

**LA PRATIQUE SPORTIVE ENSEIGNEE COMME UN JEU VIDEO : DESCRIPTION D'UN SYSTEME DE NIVEAUX ET POINTS D'EXPERIENCE**

*En 2015, le premier auteur a obtenu son diplôme de master en Sciences de la motricité, finalité didactique, à l'ULg. Le second est titulaire du cours de Didactique spéciale de l'éducation physique dans cette institution.*

## **I. Introduction**

La pratique sportive ne plaît pas d'emblée à chaque enfant ou adolescent. Différentes raisons sont à déplorer (Florence, Brunelle & Carlier, 1998). Toutefois, une des principales causes du décrochage des sportifs peut être attribué au sentiment d'incompétence perçu dans une ou plusieurs disciplines pratiquées lors du cours (Ledent et al., 1997). Il est évident que maîtriser chaque activité physique au point de devenir imbattable relève de l'impossible.

Il est donc important de réussir à conserver la motivation d'un pratiquant confronté à l'échec de manière répétée. A l'inverse, un sportif très performant, qui n'est pas exposé à l'éventualité de perdre, verra son implication lors des activités s'amenuiser au fil du temps.

En effet, cette observation est traduite par la théorie de la « délicieuse incertitude ». Celle-ci évoque une relation entre la motivation et le pourcentage d'atteinte d'objectifs fixés. Dès lors, idéalement, tout pratiquant devrait pratiquer à un niveau de réussite croissant de 70-80% pour obtenir un climat motivationnel optimal (Cloes, 2015).

D'autres principes pédagogiques permettent de remettre en question les fondements même des confrontations sportives, notamment à l'école. Il est évident que, dans le domaine du sport, différentes structures sont déjà mises en place pour que les joueurs, au fil des années et de leur évolution, soient opposés à des adversaires de même niveau et développent un sentiment de compétence, facteur essentiel à la motivation (Viau, 1997).

Nombre d'éducateurs physiques considèrent qu'un système de « divisions » peut difficilement être appliqué de manière globale dans l'enseignement ou dans d'autres contextes sportifs accueillant un public aux compétences hétérogènes. Pourtant, un modèle d'enseignement de l'éducation physique qui en respecte globalement les principes, appelé '*Sport education*', s'est progressivement imposé dans les pays anglo-saxons (Dyson, Griffin & Hastie, 2004 ; Siedentop, 1994).

Pour entretenir la motivation des élèves, Cloes (2015) considère que toute séance sportive devrait être pensée et animée en veillant à respecter cinq grands principes méthodologiques :

1. Favoriser le jeu (intégrer des activités ludiques, entretenir le suspense) ;
2. Favoriser la réussite (appliquer le principe de la « délicieuse incertitude ») ;
3. Favoriser l'autonomie (responsabiliser les élèves, leur permettre d'effectuer des choix) ;
4. Favoriser les interactions (favoriser les projets en équipe, exploiter l'environnement disponible) ;
5. Favoriser le mouvement (proposer un maximum d'opportunités de pratique).

Appliquer ces principes exige une réflexion particulière lors de la préparation des séances. Il s'agit en effet de proposer des activités qui s'écartent parfois des schémas de leçon conventionnels, abandonnant la traditionnelle approche techniciste. Les éducateurs physiques disposent d'un large répertoire d'exercices mais manquent parfois d'exemples de mises en scène spécifiques qui peuvent apporter un supplément de motivation.

Il est donc intéressant d'imaginer et de tester de nouveaux systèmes d'exercices, de jeux ou de duels visant à rétablir l'équité entre les élèves, tout en leur permettant d'évoluer à leur rythme, ensemble, dans chaque discipline abordée dans le cadre scolaire autant qu'en extra-scolaire.

Si une grande partie des adolescents comptent les jeux vidéo dans leurs loisirs favoris, c'est parce que ceux-ci amènent un défi permanent, adapté à chaque joueur. En effet, les RPG (Role Playing Game ou encore Jeux de Rôle) se basent sur un système de points d'expériences et de niveaux, permettant aux joueurs de relever des défis les obligeant à se dépasser, en restant toujours à leur portée.

Nous basant sur ce système de points d'expériences et de niveaux, nous avons proposé plusieurs cycles multisports et volley-ball à différents groupes de jeunes

d'un centre ADEPS. Enfin, nous avons observé leurs comportements au fil des séances.

L'objectif de cet article consiste à en décrire les grandes lignes.

## II. Présentation du système

Notre approche peut se décliner sous différentes modalités et cotations. Celles que nous proposons dans les pages suivantes doivent être considérées comme de simples exemples.

Le principe de base repose sur une valorisation permanente (par acquisition de points d'expérience ou XP) de chaque objectif atteint par le pratiquant. En accumulant ces XP, le jeune pratiquant pourra évoluer et monter de niveau.

De cette façon, les objectifs de chacun pourront être adaptés aux performances antérieures. Ainsi un groupe hétérogène ne sera plus synonyme de déception pour les moins doués car tous auront une chance égale de réussite. Parallèlement, cela leur permettra de s'émanciper au sein du groupe. Cette égalité entre tous les participants constitue un des facteurs importants pour l'adhésion à une activité physique et sportive.

### a. Points d'expérience

Les XP permettent au jeune sportif de se rendre compte de son évolution personnelle. Ce principe n'est donc pas fondamentalement du même ordre que la récompense, source de motivation extrinsèque à laquelle on préfère la motivation intrinsèque. Toutefois, il est important de faire comprendre cette nuance aux pratiquants et d'insister sur le fait que les XP ne sont là que pour matérialiser leurs progrès et mettre ces derniers en valeur.

Chaque éducateur physique peut évidemment attribuer librement ces XP aux pratiquants. Dans l'exemple mentionné dans la section suivante, nous avons créé un fichier Excel comme support « technique ». Ainsi, 1XP était octroyé lors de la réussite d'un défi, qu'il s'agisse de tirer 5 fois dans une cible en handball ou de courir plus de 5 minutes sans marcher. Selon leur âge et la confiance que l'on leur porte, les joueurs peuvent dès lors retenir le nombre de XP gagnés, ou les noter dans un carnet préparé à cet effet ou encore les communiquer au responsable afin que celui-ci les encode en temps réel dans une base de données.

Il est important de noter que, dans le but d'encourager le progrès, bien plus que les capacités de base, un multiplicateur d'XP est activable dans le programme.

De cette manière (et si le multiplicateur est activé), un XP récolté à la 3<sup>ème</sup> séance sera multiplié par 1,5 (par exemple) vis-à-vis de la 1<sup>ère</sup> séance. Dans ce contexte, un enfant d'emblée plus performant ne prendra pas une avance impossible à rattraper par ses condisciples moins performants.

## b. Niveaux et objectifs

Les niveaux ont quant à eux un impact sur la difficulté des objectifs. Afin d'acquérir un niveau supplémentaire, il faut collecter 10 XP. Il est donc plus facile de gagner des niveaux lors des séances avancées dans le cycle que lors des premiers cours (voir le principe du multiplicateur d'XP expliqué précédemment). Différentes sortes d'objectifs sont présentés ci-dessous, de même que des exemples d'influence que les niveaux peuvent exercer.

### 1. Les ateliers

Exemple : *Volley-ball – La passe haute*. Trois ateliers (A/B/C) sont proposés dans la salle. A chaque atelier, quatre objectifs de difficulté croissante sont proposés (1/2/3/4). Les participants disposent de 5 minutes pour atteindre le plus d'objectifs possibles et chaque objectif réussi rapporte 1XP (figure 1). Un objectif ne peut être valorisé qu'une fois.

Atelier A – Précision de la passe		
5 passes d'affilée	1	Contre le mur
	2	Dans cible d'1m de Ø
	3	Sur la même brique
	4	Sur 5 briques adjacentes

  

Atelier B – Force de la passe		
5 au-dessus de la ligne	1	Saut de grenouille + lancer
	2	Passe haute
	3	Rebond au sol puis passe
	4	Lancée sur mur puis passe

  

Atelier C – Précision de la passe		
Tâches à réaliser 5x d'affilée	1	Rebond sur le mur, effectuer une tête et rattraper la balle
	2	Rebond au sol, puis au mur, effectuer une tête et rattraper la balle
	3	Rebond au sol puis effectuer une tête
	4	Rebond au sol puis enchaîner deux têtes

Figure 1 – Fiches d'ateliers en volley-ball

## 2. Les concours

Exemple : *Basketball – Le lay-up*. Un concours de lay-ups entre tous les participants est organisé. Ce jeu prend part à la 4<sup>ème</sup> séance. Les joueurs ont donc déjà évolué jusqu'à un certain niveau. Dans cet exemple, la moyenne des niveaux de la classe calculée est de 5, certains élèves n'étant qu'au niveau 2 et le meilleur ayant atteint le niveau 9. Afin de proposer un défi adapté, chaque participant doit marquer autant de lay-ups à droite qu'il n'a de niveaux.

## 3. Les duels

Exemple : *Badminton – Match en simple*. Tournoi en un contre un sur demi terrain. Match de 5 minutes, tout le monde joue contre tout le monde. Avant de commencer, les deux adversaires comparent leurs niveaux. Le joueur de niveau plus faible commence avec un handicap de points égal à la différence de leurs niveaux (figure 2). Notons que le handicap au départ n'est pas le seul moyen d'équilibrer les duels. Dans d'autres situations telles que l'athlétisme, par exemple, une avance de 3m par niveau d'écart lors d'un sprint sur 100m peut ainsi être proposé.

Niveau des joueurs		
Joueur A	Niv. 9	
Joueur B	Niv. 6	
Différence = 9 - 6 = 3		
Score de départ		
Joueur A	VS	Joueur B
0	-	3

Figure 2 – Système de handicap en badminton

## 4. Les jeux en équipe

Exemple : *Football – Match*. En match, selon le type de sport et l'avancement du cycle (et donc l'importance des niveaux des participants), deux possibilités s'offrent à l'éducateur physique. Lors de la constitution des équipes, les coéquipiers additionnent leurs niveaux. Ainsi, soit le système se réfère aux duels, si l'écart de points n'est pas trop important, soit le programme calcule la moyenne de niveaux de l'équipe et le handicap au départ se base sur la différence entre les moyennes.

## 5. Les paris

Exemple : *Tennis de table – Match*. En fin de cycle, afin de rendre les duels plus disputés et de redynamiser le classement, l'intervenant peut introduire les paris. Ceux-ci consistent à parier un certain nombre de XP lors d'une confrontation.

En pratique, avant de commencer un match, les adversaires comparent leurs niveaux, comme dans les duels classiques. Ensuite, chaque joueur propose une somme de XP, habituellement 10, 20 ou 30 qu'il met en jeu. Le nombre de XP pariés équivaut à la moyenne des propositions. A la fin du duel, le joueur perdant lègue les XP engagés au gagnant (figure 3).

<b>XP des joueurs avant le duel</b>		
Joueur A	48XP	Niv. 4
Joueur B	87XP	Niv. 8
Différence de niveau = $8 - 4 = 4$		
<b>Paris de chaque joueur</b>		
Joueur A	VS	Joueur B
Pense qu'il va perdre	-	Pense qu'il va gagner
Parie 10XP		Parie 30XP
Moyenne du pari = $(10 + 30)/2 = 20$		
<b>Evaluation des XP des joueurs si A gagne</b>		
Joueur A	$48 + 20 = 68XP$	
Joueur B	$87 - 20 = 67XP$	

Figure 3 – Système de paris en tennis de table

### c. Programme d'encodage

Afin de faciliter l'utilisation à long terme de ce système, nous avons élaboré un programme au moyen du tableur Excel. Il est disponible sur le site du Département des Sciences de la motricité de l'ULg<sup>1</sup>. Le fichier à télécharger comprend :

- Une feuille de présences interactive qui permet de calculer une note bonus basée sur l'attitude des élèves, d'une part, sur l'encodage des notes lors d'évaluations, d'autre part.
- Une feuille récapitulative des scores au fil des séances, qui est encodée automatiquement.
- Une feuille de classement qui se présente sous la forme de graphiques comparatifs et individuels.
- Douze feuilles « XP/Niveaux » consacrées à chaque séance du cycle (figure 3).

Les fonctionnalités de la feuille « XP/Niveaux » sont décrites dans un document accessible sur le site internet mentionné précédemment.

<sup>1</sup>[http://www.facmed.ulg.ac.be/cms/c\\_297585/fr/a\\_ccueil-sciences-de-la-motricite](http://www.facmed.ulg.ac.be/cms/c_297585/fr/a_ccueil-sciences-de-la-motricite)

### III. Exemple d'un cycle utilisant le programme

Le cycle illustré ci-après pourrait se dérouler dans une classe de 5<sup>ème</sup> année de l'enseignement général, comptant 20 garçons (ou lors d'un stage ADEPS, par exemple). Les élèves sont familiarisés avec l'utilisation des nouvelles technologies et, notamment, avec la tablette que le professeur d'éducation physique met à disposition.

Durant ce cycle, les élèves pratiquent du volley-ball à raison d'une période groupée (2x50') par semaine pendant 6 semaines. C'est la deuxième année que les élèves pratiquent ce sport avec le professeur. Quatre jeunes jouent en club et une minorité de leurs condisciples ne se sent pas du tout à l'aise avec les sports de ballon.

Les exemples de séances portent uniquement sur les parties principales, les échauffements, retours au calme et évaluations proposés par le professeur n'étant donc pas détaillés.

#### a. 1<sup>ère</sup> séance – Remise à niveau

Objectif : *Maîtriser les bases techniques de la passe haute et de la manchette*. Le professeur présente le programme et organise un système d'ateliers libres :

- 8 ateliers (4 pour la passe haute et 4 pour la manchette).
- 4 objectifs par ateliers.
- L'élève peut changer d'atelier quand il le souhaite pour aller noter les XP acquis à cet atelier sur la tablette (encodage du résultat dans la colonne « Jeux individuels »).
- L'élève est obligé d'alterner entre un atelier passe haute et un atelier manchette.
- Lorsqu'il a tenté tous les ateliers, il a le droit d'en reprendre d'autres en commençant à partir du dernier objectif atteint.

Chaque objectif atteint rapporte 2 XP. Après 20' d'activité, le professeur rassemble les élèves et fait le bilan des difficultés qu'ils perçoivent, tant au niveau de l'utilisation du programme que dans la réalisation des ateliers. Le professeur relance ensuite la séance en ajoutant un objectif supplémentaire par atelier.

## **b. 2<sup>ème</sup> séance – Placement du joueur vis-à-vis de la balle**

Objectif : *Etre capable de se placer dans la trajectoire du ballon, dans un angle propice à la réalisation d'une passe ou d'une manchette orientée.* Concours par équipe de 4 :

- Il est organisé sous forme de passer-suivre, de carrousel et de courses relais.
- Chaque concours gagné rapporte 5 XP à l'équipe gagnante, 4 XP à la 2<sup>ème</sup> équipe et ainsi de suite jusqu'à 1 XP à la dernière équipe.

Avant le début de l'activité, le professeur explique aux élèves comment créer des équipes dans le fichier Excel. Ainsi, entre chaque type de concours, les élèves viennent noter spontanément les XP acquis dans le tableau « Jeux collectifs ». Pour chaque nouveau type de concours, les objectifs sont rehaussés pour l'équipe qui est en tête (exemple : effectuer 12 échanges au lieu de 10).

## **c. 3<sup>ème</sup> séance – Collaboration en duo**

Objectifs : *Adapter son placement et la trajectoire de ses relances pour que son partenaire soit en conditions optimales de jeu + couvrir le terrain à deux.* Dans une première partie de la leçon, le professeur

propose des exercices « éclairs » à réaliser :

- Les duos accomplissent le plus de fois possible l'objectif pendant 5 minutes.
- 1 XP est attribué à l'équipe par dizaine de répétitions de l'objectif qui ont été complètement réalisées.
- Si, en additionnant leurs niveaux, les membres du duo dépassent le niveau 10, 1 XP est attribué par quinzaine de répétitions de l'exercice proposé.

Dans une deuxième partie, des matchs 2c2 sont organisés :

- Matchs à thèmes pendant des périodes de 4'.
- Comparaison des niveaux des duos pour connaître le handicap initial.
- 3 XP par match gagné.

## **d. 4<sup>ème</sup> séance – Le principe du « avant-après »**

Objectif : *Effectuer une action secondaire, utile au binôme, juste après avoir effectué son action principale.* Un tournoi est organisé sur l'ensemble de la leçon. Il est divisé en trois parties, correspondant aux thèmes abordés : (1) faire quelque chose avant l'action ; (2) se replacer après l'action ; (3) faire quelque chose après l'action. Les principes d'action suivants sont appliqués :

- Matches à thèmes pendant des périodes de 5 minutes.
- Aucun handicap au début de la rencontre.
- Objectifs différents en fonction du niveau des duos.

Un duo de niveau <15 doit accomplir un objectif supplémentaire à l'action. Entre 15 et 20, il en faut deux, et, pour un niveau de duo >20, il s'agit d'atteindre trois objectifs

#### **e. 5<sup>ème</sup> séance – Collaboration en trio (partie théorique)**

Objectif : *Etre capable de gérer les tâches spécifiques à son poste de jeu et de faire confiance à ses partenaires.* Le professeur organise tout d'abord des concours de collaboration entre équipes :

- Le premier duo d'équipes qui atteint l'objectif obtient 4 XP, le deuxième duo obtient 3 XP et ainsi de suite.
- Le nombre de répétitions de l'exercice fixé pour atteindre l'objectif est déterminé par la somme des niveaux des deux équipes qui s'entraînent ensemble.

La composition des équipes est ensuite modifiée. Les six élèves ayant atteint les plus faibles niveaux sont désignés pour choisir des équipiers.

Le professeur fait alors état des niveaux de chacun des élèves, de telle manière que les chefs d'équipe puissent recruter des joueurs à tour de rôle (l'enseignant tire l'ordre de choix avec six cartes à jouer ou a déjà préparé l'ordre des choix et l'affiche sur sa tablette). Les deux élèves supplémentaires sont également choisis et il y a donc deux équipes de quatre (le joueur en attente arbitre).

Le tournoi se poursuit à la dernière séance :

- Matches de 2 sets de 7 minutes.
- Une feuille de score est à la disposition des élèves pour qu'ils puissent noter les points de chaque set.
- Aucun handicap n'est attribué au début des rencontres.
- A la fin de celles-ci, les scores des deux sets sont additionnés et la différence des niveaux des équipes est ajoutée au résultat (figure 4).
- L'équipe possédant le plus haut score total gagne la rencontre.

Des paris peuvent être proposés et exploités lors de la dernière séance, si l'on constate que les élèves gèrent l'organisation sans aucune difficulté.

Scores		
Equipe A	VS	Equipe B
...	-1 <sup>er</sup> set-	...
...	-2 <sup>ème</sup> set-	...
.....	-Sous total-	.....
Niv. ...	≠ niv.	Niv. ...
+ .....		+ .....
.....	-TOTAL-	.....

  

Pari		
Equipe A	VS	Equipe B
... XP	-PARI-	... XP
Moyenne = .....		

Figure 4 – Fiche de tournoi en volley-ball

#### f. 6<sup>ème</sup> séance – Collaboration en trio (perfectionnement technique)

Objectifs : *Etre capable de gérer ses responsabilités au sein d'une équipe + développer un esprit d'équipe positif.* Les élèves reprennent le tournoi et un seul point est ajouté :

- Avant chaque confrontation, les chefs d'équipes parient entre 10 et 30 XP.
- L'équipe qui gagne au total des points des deux sets « vole » à l'équipe adverse la moyenne des XP pariés.

Durant les dernières minutes de la leçon, un débriefing est organisé afin d'améliorer le système. Le classement final est établi et fait l'objet d'un commentaire des élèves.

Ils peuvent recevoir une fiche prévue pour collecter anonymement leurs avis. L'enseignant est encouragé à souligner le caractère démocratique de ce procédé qui incite les jeunes à s'exprimer.

#### IV. Applications et extensions

Comme cela a été souligné précédemment, le système que nous venons de présenter peut être employé dans diverses situations pédagogiques. L'exemple précédent démontre qu'il est possible de l'exploiter lors de chaque cours. Il est tout autant concevable de ne l'employer que de temps à autre, afin de ne pas submerger les élèves d'informations.

Il faut retenir que, avant d'utiliser ces modes d'organisation dans un cycle complet, ils devraient être présentés et expérimentés progressivement, de manière transversale (dans plusieurs disciplines sportives en parallèle) et/ou longitudinale (intégration d'une ou deux situations lors de chaque leçon, pendant plusieurs semaines.

Nous considérons que ces modalités de travail particulièrement motivantes sont applicables dans tous les contextes de pratique des APS : école, club, stage sportif, ... dès que l'on y retrouve des participants de différents niveaux, soucieux de s'amuser.

Elles requièrent la présence sur le terrain d'un ordinateur portable ou d'une tablette numérique. De plus, l'intervenant doit impérativement prévoir au moins 5 minutes par séance pour informer les jeunes quant à l'évolution du classement et de ce qu'il faut en retirer.

Avant d'employer le système, il est cependant primordial de faire prendre conscience aux utilisateurs que son unique but consiste à matérialiser le potentiel de chacun ainsi que le gain de savoir-faire acquis au fil des semaines. Par cette initiative, nous espérons, permettre aux jeunes moins motivés de prendre goût à l'activité physique. L'adaptation des jeux, qui ne dévalorise pas pour autant les joueurs, est fondamentale. Par ailleurs, l'ergonomie du programme a été prise en considération afin de permettre aux jeunes de comprendre facilement le système d'encodage.

Cette facette du système peut toutefois toujours constituer un handicap en ce qui concerne le temps d'engagement moteur. En conditions idéales, un élève passif se charge de l'encodage et déleste les autres élèves de cette tâche.

Il ne faut pas oublier d'impliquer les élèves inactifs dans des tâches d'arbitrage ou d'observation (fiches), de telle manière à rentabiliser le temps alloué à notre disci-

pline. Cet effort de préparation et d'organisation sera récompensé par l'intérêt des élèves, largement documenté dans la littérature relative aux « *Teaching Games for Understanding - TGFU* » ([www.tgfu.org](http://www.tgfu.org)).

Afin d'améliorer la partie informatique, nous pourrions imaginer la conception d'une application préparée par un expert en informatique, qui permettrait un encodage plus intuitif et proposerait une interface plus accueillante. L'introduction des nouvelles technologies en éducation physique fait partie de l'avenir de la pédagogie. Il serait d'ailleurs envisageable de combiner cette application avec un système d'auto-visionnage ou encore, avec des fiches d'observation.

## **V. Constats informels dressés lors de l'utilisation de ce système**

Chaque fois que nous avons appliqué ce système sur le terrain, nous avons pu récolter des avis, remarques et critiques à prendre en compte.

### **a. Constats concernant les animateurs**

Nos collègues et superviseurs ont émis plusieurs commentaires :

- Il faut être rôdé pour utiliser le programme sans empiéter sur le temps d'engagement moteur.

- Pour que la séance fonctionne, il faut proposer des supports matériels visuels, tels que les fiches présentées ci-dessus.
- Ce n'est pas le genre de système que l'on peut proposer de manière isolée mais, quand les élèves comprennent le principe, c'est une excellente source de motivation.

#### **b. Constats concernant les participants**

Les élèves et stagiaires à qui nous avons proposé cette approche ont également eu l'occasion de s'exprimer. Nous avons regroupé leurs commentaires aux nôtres :

- Le principe est drôle, surtout quand l'animateur le compare aux jeux vidéo (par exemple : Pokémon).
- Le fait que ce soit un concours sur une période longue et que le classement puisse être chamboulé à tout moment, maintient les participants en haleine.
- Certains élèves plus faibles et dont le comportement est habituellement apathique ne se sentent pas davantage touchés par ce système que par un autre. La panacée universelle n'existe que dans les contes !

En résumé, l'approche que nous venons de présenter peut constituer une alternative motivante auprès des jeunes mais, comme

tout outil, nécessite que celui qui s'en sert l'utilise à bon escient. Cela nécessite dès lors une période d'apprentissage, tant pour l'intervenant que pour les participants.

#### **VI. Références**

**Cloes, M.** (2015, mars). *La promotion de l'activité physique dans les écoles : un projet de société*. Conférence présentée au colloque «Education physique : enseignement et parascolaire, complémentarité ! », Namur, Belgique. Disponible sur Internet : <http://hdl.handle.net/2268/179814>

**Dyson, B., Griffin, L., & Hastie, P.** (2004). Sport Education, Tactical Games, and Cooperative Learning: Theoretical and Pedagogical Considerations. *Quest*, 56, 226-240.

**Florence, J., Brunelle, J., & Carlier, G.** (1998). *Enseigner l'éducation physique au secondaire. Motiver, aider à apprendre, vivre une relation éducative*. Bruxelles : De Boeck Université.

Ledent, M., Telama, R., Cloes, M., Carvalho, L., & Pieron, M. (1997). *Orientation des objectifs et participation à des activités sportives*. *Sport*, 159/160, 82-89.

Siedentop, D. (1994). *Sport education*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Viau, R. (1997). *La motivation en contexte scolaire* (2ème éd.). Bruxelles: De Boeck & Larcier.