériques**, pourtant essentiels pour communiquer avec ses élèves.

Dans ce contexte, le premier objectif de ce travail était d'examiner les changements **des pratiques pédagogiques des enseignants d'EPS** en termes de promotion de l'activité physique extra-scolaire des élèves. Plus précisément, en

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS

comparant les pratiques pédagogiques des enseignants avant et pendant le confinement, ce travail visait à dresser un état des lieux des **changements des comportements** et des **supports privilégiés** par les enseignants pour permettre aux élèves de prendre en charge leur propre activité physique, depuis leur domicile ou aux alentours.

Le second objectif de ce travail était d'examiner l'influence **de déterminants motivationnels** sur l'engagement des enseignants d'EPS dans le défi de promouvoir l'activité physique des élèves lors du confinement. Plus précisément, le modèle explicatif proposé visait à expliquer 1) les changements dans **l'intention de promouvoir l'activité physique des élèves** et 2) les changements dans les **comportements** visant à promouvoir l'activité physique. Pour expliquer ces changements, le modèle proposé intégrait différents **déterminants motivationnels** : la qualité de la motivation (i.e., motivation autonome, contrainte ou amotivation), le sentiment d'efficacité personnelle, l'utilité et la facilité d'utilisation perçues des outils numériques, et le niveau d'engagement au travail. Ces déterminants ont été sélectionnés car la littérature scientifique avait établi leur importance dans l'engagement des enseignants dans des situations de défi, comme celui de promouvoir l'activité physique des élèves malgré leur absence physique. De plus, ces déterminants semblaient jouer un rôle essentiel dans le contexte particulier du confinement et de l'enseignement à distance.

Partie 2 - Méthode

• Procédure et population

Le recueil des données a eu lieu entre la fin du mois d'avril 2020 et le début du mois de juin, période pendant lesquelles les établissements scolaires étaient fermés. Les participants ont été sollicités par différents moyens (i.e., réseaux sociaux, bouche à oreille, sollicitation par les inspecteurs pédagogiques régionaux) et ont été invités à répondre à un questionnaire en ligne. Au total, 1009 enseignants ont commencé à répondre au questionnaire, mais seulement 434 participants ont répondu de manière complète. Une description précise des participants est proposée dans le Tableau 1.

Tableau 1. Caractéristiques de la population.

n = 434	Moyenne ± Écart-type	Étendue
Variables démographiques		
Sexe (nombre de femmes)	221	-
Age	42 ± 11	22 ; 64
Variables socio-professionnelles		
Années d'expérience comme enseignant d'EPS	18 ± 11	1 ; 41
Titulaire en zone de remplacement (n)	22	-
Statut en tant qu'enseignant		
Enseignant stagiaire	7	-
Enseignant contractuel	14	-
Enseignant certifié	330	-
Enseignant agrégé	65	-
Autre statut	8	-
Type d'établissement		
Collège (n)	290	-
Lycée général et technologique (n)	35	-
Lycée polyvalent (n)	39	-
Lycée professionnel (n)	35	-
Collège et lycée (n)	35	-
Education prioritaire		
Etablissement en REP ou REP + (n)	53	-
Académie		
Aix-Marseille	5	-
Amiens	1	-
Besançon	7	-
Clermont	2	-
Créteil	8	-
Dijon	1	-
Guadeloupe	1	-
Grenoble	62	-
Lille	6	-
Lyon	29	-
Mayotte	1	-
Montpellier	25	-
Nancy-Metz	2	-
Nantes	184	-
Nice	11	-
Paris	9	-
Orléans-Tour	49	-
Polynésie française	1	-
Rennes	1	-
Rouen	14	-
Toulouse	1	-

• Outils de mesure

Une première partie du questionnaire interrogeait les enseignants sur leurs pratiques pédagogiques et déterminants motivationnels **avant la période du confinement**. Une seconde partie du questionnaire portait sur ces mêmes variables **pendant la période du confinement**.

A) Évolution des pratiques pédagogiques des enseignants d'EPS

1- Fréquence et supports des comportements visant à promouvoir l'AP extra-scolaire avant et lors du confinement

Les comportements des enseignants en termes de promotion de l'activité physique extra-scolaire ont été évalués, avant et pendant le confinement, grâce à 3 items : « *Avant/pendant le confinement, à quelle fréquence proposiez/proposez-vous des contenus pédagogiques visant... 1) à guider vos élèves dans la réalisation d'une activité physique extra-scolaire* » ; 2) « *aider vos élèves à se fixer des objectifs en termes d'activité physique extra-scolaire à accomplir* » ? 3) « *encourager vos élèves à surveiller leur propre niveau d'activité physique extra-scolaire* ». Les réponses étaient données sur une échelle Likert allant de 1 (Jamais) à 5 (Toujours) et un score global a été obtenu en faisant la moyenne des 3 items.

Ensuite, les formats privilégiés par les enseignants pour atteindre cet objectif avant et pendant le confinement étaient mesurés. Les enseignants étaient invités à indiquer à quelle fréquence ils s'appuyaient sur 1) des documents sous forme de texte, 2) des diaporamas ou des affiches, 3) des tutoriels vidéo, 4) des vidéos en direct par visio-conférence. Les réponses étaient données sur une échelle Likert allant de 1 (Jamais) à 5 (Toujours).

2- Fréquence et supports des retours visant à évaluer l'activité physique extra-scolaire des élèves avant et lors du confinement

Les enseignants étaient invités à rapporter à quelle fréquence ils demandaient à leurs élèves de leur faire un retour sur ce qu'ils réalisaient effectivement en termes d'activité physique extra-scolaire avant et pendant le confinement. Les réponses étaient données sur une échelle Likert allant de 1 (Jamais) à 5 (Toujours).

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS

Ensuite, les formats privilégiés par les enseignants pour demander à leurs élèves de faire ce retour étaient mesurés avant et pendant le confinement. Les enseignants étaient invités à indiquer à quelle fréquence ils s'appuyaient sur 1) des documents écrits (e.g., des résumés écrits), 2) des résumés d'activité physique (e.g., des bilans d'activité physique obtenus sur smartphone), 3) sous la forme de photos ou de vidéos. Les réponses étaient données sur une échelle Likert allant de 1 (Jamais) à 5 (Toujours).

B) Déterminants motivationnels impliqués dans l'évolution des pratiques pédagogiques des enseignants d'EPS

1- Intention de promouvoir l'activité physique extra-scolaire avant et lors du confinement

Comme proposé par la théorie du comportement planifié (Ajzen, 1985), l'intention a été considérée comme le principal déterminant des comportements.

L'intention des enseignants de promouvoir l'activité physique extra-scolaire avant et lors du confinement était mesurée grâce à 2 items : 1) « *Avant/pendant le confinement, j'avais/j'ai l'intention de promouvoir l'activité physique extra-scolaire chez mes élèves* » ; 2) « *Avant le confinement, j'étais/je suis déterminé à promouvoir l'activité physique extra-scolaire chez mes élèves* ». Les réponses étaient données sur une échelle Likert allant de 1 (Pas du tout d'accord) à 7 (Tout à fait d'accord) et un score global a été obtenu en faisant la moyenne des 2 items.

2- Type de motivation relatif à la promotion de l'activité physique extra-scolaire extra-scolaire avant et lors du confinement

Comme proposé par la théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan, 1985), le type de motivation a été considérée comme un déterminant de l'intention. Plus précisément, cette théorie distingue les **motivations autonomes** (i.e., lorsque l'on réalise un comportement pour le plaisir ou pour l'importance associés à ce comportement), **les motivations contraintes** (i.e., lorsque l'on réalise un comportement répondre à des pressions internes (e.g., sentiment de culpabilité) ou externes (e.g., pression hiérarchique) associés à ce comportement) et **l'amotivation** (i.e., lorsque l'on réalise un comportement de manière passive, sans vraiment savoir pourquoi). Les motivations autonomes sont généralement associées à l'intention de

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS

s'engager dans des situations de défi, au contraire des motivations contraintes ou de l'amotivation.

Le type de motivation des enseignants relatif à la promotion de l'activité physique extra-scolaire avant et lors du confinement était mesuré grâce à un seul item (Fernet et al., 2008). Les participants devaient indiquer les propositions correspondaient à leurs raisons de promouvoir l'activité physique extra-scolaire chez leurs élèves : « *car c'était/est plaisant* » pour la motivation intrinsèque, « *car c'était/est important à mes yeux* » pour la motivation identifiée ; « *car je me serais senti/sentirais mal si je ne l'avais/faisais pas* » ; « *car mon métier l'exigeait/exige* » pour la motivation externe ; « *je ne me sens/sentais pas concerné car j'estime/estimais que promouvoir l'activité physique des élèves ne fait/faisait pas partie de mon métier* » pour l'amotivation. Les réponses étaient données sur une échelle Likert allant de 1 (Pas du tout d'accord) à 7 (Tout à fait d'accord). Un score de motivation autonome a été obtenu en faisant la moyenne des items relatifs à la motivation intrinsèque et à la motivation identifiée. Un score de motivation contrôlée a été obtenu en faisant la moyenne des items relatifs à la motivation introjectée et à la motivation externe.

3- Sentiment d'efficacité personnel relatif à la promotion de l'activité physique extra-scolaire avant et lors du confinement

Comme proposé par la théorie socio-cognitive (Bandura, 1986), le sentiment d'efficacité personnelle désigne les croyances d'un individu quant à sa capacité à mettre en place accomplir une série d'actions pour obtenir un résultat donné. Cette variable a été considérée comme un déterminant de l'intention mais aussi, directement du comportement, dans la mesure où ces croyances guident l'engagement des individus dans des situations de défi.

Le sentiment d'efficacité personnel relatif à la promotion de l'activité physique extra-scolaire avant et lors du confinement a été mesuré grâce à 4 items : « *Avant/lors du confinement, à quel point vous sentez-vous confiant quant à votre capacité à... 1) aider vos élèves à se fixer des objectifs en termes d'activité physique extra-scolaire à accomplir ?* » ; 2) « *aider vos élèves à être plus actifs physiquement dans le contexte extra-scolaire* » ? 3) « *aider vos élèves à trouver des moyens d'être actifs physiquement dans le contexte extra-scolaire, notamment pour ceux qui sont les plus inactifs* » ? 4) « *aider vos élèves à surveiller eux-mêmes leur niveau d'activité physique à leur domicile ou aux alentours, afin de se fixer des objectifs plus*

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS

élevés ? ». Les réponses étaient données sur une échelle Likert allant de 1 (Pas du tout confiant) à 7 (Tout à fait confiant) et un score global a été obtenu en faisant la moyenne des 4 items.

4- Utilité et facilité d'utilisation perçues des outils numériques

Comme proposé par le modèle d'acceptation du numérique (Davis, 1989; Scherer & Teo, 2019), l'utilité et la facilité d'utilisation perçues des outils numériques ont été considérées comme des déterminants de l'intention. En effet, dans le contexte de l'enseignement à distance, ces variables étaient supposées jouer un rôle important dans l'engagement des enseignants dans le défi de promouvoir l'activité physique extra-scolaire.

L'utilité et la facilité d'utilisation perçues des outils numériques avant et pendant le confinement ont été respectivement mesurées grâce aux items suivants : « *Avant/pendant le confinement, quel point pensiez/pensez-vous que les outils numériques étaient/sont utiles pour promouvoir l'activité physique extra-scolaire des élèves ?* » ; « *Avant/pendant le confinement, quel point vous sentiez/sentez-vous confiant quant à votre capacité à utiliser les outils numériques ?* ». Les réponses étaient données sur une échelle Likert allant de 1 (Pas du tout confiant pour la facilité d'utilisation ou Vraiment inutiles pour l'utilité perçue) à 7 (Tout à fait utiles la facilité d'utilisation ou Vraiment utiles pour l'utilité).

5- Engagement au travail

L'engagement au travail peut être défini comme un état affectif positif et dynamisant associé au travail, caractérisé par de la vigueur, de l'investissement et de l'absorption dans son métier (Schaufeli et al., 2002). Cette variable a été considérée comme un antécédent de l'intention dans la mesure où la littérature existante souligne qu'un haut niveau d'engagement au travail est associé avec un plus fort engagement dans des situations de défi.

Le niveau d'engagement au travail des enseignants a été utilisée grâce à une échelle en 9 items (Schaufeli et al., 2002). Celle-ci permet de mesurer 3 dimensions de l'engagement au travail : la vigueur au travail (e.g., « *Dans mon travail, je me sens fort et vigoureux* »), l'absorption au travail (e.g., « *Je suis absorbé dans mon travail* ») et l'investissement au travail (e.g., « *Je suis satisfait de mon travail* »). Les participants devaient indiquer à quelle fréquence ils ressentaient les sentiments

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS

proposés quant à leur travail en utilisant une échelle Likert allant de 1 (Jamais) à 7 (Tous les jours). Un score d'engagement global a été obtenu en faisant la moyenne des 9 items ensemble.

C) Traitement statistique

Dans un premier temps, pour examiner les différences en termes de pratiques pédagogiques, des comparaisons des scores obtenus pour la période avant le confinement *versus* pendant le confinement ont été réalisées grâce à des tests-t de Student. Afin de qualifier la force de la différence entre les variables, des indices *d* de Cohen ont été calculés.

Dans un second temps, pour examiner l'influence des déterminants motivationnels sur les changements en termes de pratiques pédagogiques, des modèles par équations structurelles ont été réalisés (Brown, 2006). Des scores résidualisés ont été utilisés dans ces modèles afin de se focaliser sur l'influence des changements au niveau des variables avant et pendant le confinement (Zumbo, 1999). Des associations supplémentaires à celles évoquées dans la partie Méthodes ont été rajoutées afin d'améliorer les qualités prédictives du modèle.

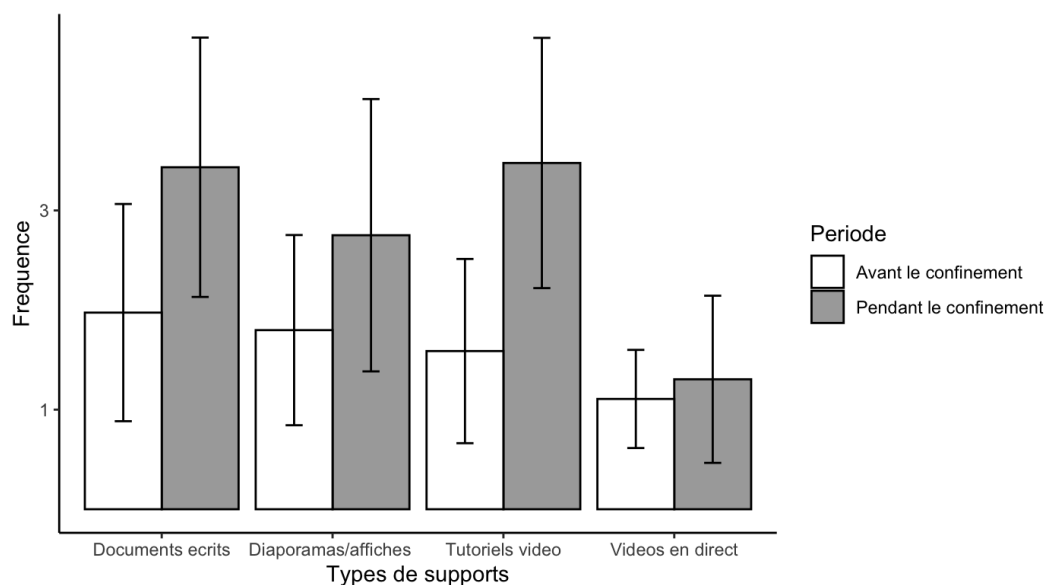
Partie 3 - Résultats

A) Évolution des pratiques pédagogiques des enseignants d'EPS

Des statistiques descriptives sont présentées dans le Tableau 2. La fréquence des comportements visant à promouvoir l'activité physique extra-scolaire augmente de manière significative lors du confinement, avec une taille d'effet forte ($t(433) = 13.74$, $p < .001$, $d = 0.85$).

Pour atteindre cet objectif, la fréquence d'utilisation de documents écrits ($t(433) = 18.36$, $p < .001$, $d = 1.15$), de diaporamas ou d'affiches ($t(433) = 12.55$, $p < .001$, $d = 0.76$), de vidéos tutoriels ($t(433) = 25.99$, $p < .001$, $d = 1.64$) ou de vidéos en direct par visio-conférence ($t(433) = 4.79$, $p < .001$, $d = 0.29$) augmente de manière significative lors du confinement.

Figure 1. Évolution de la fréquence des supports utilisés pour promouvoir l'activité physique extra-scolaire des élèves.



La fréquence à laquelle les enseignants demandent à leurs élèves des retours sur ce qu'ils réalisent effectivement en termes d'activité physique extra-scolaire augmente de manière significative lors du confinement, avec une taille d'effet forte ($t(433) = 13.84, p < .001, d = 0.84$).

Pour atteindre cet objectif, la fréquence d'utilisation de documents écrits (e.g., des résumés écrits) ($t(433) = 16.89, p < .001, d = 1.07$), de résumés d'activité physique (e.g., des bilans d'activité physique obtenus sur smartphone) ($t(433) = 12.10, p < .001, d = 0.76$), de résumés sous la formes de photos ou de vidéos ($t(433) = 13.10, p < .001, d = 0.84$) augmente de manière significative lors du confinement.

Figure 2. Évolution de la fréquence des supports utilisés pour obtenir des retours sur l'activité physique extra-scolaire des élèves.

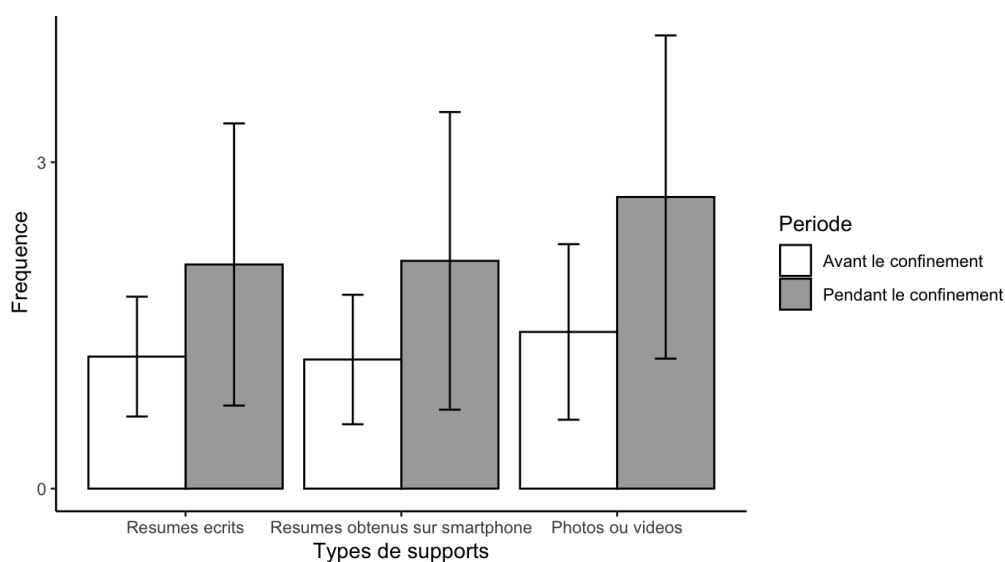


Table 2. Statistiques descriptives pour les changements au niveau des pratiques pédagogiques, entre avant et pendant le confinement.

Variables	Avant le confinement		Pendant le confinement	
	Moyenne ± ET	Étendue	Moyenne ± ET	Étendue
Fréquence des comportements visant à promouvoir l'AP extra-scolaire	2.92 ± 0.80	1.00 ; 5.00	3.64 ± 0.90	1.00 ; 5.00
Supports utilisés				
Documents écrits	2.03 ± 1.06	1.00 ; 5.00	3.40 ± 1.31	1.00 ; 5.00
Diaporamas ou affiches	1.89 ± 0.98	1.00 ; 5.00	2.79 ± 1.36	1.00 ; 5.00
Vidéos tutoriels	1.57 ± 0.89	1.00 ; 5.00	3.39 ± 1.29	1.00 ; 5.00
Vidéos en direct par visio-conférence	1.12 ± 0.52	1.00 ; 5.00	1.32 ± 0.83	1.00 ; 5.00
Fréquence des retours demandés aux élèves sur leur niveau d'AP	2.24 ± 1.03	1.00 ; 5.00	3.21 ± 1.08	1.00 ; 5.00
Supports utilisés				
Résumés écrits	1.50 ± 0.88	1.00 ; 5.00	2.80 ± 1.48	1.00 ; 5.00
Résumés obtenus sur smartphone	1.21 ± 0.64	1.00 ; 4.00	2.01 ± 1.33	1.00 ; 5.00
Photos ou vidéo	1.24 ± 0.61	1.00 ; 5.00	2.05 ± 1.23	1.00 ; 5.00

Note. ET : Écart-type.

B) Influence des déterminants motivationnels dans l'évolution des pratiques pédagogiques des enseignants d'EPS

Les changements en termes de motivation autonome ($\beta = .35$, $p < .001$), contrôlée ($\beta = .12$, $p < .001$), de sentiment d'efficacité personnelle ($\beta = .21$), d'utilité perçue des outils numériques ($\beta = .12$, $p < .001$) prédisent de manière positive les changements en termes d'intention de promouvoir l'activité physique extra-scolaire des élèves (Figure 3). Les changements en termes d'amotivation prédisent de manière négative les changements en termes d'intention de promouvoir l'activité physique extra-scolaire des élèves ($\beta = -.21$, $p < .001$). Autrement dit, par rapport à la période précédant le confinement, plus les enseignants sont motivés de manière autonome, contrôlée, plus ils ont un sentiment d'efficacité personnelle élevé, plus ils perçoivent que les outils numériques peuvent être utiles pour promouvoir l'activité physique extra-scolaire et moins ils sont amotivés, plus ils ont l'intention de promouvoir l'activité physique extra-scolaire pendant le confinement. Au total, le modèle testé permet d'expliquer 40% de la variance observée dans les changements en termes d'intention de promouvoir l'activité physique extra-scolaire pendant le confinement.

En retour, les changements en termes d'intention de promotion de l'activité physique extra-scolaire prédisent de manière positive les changements en termes de comportements visant à promouvoir l'activité physique extra-scolaire ($\beta = .25$, $p < .001$) (Figure 3). De plus, les changements en termes de sentiment d'efficacité personnelle ($\beta = .30$, $p < .001$), d'utilité perçue des outils numériques ($\beta = .20$, $p < .001$) et le niveau d'engagement au travail ($\beta = .12$, $p < .001$) sont également associés de manière positive aux changements en termes de comportements. Autrement dit, par rapport à la période précédant le confinement, plus les enseignants ont l'intention de promouvoir l'activité physique extra-scolaire pendant le confinement, plus ils ont un sentiment d'efficacité personnelle élevé, plus ils perçoivent que les outils numériques peuvent être utiles pour promouvoir l'activité physique extra-scolaire et plus ils sont engagés dans leur métier, plus ils mettent en œuvre des comportements visant à promouvoir l'activité physique extra-scolaire

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS

pendant le confinement. Au total, le modèle testé permet d'expliquer 35% de la variance observée dans les changements en termes d'intention de promouvoir l'activité physique extra-scolaire pendant le confinement.

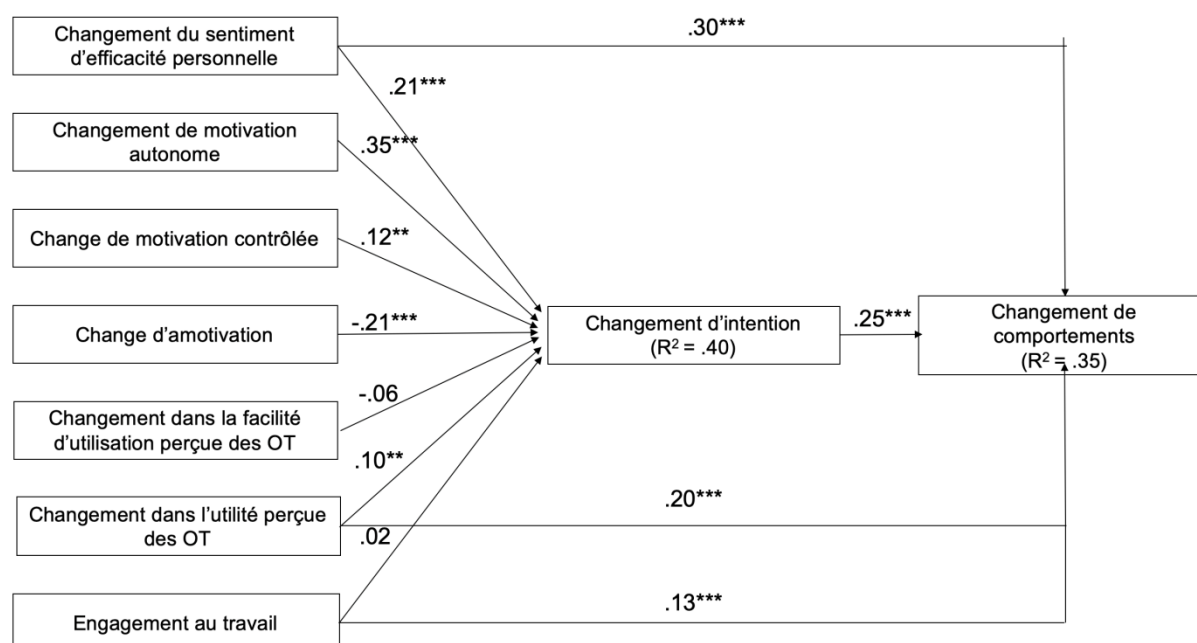
Table 3. Statistiques descriptives pour les changements au niveau déterminants motivationnels, entre avant et pendant le confinement.

Variables	Avant le confinement		Pendant le confinement	
	Moyenne \pm ET	Étendue	Moyenne \pm ET	Étendue
n = 434				
Intention de promouvoir l'AP	5.37 \pm 1.39	1.00; 7.00	6.14 \pm 1.09	1.00; 7.00
Type de motivation				
Amotivation à promouvoir l'AP	1.47 \pm 0.98	1.00; 7.00	1.43 \pm 1.04	1.00; 7.00
Motivation contrôlée à promouvoir l'AP	3.50 \pm 1.64	1.00; 7.00	4.84 \pm 1.58	1.00; 7.00
Motivation autonome à promouvoir l'AP	4.94 \pm 1.30	1.00; 7.00	5.48 \pm 1.27	1.00; 7.00
SEP à l'égard de la promotion de l'AP	4.38 \pm 1.03	1.25; 7.00	4.47 \pm 1.22	1.75; 7.00
Outils numériques				
Facilité d'utilisation des outils numériques	4.19 \pm 1.70	1.00; 7.00	4.73 \pm 1.60	1.00; 7.00
Utilité des outils numériques	3.96 \pm 1.54	1.00; 7.00	5.49 \pm 1.54	1.00; 7.00
Engagement au travail	5.75 \pm 0.89	1.44; 7.00		-

Note. ET : Écart-type.

Figure 3. Modèle final obtenu par équations structurelles présentant les associations entre les variables.

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS



Note. Les coefficients β et les pourcentages de variance expliquée R^2 sont présentés. ** : $p < .01$; *** : $p < .001$.

Partie 5 – Discussion et implications

L'objectif de ce travail était d'examiner l'influence du confinement sur les changements au niveau des pratiques pédagogiques des enseignants d'EPS, notamment en termes de promotion de l'activité physique extra-scolaire. Il s'agissait également d'investiguer les déterminants motivationnels favorisant l'engagement des enseignants dans cette situation de défi.

Une orientation des pratiques pédagogiques vers la promotion de l'activité physique extra-scolaire

Les résultats de cette étude font ressortir que, par rapport à la période précédant le confinement, les enseignants d'EPS ont **massivement orienté leurs pratiques pédagogiques vers la promotion de l'activité physique extra-scolaire de leurs élèves**. En effet, on observe une **augmentation importante** de la fréquence des **comportements visant à aider les élèves à être plus actifs physiquement** et de la fréquence à laquelle les enseignants demandent à leurs élèves **des retours sur leur propre niveau d'activité physique extra-scolaire**. Ces résultats sont consistants avec l'étude de Potdevin et al. (2020) qui met

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS

également en évidence que lors du confinement, les enseignants d'EPS ont placé la promotion de l'activité physique au cœur de leurs priorités éducatives. Ce changement d'orientation au niveau des pratiques pédagogiques des enseignants peut s'expliquer avant tout par **des facteurs contextuels**. Tout d'abord, alors que **l'acquisition d'habiletés motrices** constitue d'ordinaire le cœur des pratiques pédagogiques des enseignants d'EPS (Forest et al., 2018), l'atteinte de cet objectif a été largement entravée par les contraintes liées à l'enseignement à distance. En revanche, la promotion de l'activité physique extra-scolaire a pu représenter un objectif davantage atteignable pour les enseignants dans la mesure où les élèves pouvaient malgré tout **faire de l'exercice en autonomie, depuis leur domicile ou aux alentours**. Ensuite, la promotion de l'activité physique extra-scolaire semble s'être imposée au niveau des pratiques pédagogiques des enseignants car, lors du confinement, le risque de voir les adolescents s'engager dans **des modes de vie plus sédentaires** encore semblait accru (ONAPS, 2020). Aussi, chez les enseignants d'EPS, la promotion de l'activité physique extra-scolaire a pu représenter un levier important pour **soutenir le bien-être physique et mental de leurs élèves** au cours de cette période particulièrement perturbante.

Pour promouvoir l'activité physique extra-scolaire des élèves dans le contexte particulier de l'enseignement à distance, les enseignants se sont appuyés **sur une forte diversité de supports pédagogiques**. En effet, en référence à la période précédant le confinement, les résultats soulignent une augmentation de la fréquence d'utilisation de documents écrits, de diaporamas ou d'affiches, de tutoriels vidéo ou de vidéos en direct par visio-conférence lors du confinement. De manière consistante avec l'étude de Potdevin et al., (2020), ces résultats soulignent que **l'impossibilité du face-à-face pédagogique a catalysé l'importance de solutions nouvelles** pour maintenir le contact avec les élèves (Crawford et al., 2020). Plus particulièrement, le recours privilégié à des **tutoriels vidéo** met en évidence l'engagement des enseignants dans des supports pourtant peu utilisés lors de la période précédant le confinement. De manière similaire, la diversification des supports mobilisés par les enseignants pour demander des retours en termes d'activité physique à leurs élèves témoigne de cette même dynamique d'innovation à l'œuvre.

Le rôle des déterminants motivationnels dans l'engagement des enseignants vers la promotion de l'activité physique extra-scolaire

Tout d'abord, les résultats soulignent que les changements au niveau **du type de motivation** (i.e., autonome, contrainte, amotivation), **du sentiment d'efficacité personnelle** et **de l'utilité perçue des outils numériques** participent à expliquer les changements **au niveau de l'intention de promouvoir l'activité physique extra-scolaire**.

Concernant le type de motivation, ces résultats sont consistants avec ceux d'autres études qui mettent en évidence que les enseignants motivés de manière autonome sont davantage susceptibles de s'engager dans des situations de défi (Gorozidis & Papaioannou, 2014; Gorozidis & Papaioannou, 2016). Aussi, comme le suggère l'augmentation du niveau de motivation autonome entre la période précédant le confinement et la période du confinement (Tableau 3), la promotion de l'activité physique extra-scolaire lors du confinement a pu être considérée comme **quelque chose de particulièrement plaisant ou important** aux yeux de certains enseignants. Il est également important de noter que même lorsque les enseignants étaient motivés de manière **davantage contrôlée** lors du confinement, ils avaient également davantage l'intention de promouvoir l'activité physique extra-scolaire. Néanmoins, la force de cette association étant environ 3 fois inférieure à celle existant entre la motivation autonome et l'intention, il semble que l'engagement des enseignants dans le défi de promouvoir l'activité physique extra-scolaire était davantage gouverné **par raisons autonomes que par des pressions internes (e.g., sentiment de culpabilité) ou externes (e.g., pression hiérarchique)**. Enfin, une augmentation du niveau d'amotivation était associée avec une diminution de l'intention de promouvoir l'activité physique extra-scolaire lors du confinement, suggérant qu'un certain **désengagement** pouvait survenir lorsque les enseignants ne percevaient plus l'importance de leur rôle dans l'atteinte de cet objectif.

Concernant le rôle du sentiment d'efficacité personnelle, les résultats soutiennent le rôle clé de ce déterminant motivationnel dans l'engagement des enseignants dans le défi de promouvoir l'activité physique extra-scolaire des élèves. Le **maintien des croyances** des enseignants quant à leur capacité à aider les élèves à être actif physiquement, malgré les contraintes du confinement, leur a

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS

permis de faire face à la **perturbation des pratiques pédagogiques** liée à l'enseignement à distance. En effet, la littérature scientifique souligne que les enseignants avec un sentiment d'efficacité personnelle élevé ont davantage tendance à rapidement prendre en compte les exigences de situations nouvelles et n'hésitent pas à prendre des initiatives pour mieux s'y adapter (e.g., essayer de nouveaux supports pédagogiques) (Gorozidis & Papaioannou, 2011).

Concernant le rôle des outils numériques, les résultats mettent en évidence que, lors du confinement, **la perception de l'utilité des outils numériques** a favorisé l'engagement des enseignants dans le défi de promouvoir l'activité physique extra-scolaire. En effet, comme évoqué plus haut, la diversification des supports pédagogiques a reposé sur une utilisation renouvelée des outils numériques (e.g., réaliser des tutoriels vidéo). En revanche, les changements en termes de **facilité d'utilisation perçue des outils numériques** semblent n'avoir pas influencé l'intention de promouvoir l'activité physique extra-scolaire. Cette absence d'association peut notamment s'expliquer par le fait que les compétences perçues des enseignants en termes d'utilisation des outils numériques ont peu évolué au cours du confinement, malgré la diversification des supports numériques utilisés et la possibilité de suivre certaines formations par exemple.

Ensuite, les résultats soulignent que les changements au niveau de **l'intention** (i.e., autonome, contrainte, amotivation), et **le niveau d'engagement au travail** participent à expliquer les changements **au niveau des comportements visant à promouvoir l'activité physique extra-scolaire des élèves**. En plus de leur association avec l'intention, les changements au niveau du **sentiment d'efficacité personnelle** et de **l'utilité perçue des outils numériques** agissent également directement sur les changements au niveau des comportements **visant à promouvoir l'activité physique extra-scolaire des élèves**.

Concernant le rôle de l'intention, ces résultats sont cohérents avec ceux de la littérature scientifique qui soulignent que l'intention constitue **l'antécédent le plus proximal de la régulation des comportements** (Ajzen, 1985). En effet, la formation d'une intention repose sur des processus délibératifs de haut niveau, fondés sur une balance décisionnelle pesant *le pour et le contre* reliés à l'adoption d'un certain comportement. Aussi, dans le contexte du confinement, **l'ajustement entre l'intention et les comportements** souligne le caractère analytique de

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS

l'engagement des enseignants dans le défi de promouvoir l'activité physique extra-scolaire.

Concernant le rôle de l'engagement au travail, les résultats soulignent que les enseignants qui présentent le plus haut niveau d'engagement au travail sont davantage susceptibles de s'investir dans le défi de promouvoir l'activité physique extra-scolaire. En effet, de manière consistante avec de précédents travaux (Bakker & Demerouti, 2008), un haut niveau d'engagement au travail est généralement associé avec **la perception de tâches de défi stimulant l'intérêt** et favorisant le **déploiement d'efforts pour atteindre de nouveaux objectifs**.

Néanmoins, **certaines limites** nuancent les conclusions qui peuvent être apportées à ce travail. Tout d'abord, les pratiques pédagogiques et les déterminants motivationnels en référence à la période précédant le confinement ont été mesurés **de manière rétrospective**, augmentant le risque de biais de désirabilité sociale. Ensuite, une majorité des enseignants qui ont accepté de remplir complètement ce questionnaire sont probablement ceux qui étaient les plus satisfaits de leur travail au cours du confinement. Aussi, l'échantillon des participants ne permet sans doute pas de refléter fidèlement **l'hétérogénéité en termes de pratiques pédagogiques** au cours du confinement. Enfin, une limite majeure de ce travail réside dans le fait que **l'association entre les comportements des enseignants et l'évolution des niveaux d'activité physique des élèves** n'a pas pu être examinée.

Implications pratiques

Tout d'abord, cette étude souligne la **réorganisation des pratiques pédagogiques** des enseignants d'EPS vers la promotion de l'activité physique extra-scolaire des élèves dans le contexte du confinement. Alors qu'une étude réalisée par l'ONAPS souligne que le niveau d'activité physique a diminué chez 59% des adolescents français lors du confinement, l'orientation des pratiques pédagogiques des enseignants vers la promotion de l'activité physique a visé à **lutter contre l'effondrement de ces niveaux d'activité physique** (ONAPS, 2020). Plus particulièrement, les enseignants ont accompagné les élèves pour prendre eux-mêmes en charge leur activité physique, en les aidant à se fixer des objectifs, à

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS

trouver des moyens d'être actifs ou encore en surveillant leur niveau d'activité physique. Cette importante réorganisation ouvre à des pistes de réflexion quant **au rôle des enseignants d'EPS dans la promotion de l'activité physique extra-scolaire des élèves**. En effet, développer chez les élèves de manière précoce et approfondie les **compétences nécessaires** à la prise en charge de leur propre niveau d'activité physique s'avère essentiel afin de **favoriser l'adoption durable de styles de vie plus actifs**.

Ensuite, en mettant en évidence les **déterminants motivationnels** (i.e., qualité de la motivation, sentiment d'efficacité personnelle, utilité perçue des outils numériques, engagement au travail) ayant favorisé l'engagement dans la promotion de l'activité physique extra-scolaire lors du confinement, cette étude permet de soulever **des pistes d'intervention** visant à favoriser l'investissement des enseignants dans des situations de défi.

Aussi, **développer une motivation autonome, plutôt que contrainte, chez les enseignants, et lutter contre l'amotivation** constituent des leviers importants pour favoriser leur adaptation à un contexte inédit. En ce sens, comme proposé par la théorie de l'auto-détermination (Deci & Ryan, 1985), **nourrir les besoins psychologiques de compétence, d'autonomie et de proximité sociale** des enseignants peut favoriser l'atteinte de cet objectif. Par exemple, souligner les réussites des enseignants en termes de promotion de l'activité physique semble susceptible de nourrir leur besoin de compétence. Encourager la prise d'initiative personnelle peut permettre de satisfaire le besoin d'autonomie, tandis ce que favoriser le travail en équipe, par exemple autour de défis inter-classes, permet de nourrir le besoin de proximité sociale.

De plus, **développer le sentiment d'efficacité personnelle** s'avère essentiel pour encourager les enseignants à s'investir dans des situations de défi. Dans cette perspective, en s'appuyant sur la théorie socio-cognitive (Bandura, 1986), il peut s'agir de faire vivre aux enseignants des situations de réussite, d'observer d'autres enseignants à l'œuvre, d'encourager et de donner des feedbacks positifs aux enseignants, et enfin, de favoriser l'émergence d'états émotionnels positifs (e.g., Martin et al., 2009).

Ensuite, pour développer **l'utilité perçue des outils numériques**, supports incontournables dans le défi de l'enseignement à distance, des interventions peuvent

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS

être mises en place afin d'éduquer les enseignants aux possibilités offertes par ces outils. Par exemple, certains auteurs proposent de faire vivre aux enseignants des formations où l'usage des outils numériques est directement relié à la résolution de situations d'apprentissage authentiques (Brenner & Brill, 2016).

Enfin, lorsqu'il s'agit de favoriser l'investissement des enseignants dans des situations de défi, comme celui de promouvoir l'activité physique extra-scolaire lors du confinement, une attention particulière mérite d'être portée aux enseignants dont **les niveaux d'engagement au travail sont les plus bas**. Pour ces derniers, il semble important d'offrir les **ressources humaines et matérielles** nécessaires à leur investissement, tout en stimulant leur intérêt pour la situation (Bakker & Demerouti, 2008).

Pour conclure, nous espérons que ces résultats permettent à l'ensemble de la communauté éducative de mieux saisir les ressorts motivationnels ayant permis aux enseignants de réorganiser leurs pratiques pédagogiques pour faire face aux perturbations liées au confinement. Finalement, nous espérons que ce travail **souligne l'engagement des enseignants d'EPS** dans cette situation de défi sans précédent.

Références

- Ajzen, I. (1985). From Intentions to Actions: A Theory of Planned Behavior. In J. Kuhl & J. Beckmann (Eds.), *Action Control* (pp. 11–39). Springer Berlin Heidelberg. https://doi.org/10.1007/978-3-642-69746-3_2
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2008). Towards a model of work engagement. *Career Development International*, 13(3), 209–223. <https://doi.org/10.1108/13620430810870476>
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action. *Englewood Cliffs, NJ*, 1986.
- Brenner, A. M., & Brill, J. M. (2016). Investigating Practices in Teacher Education that Promote and Inhibit Technology Integration Transfer in Early Career Teachers. *TechTrends*, 60(2), 136–144. <https://doi.org/10.1007/s11528-016-0025-8>
- Brown, T. A. (2006). Confirmatory factor analysis for applied research. *Choice Reviews Online*, 44(05), 44-2769-44–2769. <https://doi.org/10.5860/CHOICE.44->

2769

- Eduscol (2020), *Continuité pédagogique - Continuité pédagogique en éducation physique et sportive* - Retrieved August 26, 2020, from <https://eduscol.education.fr/cid150548/continuite-pedagogique-en-education-physique-et-sportive.html>
- Crawford, J., Butler-Henderson, K., Jurgen, R., Malkawi, B. H., Glowatz, M., Burton, R., Magni, P., & Lam, S. (2020). COVID-19: 20 countries' higher education intra-period digital pedagogy responses. *Journal of Applied Learning & Teaching*, 3(1). <https://doi.org/10.37074/jalt.2020.3.1.7>
- Davis, F. D. (1989). Perceived usefulness, perceived ease of use, and user acceptance of information technology. *MIS Quarterly: Management Information Systems*, 13(3), 319–339. <https://doi.org/10.2307/249008>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Motivation and self-determination in human behavior. NY: Plenum Publishing Co.
- Fernet, C., Sencal, C., Guay, F., Marsh, H., & Dowson, M. (2008). The Work Tasks Motivation Scale for Teachers (WTMST). *Journal of Career Assessment*, 16(2), 256–279. <https://doi.org/10.1177/1069072707305764>
- Forest, E., Lenzen, B., & Öhman, M. (2018). Teaching traditions in physical education in France, Switzerland and Sweden: A special focus on official curricula for gymnastics and fitness training. *European Educational Research Journal*, 17(1), 71–90. <https://doi.org/10.1177/1474904117708889>
- Gorozidis, G., & Papaioannou, A. (2011). Teachers' self-efficacy, achievement goals, attitudes and intentions to implement the new Greek physical education curriculum. *European Physical Education Review*, 17(2), 231–253. <https://doi.org/10.1177/1356336X11413654>
- Gorozidis, G., & Papaioannou, A. G. (2014). Teachers' motivation to participate in training and to implement innovations. *Teaching and Teacher Education*, 39, 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2013.12.001>
- Gorozidis, G. S., & Papaioannou, A. G. (2016). Teachers' achievement goals and self-determination to engage in work tasks promoting educational innovations. *Learning and Individual Differences*, 49, 46–58. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.05.014>
- Martin, J. J., McCaughtry, N., Kulinna, P. H., & Cothran, D. (2009). The impact of a social cognitive theory-based intervention on physical education teacher

Promouvoir l'activité physique lors du confinement à travers l'EPS

self-efficacy. *Professional Development in Education*, 35(4), 511–529.

<https://doi.org/10.1080/19415250902781814>

ONAPS. (2020). Résultats Enquête - L'activité Physique Pendant Le Confinement - Observatoire National de l'activité Physique et de La Sédentarité.

<http://www.onaps.fr/news/resultats-enquete-l-activite-physique-pendant-le-confinement/>

Potdevin, F., Llana, C., Gandrieau, J., Dieu, O., Derigny, T., Porrovecchio, A., Schnitzler, C., & Christophe, E. (2020). Prof d'EPS 2.0 ou comment les enseignants d'EPS ont reconfiguré leur mission de promoteur d'activité physique et de santé pendant le confinement. *Recherches & Educations*, HS.

Schaufeli, W., Salanova, M., González-romá, V., & Bakker, A. (2002). The Measurement of Engagement and Burnout: A Two Sample Confirmatory Factor Analytic Approach. *Journal of Happiness Studies*, 3(1), 71–92.

<https://doi.org/10.1023/A:1015630930326>

Scherer, R., & Teo, T. (2019). Unpacking teachers' intentions to integrate technology: A meta-analysis. *Educational Research Review*, 27, 90–109.

<https://doi.org/10.1016/j.edurev.2019.03.001>

Zumbo, B. D. (1999). The simple difference score as an inherently poor measure of change: Some reality, much mythology. *Advances in Social Science Methodology*, 5, 269–304.