

# Rapport de recherche

PROGRAMME ACTIONS CONCERTÉES

*Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les enseignants d'éducation physique et à la santé, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif ?*

**Chercheure principale**

Pascale Morin, Université de Sherbrooke

**Cochercheur.e.s**

Nancy Granger - UdeS

Sacha Stoloff - UQTR

François Vanderclayen- UdeS

Mirco Robert, cochercheur clinicien

Amélie Boulanger, coordonnatrice de recherche - UdeS

**Établissement gestionnaire de la subvention**

Université de Sherbrooke

**Numéro du projet de recherche**

2021-0EUA-297025

**Titre de l'Action concertée**

*Le numérique en éducation et en enseignement supérieur dans le contexte de la pandémie de COVID-19*

**Partenaire(s) de l'Action concertée**

Le ministère de l'Éducation du Québec  
et le Fonds de recherche du Québec – Société et culture (FRQSC)

## LE NUMÉRIQUE DANS L'ENSEIGNEMENT D'UN MODE DE VIE SAIN ET ACTIF

### Étudiants gradués

2<sup>e</sup> cycle (2021) : Mélanie Lebel - UQTR

3<sup>e</sup> cycle (2022) : Lionel Falola – UdeS

---

### Remerciements

Nous remercions chaleureusement les enseignants et les élèves qui ont pris le temps de partager leur expérience pour enrichir ce projet. Un grand merci également à tous les organismes partenaires dans cette recherche-action :

- Claude Bordeleau - professeur à l'Université du Québec à Chicoutimi
- ministère de l'Éducation du Québec - Mathieu Roy
- ministère de la Santé et des Services Sociaux - Mélanie Langlois
- Fédération des éducatrices et éducateurs physique enseignants du Québec - Carl Chartier, David Larivière, Christian Leclair
- Réseau axé sur le développement des Compétences des élèves par l'Intégration des Technologies - Joël Bouthillette, Benoit Petit, François Duval et Diane Champagne
- Collectif vital (anciennement Coalition poids) - Claudia Rencoret Medel
- Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec - Saralou Beaudry-Vigneux

## Table des matières

Partie A — Contexte de la recherche .....	4
Partie B — Méthodologie .....	9
Partie C — Principaux résultats .....	11
Partie D — Pistes de solution ou d’actions soutenues par les résultats de la recherche .	21
Partie E — Nouvelles pistes ou questions de recherche.....	26
Partie F — Références et bibliographie .....	27
Annexes .....	29
Annexe 1 : Certificat éthique.....	30
Annexe 2 : Cadre d’analyse - Euroframework for the Digital Competence of Educators (Redecker, 2017).....	32
Annexe 3 : Stratégies de recrutement des enseignants pour les groupes de discussion et les entretiens.....	34
Annexe 4a : Courriel de recrutement des enseignants en EPS pour les groupes de discussion .....	35
Annexe 4b : Courriel de recrutement des enseignants pour l’entretien.....	36
Annexe 5a : Lettre informant à la direction scolaire de la tenue d’une recherche impliquant les enseignants en EPS et les élèves .....	37
Annexe 5b : Lettre informant les parents de la tenue d’une recherche qui pourrait intéresser leur enfant .....	38
Annexe 6 : Illustration du devis proposé .....	39
Annexe 7a : Formulaire de consentement pour les EPS – focus group .....	40
Annexe 7b : Formulaire de consentement pour les jeunes – focus group.....	43
Annexe 7c : Formulaire de consentement a l’entrevue des enseignants .....	46
Annexe 8a : Focus group – Grille destinée aux enseignants en ÉPS .....	49
Annexe 8b : Focus group – Grille destinée aux élèves .....	50
Annexe 8c : Canevas du guide d’entretien .....	51
Annexe 9 : Détails des participants.....	55
Annexe 10 : Exemple de fiche-résumé d’une pratique pédagogique intégrant le numérique présentée lors d’un entretien individuel .....	56

## Partie A — Contexte de la recherche

**Problématique.** L'adoption d'un mode de vie sain et actif est primordiale pour le développement, la santé (Carson et al., 2016) et la qualité de vie (Gopinath et al., 2012; Omorou et al., 2016) des élèves et peut contribuer d'une façon majeure à leur réussite éducative (MELS, 2017; Minkkinen et al., 2017). Les bénéfices des cours d'éducation physique et à la santé (EPS) sur le développement global et la réussite éducative ont été constatés à maintes reprises (Arday et al., 2014; Bailey, 2006; Rasberry et al., 2011). D'ailleurs, dans le cadre du programme d'EPS du secondaire, la Compétence 3 - *Adopter un mode de vie sain et actif* vise l'acquisition de connaissances, entre autres, sur l'alimentation, le sommeil, la gestion du stress et l'activité physique (MELS, 2010). Les élèves ont l'opportunité, pendant le 2<sup>e</sup> cycle du secondaire, de développer et d'appliquer des stratégies concrètes et personnalisées pour gérer judicieusement leur santé (MELS, 2010).

Malheureusement, l'adoption d'un mode de vie sain et actif demeure un défi pour les élèves. L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017 a révélé que près du tiers des adolescents ne dort pas suffisamment pendant la semaine d'école (Camirand, 2018), et qu'une proportion similaire saute le déjeuner au moins trois jours d'école par semaine (Street, 2018). Au printemps 2020, la fermeture des écoles pour contrer la pandémie de COVID-19 a bouleversé les habitudes de vie des élèves. Malgré la mise en ligne de ressources spécifiques à l'EPS, accessibles à travers la province pour les élèves (Le Grand défi Pierre Lavoie, 2020; RÉCIT du développement de la personne, 2020; plateforme éducative L'ecoleouverte.ca, 2020), un sondage Léger conduit auprès d'un

échantillon représentatif de Québécois de 14 à 17 ans a rapporté que leur niveau d'activité physique, déjà sous-optimal, a diminué chez 53 % d'entre eux (Coalition québécoise sur la problématique du poids, 2020). Une étude plus récente montre que le nombre de jeunes respectant les recommandations en matière d'activité physique a augmenté chez les garçons, mais sans atteindre le niveau pré-pandémique ( $\sigma$  52 % vs 40 %), alors qu'il est resté au niveau pandémique chez les filles ( $\sigma$  35 %) (Colley et Saunders, 2023). En parallèle, 52 % des jeunes de 13 à 17 ans naviguent plus de 10 heures par semaine sur Internet, une hausse importante depuis 2019 (+12 pts de %) (Académie du numérique, 2023).

Durant la période pandémique, certaines enseignantes et enseignants en EPS (EEPS) ont, de leur propre initiative, intégré le numérique (p. ex. capsules vidéo, Power Point commentés), mais les collaborateurs de la présente étude ont observé que ces moyens se sont avérés insuffisants pour aider/ guider/ motiver les élèves à poursuivre un mode de vie sain et actif lors des confinements. Pourtant, dans le domaine de l'enseignement de l'EPS, le numérique a été identifié comme favorisant l'apprentissage, la motivation et l'engagement des élèves (Goodyear et al., 2014; Pyle et Esslinger, 2014). La compétence 3 (C3), que l'on peut qualifier de transversale, bénéficierait d'une utilisation plus globale des pratiques pédagogiques intégrant le numérique, par exemple, pour assurer la continuité pédagogique de l'école à la maison et vice versa (Roche, 2021). Le développement de saines habitudes de vie nécessite une intégration à la vie de tous les jours au-delà des heures de cours d'EPS chaque semaine. Toutefois, les technologies s'implantent timidement pour des raisons de coûts (Orlando, 2014), de compétences

(Law et al., 2008), de charge de travail (Pyle et Esslinger, 2014) ou par simple résistance des personnes enseignantes à la nouveauté (Kretschmann, 2015). Ces constats sont d'autant plus prégnants en EPS dans la mesure où la place du numérique demeure controversée (Roche, 2019). Néanmoins, les efforts déployés durant la pandémie pour développer des pratiques pédagogiques intégrant le numérique et pour rejoindre les élèves pourraient servir de base et de déclencheur dans le réinvestissement du numérique dans l'enseignement de la C3.

**Question de recherche.** Cette recherche-action tente de répondre à la question suivante : Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les EEPS, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif ? Pour tenir compte du contexte actuel, la recherche se concentre sur les pratiques pédagogiques numériques utilisées à distance dans des modèles hybrides, par opposition à l'enseignement totalement à distance effectué lors des confinements.

Pour répondre à la question de recherche, trois **objectifs** ont été proposés :

Objectif **#1** : Dégager les facilitateurs, les défis, les contraintes et les besoins perçus par les enseignants et les élèves pour formuler des pratiques pédagogiques gagnantes, dans un contexte de formation à distance.

Objectif **#2** : Coconstruire un dispositif de déploiement des pratiques pédagogiques gagnantes identifiées par les enseignants et les élèves.

Objectif **#3** : Évaluer et réguler l'efficacité du dispositif au fil des expériences-terrain en partenariat avec les divers acteurs (enseignants, conseillers pédagogiques, élèves et chercheurs).

Afin de bien orienter les collectes et l'interprétation des données, nous avons utilisé les **définitions opérationnelles** suivantes :

- Pratique pédagogique intégrant le numérique : utilisation pédagogique du matériel, des approches, des stratégies pour construire des situations d'enseignement, d'apprentissage ou d'évaluation, qui permettent d'atteindre un ou des objectifs pédagogiques (Plan d'action numérique en éducation et en enseignement supérieur, 2018).
- Adoption d'un mode de vie sain et actif : mettre en œuvre dans son quotidien certaines formes d'activités physiques et en découvrir de nouvelles, nourrir son corps et son esprit, gérer son stress, appliquer des règles d'hygiène corporelle, prendre de bonnes habitudes de sommeil et adopter un comportement sécuritaire lors d'activités physiques. Le mode de vie sain et actif réfère à la C3 (Programme de formation de l'école québécoise, Éducation physique et à la santé – secondaire – 2e cycle).
- Formation à distance : mode de formation médiatisé dans lequel l'apprenant et le tuteur sont séparés dans le temps et dans l'espace. Il s'agit d'un système de formation conçu pour permettre à des individus de se former, sans se déplacer sur le lieu de formation et sans la présence physique d'un formateur. La formation à distance couvre l'ensemble des dispositifs pédagogiques, techniques ou technologiques et des modèles d'organisation, qui ont pour mission de fournir un enseignement ou de soutenir l'apprentissage d'individus qui sont distants de

l'organisme de formation prestataire du service (Moran et Rumble, 2004; Prata et Lopes, 2005).

## Partie B — Méthodologie

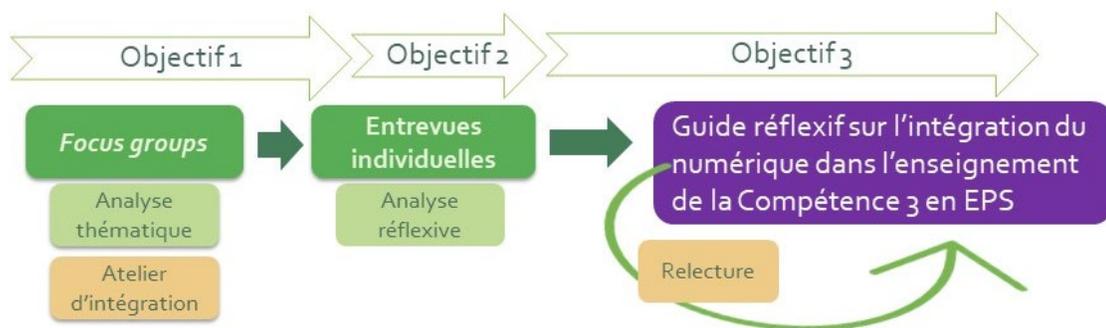
Cette recherche-action se veut collaborative puisqu'elle a pour but de mobiliser les personnes enseignantes, les élèves et les personnes conseillères pédagogiques, comme partenaires de recherche. Le projet a reçu un certificat éthique pour la recherche auprès d'êtres humains (Annexe 1). Le devis qualitatif met en lumière l'interrelation entre la formation, la recherche et la pratique pour constituer une occasion de réflexion sur la pratique et le développement professionnel des EEPS (Guay et Prud'homme, 2011), d'où la production d'un guide comme retombée. Le cadre d'analyse utilisé, l'Euroframework for the Digital Competence of Educators (DigCompEdu), permet une vision globale (Redecker, 2017) (Annexe 2).

Deux collectes de données ont eu lieu : des groupes de discussion et des entretiens semi-directifs. Différentes stratégies de recrutement des EEPS au 2<sup>e</sup> cycle du secondaire ont eu lieu en plus de contacts personnels (Annexes 3-5). Dans le cadre des *groupes de discussion* chaque EEPS devait recruter un garçon et une fille provenant de ses groupes-classe.

Lors des groupes de discussion, les questions visaient à dégager le vécu relatif des EEPS et des élèves pour chacune des zones du « DigCompEdu » (Redecker, 2017) (objectif #1). Les résultats nous ont fait réaliser que : 1) le confinement étant levé, les EEPS étaient majoritairement revenus enseigner en présentiel sans poursuivre les pratiques pédagogiques intégrant le numérique mises en œuvre et 2) les EEPS n'arrivaient pas à

détailler clairement les intentions pédagogiques ou modalités d'évaluation de leurs pratiques. L'objectif #2 a donc été revu pour explorer plus en détail la réalisation d'une activité pédagogique intégrant le numérique, de la conception à son évaluation par des entretiens semi-directifs (45-60 minutes) (Annexe 6). Les résultats ont mené à la nécessité de favoriser la réflexion envers les conditions qui soutiennent l'usage du numérique dans l'enseignement de la C3 afin de réellement prévoir un alignement pédagogique; ces éléments sont à la base du guide qui en découle (objectif 3).

Figure 1 : Devis modifié



**Analyses des données recueillies.** Les groupes de discussion et les entretiens semi-directifs ont été enregistrés via TEAMS, transcrits puis codées avec le logiciel QDA Miner 3.0 (Recherches Provalis; Montréal). L'analyse de contenu a été privilégiée (Bardin, 2003). Une procédure de l'évaluation de l'accord inter juges et l'appel à des experts de contenu assure une plus grande validité des résultats (Fortin et Gagnon, 2022).

## Partie C — Principaux résultats

**Principaux résultats obtenus.** Cinq groupes de discussion (et 2 entretiens semi-directifs à cause de conflits d'horaires) ont été réalisés avec 10 enseignants et 12 élèves en 2021 (Annexes 7a-b). Il leur était demandé de citer les ressources numériques utilisées durant le confinement, de décrire les défis et les stratégies gagnantes lors de leur planification, enseignement d'activité pédagogique en lien avec la C<sub>3</sub> (Annexes 8a-b). Dix entretiens semi-directifs ont eu lieu en 2022 (Annexe 7c). Il était question de définir la C<sub>3</sub>, de détailler leur utilisation de ressources numériques lors de la planification, l'enseignement et l'évaluation d'une pratique pédagogique (Annexe 8c). Les EEPS provenaient de 6 régions administratives et cumulaient, en moyenne, entre 10-12 ans d'expérience en enseignement (Annexe 9).

Considérant que les entretiens semi-directifs détaillaient les propos recueillis lors des groupes de discussion et que les données des deux collectes sont reliées au cadre d'analyse DigCompEdu, il a été convenu de les présenter conjointement dans les pages qui suivent. Auparavant, il sera question de la définition de la C<sub>3</sub> soit l'adoption d'un mode de vie sain et actif.

**Définition de la compétence 3.** Le Programme de formation de l'école québécoise définit la C<sub>3</sub> comme étant *Adopter un mode de vie sain et actif, c'est rechercher une qualité de vie marquée par un bien-être global et discerner, de façon autonome, les multiples facteurs qui y contribuent* (MELS, 2010, p 19). Diverses définitions ont été recueillies auprès des EEPS, mais toutes ne sont pas aussi complètes que celle-ci : « ... *c'est tout ce*

*qui amène l'élève à faire des choix qui vont être bons pour lui, pour sa santé dans le futur ; que ça soit dans son quotidien ou (que) ça soit dans sa pratique d'activité physique à l'école».*

On note un décalage entre le prescrit ministériel et l'interprétation qu'en font les EEPS. Dans l'ensemble, les EEPS mentionnent que la C3 fait référence aux habitudes de vie, au développement d'un sens critique et vise une pratique autonome, à l'extérieur des heures de classe. Dans les faits, les notions cognitives au regard des habitudes de vie sont acquises théoriquement en classe et pratiquées à l'extérieur des heures de classe. L'ancrage d'une pratique autonome et quotidienne en vue d'un maintien à long terme n'est pas toujours reflété dans les pratiques décrites par les EEPS.

En somme, l'utilisation du numérique pour l'enseignement de la C3 découle de définitions très variées et pas toujours complètes. À cet effet, les principaux thèmes d'apprentissage ciblés sont les saines habitudes de vie, les valeurs de l'activité physique, l'amélioration de la condition physique (plan d'entraînement), la réalisation de choix judicieux et le développement du sens critique. Or, la conception de la C3 doit inclure l'apprentissage de connaissances sur la pratique d'activité physique (p.ex. niveau d'activité physique, diversité, fréquence, intensité) et une démarche pour que le jeune puisse s'investir de manière autonome et à long terme.

Figure 2: Euroframework for the Digital Competence of Educators (DigCompEdu), (Redecker, 2017)



**Zone 2 : ressources numériques.** Lorsqu’interrogés, les EEPs utilisent une grande diversité de ressources numériques. Les sites à caractère académique dont ceux du Récit, de Force 4 (Le grand Défi Pierre Lavoie) ou encore la communauté EPS en ligne « Je partage, tu partages, on s'entraide ! », ont été fréquemment consultés. Les outils développés par Google (Meet, Classroom, Forms, Slides, Maps) semblent obtenir la faveur des EEPs pour leur convivialité. Les applications Runkeeper, Strava et Nike Run ont été choisies pour retracer les parcours de marche ou de course. Un enseignant relate à propos de Strava : *« tu vois le trajet qu’ils ont fait ; la vitesse avec laquelle ils l’ont fait, la vitesse de déplacement, le temps que ça a pris, l’heure, la journée et tout. Tu as toutes les informations pour t’assurer que ça soit fait convenablement par la bonne personne. Tu peux même prendre une photo à la fin de ton activité ... »*.

Les ressources étaient parfois imposées par l'école ou le centre de services scolaires alors que d'autres ont été choisies ou développées par les EEPS eux-mêmes. La pandémie a accéléré l'achat de matériel numérique par les écoles et son utilisation par les EEPS. Toutefois, toutes et tous ne sont pas à l'aise avec l'utilisation du numérique. En effet, les EEPS ne partent pas avec les mêmes acquis face au numérique. Et les EEPS qui se considéraient à l'aise ne sont pas toujours les personnes qui offrent des pratiques intégrant la vision de la C3. Un enseignant mentionne : « *Le numérique peut être un outil, mais il ne fera pas la différence dans le changement intrinsèque qui doit s'opérer pour développer la compétence 3* ».

Parmi les défis relatifs à l'appropriation et à l'utilisation des ressources numériques, les EEPS déplorent le manque d'accompagnement ou de formation reçu à l'école, ainsi que la difficulté à identifier les applications les plus pertinentes en fonction de leurs intentions pédagogiques. Les EEPS disent que les élèves sont à l'aise avec leurs propres applications (p. ex. : Tiktok) mais ont besoin d'être encadrés, guidés, lors de l'utilisation d'une ressource pédagogique. De plus, les jeunes abandonnent vite devant un obstacle d'ordre technologique. Certains EEPS mentionnent l'importance de se garder du temps de classe pour faire la démonstration complète de la ressource, effectuer le téléchargement dans les cellulaires des élèves et l'essayer sur le terrain. Malgré les défis rapportés, l'utilisation du numérique pour enseigner la C3 n'est pas remise en question par les personnes enseignantes. Les EEPS sont conscients du potentiel du numérique au regard de l'enseignement de la C3 mais se sentent insuffisamment outillés et/ou compétents pour

l'exploiter à son plein potentiel. Le guide réflexif devra rendre compte de ce besoin d'accompagnement.

**Zone 3 : enseigner et apprendre.** Lors du confinement, les EEPS ont mentionné avoir converti en format numérique leurs documents de présentation (p. ex : PowerPoint), de suivi et d'évaluation habituellement utilisés en présentiel. Plusieurs y ont ajouté une application de suivi d'entraînement (p.ex. Strava) ou de modification des habitudes de vie ou bien une application anatomique. Depuis le retour en présentiel, plusieurs EEPS tentent de réinvestir les apprentissages effectués au regard du numérique tout en modulant l'exposition aux écrans.

Lors des entretiens semi-directifs, tous les EEPS ont affirmé faire eux même la mise en place de l'activité pédagogique et ont pu nous en décrire les étapes. En général, ils rendent disponibles des outils de travail; que ce soient des logiciels, des documents qui regroupent des questions en lien avec les saines habitudes de vie, des séries d'exercices pratiques avec des objectifs à atteindre ou des capsules vidéo dont les élèves se servent pour mener à bien la C3. Selon l'activité prévue et l'intérêt de l'EEPS pour le numérique, la mise en place peut s'étaler sur toute l'année et cumuler un nombre d'heures considérable (p. ex. : course de fin d'année – Annexe 10). Un peu plus de la moitié des EEPS n'ont pas été en mesure de nous donner une réponse claire distinguant l'intention planifiée de celle réellement poursuivie. Puisque le maintien du lien avec les élèves demeure une importante préoccupation, les EEPS ont mentionné accompagner les élèves en lien avec la pratique enseignée soit : 1) par des retours sur la plateforme utilisée pour l'enseignement de la pratique, 2) par des échanges à travers des documents

interactifs pour amener les élèves à se corriger ou 3) par des échanges/discussions verbales lors des séances en présentiel. Certains mentionnent avoir lancé des défis physiques aux élèves alors que d'autres ont envoyé du contenu numérique (p. ex. : capsule vidéo, site internet) relatif aux thématiques prévues au programme.

Parmi les facilitateurs, les ressources numériques sont considérées comme un atout car elles permettent d'aller au-delà de la plage horaire de la classe pour continuer les apprentissages, et aussi pour maintenir un lien avec les élèves en dehors des heures de cours. De leur côté, les élèves ont relevé l'implication des parents (ou de membres de la famille) pour les aider à réaliser certaines activités à distance et ont salué l'innovation de certaines activités proposées par leur EEPS (p. ex. parcours photos, quiz, enseignement diversifié). En contrepartie, les élèves soulignent qu'ils n'avaient pas toujours accès au matériel nécessaire à la maison, et que les entraînements physiques pouvaient être complexes. « *Ce n'est pas tout le monde qui a un ballon de basket ou qui a des poids pour faire des activités* ». Parmi les défis rencontrés lors de l'utilisation des ressources numériques pour l'enseignement de la C3, les EEPS parlent du temps nécessaire pour s'approprier de nouveaux outils numériques et le temps requis pour laisser les jeunes s'approprier ces nouveaux outils.

Un fait saillant de la recherche concerne le dilemme des EEPS entre "amplifier l'exposition aux écrans des élèves par l'intégration du numérique" versus "la nature de l'EPS, qui est une discipline de mouvements, corporelle et profondément socialisante" que les jeunes préfèrent vivre en présentiel.

En somme, les pratiques pédagogiques décrites par les enseignants combinent, majoritairement, plusieurs ressources numériques tant pédagogiques que de suivi d'activités physiques. On remarque par ailleurs que les activités pédagogiques ont été basculées en ligne sans réflexion préalable quant aux intentions pédagogiques, à l'organisation de la prestation et à l'évaluation des compétences.

Pour le guide réflexif, on retient la nécessité de développer les conditions favorables à l'intégration du numérique et d'introduire plus d'éléments de didactisation. Quel est le lien entre ce que je prévois enseigner, ce que je veux que l'élève apprenne et ce que je planifie évaluer ?

**Zone 4 : évaluation.** Pour procéder à l'évaluation, certains EEPS ont déposé des documents sur Teams, d'autres ont recueilli des preuves de la pratique régulière d'activité physique (p. ex. : capture d'écran Strava) dans un fichier Devoir, ou soumis des quiz auto-correcteurs (p. ex. : dans Google Forms). L'utilisation de ressources numériques a permis de 1) savoir si les élèves respectaient bien les consignes ; 2) démontrer si les activités ont été réalisées ; 3) évaluer certaines connaissances enseignées ; et 4) faire réfléchir l'élève sur son mode de vie sain et actif (moins fréquent). Un des défis liés à l'évaluation à distance à l'aide du numérique réfère à la remise des travaux; ces derniers ne répondent pas toujours aux critères d'évaluation, et ce, en partie, parce que les jeunes manquent de compétences en numérique. De plus, les EEPS doutent parfois que ce soit le jeune qui ait fait l'activité proposée et n'ont pas de moyens de vérifier. Aussi, il ne semble pas y avoir une plateforme ou d'application qui puisse regrouper l'ensemble du processus enseignement-apprentissage de tous leurs élèves en un seul lieu; ce regroupement

rendrait l'évaluation plus efficace pour l'EEPS et permettrait également à l'élève de mieux suivre sa progression.

En conclusion, il serait pertinent de pousser la réflexion dans cette zone et l'orienter vers l'utilisation du numérique au service de l'apprentissage des élèves. Ces quelques questions pourraient générer cette réflexion : À quel moment ferai-je l'évaluation de l'activité ? Quelles activités seront évaluées de façon sommative et formative ? Quels seront mes critères d'évaluation ainsi que leur pondération relative ? Comment devrais-je présenter les critères d'évaluation ? De quelle manière les outils d'évaluation reflètent-ils l'intention pédagogique ?

**Zone 5 : responsabiliser les élèves.** Les stratégies mentionnées par les EEPS pour favoriser l'engagement des jeunes sont multiples, on trouve : une communication continue, un soutien par des encouragements fréquents, l'inclusion d'activités « tendance » (p. ex. Tabata : entraînement par intervalles) et l'offre d'activités à l'extérieur.

Cette responsabilisation est différente selon le moment de la collecte de données. Lors du confinement, les élèves ont mentionné que le dynamisme de l'enseignant, les interactions lors de la prestation et les défis proposés les ont aidés à maintenir leur attention au cours des séances en ligne. D'un autre côté, ils ont déploré le fait de devoir prendre des notes et de garder leur caméra ouverte. En revanche, les jeunes qui possèdent une motivation intrinsèque pour faire de l'activité physique, ceux dont le contexte familial et social y est favorable, ceux inscrits en concentration Sport à l'école ou bien ceux qui ont particulièrement apprécié les activités proposées par l'EEPS ont

réussi à maintenir un mode de vie physiquement actif plus aisément. À la suite du confinement, lors du retour en présentiel, on constate un partage d'opinion; certains enseignants rapportent des effets positifs de l'usage du numérique sur l'engagement des élèves alors que d'autres le remettent en question. Parmi les effets positifs, mentionnons la possibilité pour l'élève de reprendre un cours manqué. Pour les élèves moins confortables avec leur corps ou devant les autres, il leur a été possible de filmer les entraînements à la maison avec des objets de leur quotidien et d'acheminer la vidéo à l'EEPS pour évaluation. Pour les EEPS, le recueil de preuves par des applications d'entraînement facilite le suivi et la rétroaction.

En somme, les EEPS utilisent une panoplie de mesures facilitant l'engagement. De son côté, le numérique permet l'émergence de pratiques novatrices et favorise une forme d'engagement des jeunes inconfortables à l'idée de bouger devant leurs camarades. Le guide réflexif pourrait contribuer à consolider les pratiques déjà en place et amorcer l'intégration de nouvelles façons de faire, selon les besoins des jeunes et les habiletés des EEPS.

**Guide.** Le guide réflexif constitue la principale retombée de notre recherche. Le contenu du guide reflète les différentes conclusions rapportées dans les sections précédentes soit la nécessité de didactiser et de mieux opérationnaliser la définition de la C3. Chaque section, inspirée des zones du cadre d'analyse DigCompEdu (Redecker, 2017), propose des pistes de réflexion, des liens vers des outils et des sites reconnus afin que chaque EEPS respecte son niveau d'aisance face au numérique. Il met en lumière un ensemble de possibilités pour planifier son enseignement et évaluer les apprentissages afin que

l'EEPS puisse faire un usage conscient et optimal des outils concrets et pratiques mis à sa disposition.

De plus, il reflète la vision formulée par les EEPS lors des entretiens semi-directifs; soit un guide simple, convivial, incluant des liens hypertextes et des moyens d'action concrets. Finalement, dans un souci de cohérence avec l'agréable climat qui a prévalu lors des groupes de discussion et des entretiens semi-directifs, nous y avons ajouté une dose d'humour grâce à des vignettes réalisées à partir des constats les plus significatifs de la recherche. Ces dernières peuvent être utilisées pour susciter la réflexion en équipe ou pour exercer une introspection sur ses propres pratiques.

**Principales contributions.** Les principales contributions en termes d'avancement des connaissances font référence à l'accompagnement des EEPS dans l'intégration du numérique dans l'enseignement de la C3 et dans la découverte de nouvelles avenues quant aux usages critiques, pertinents et raisonnés du numérique à la suite du retour en présentiel. Pour les élèves, elles concernent l'apprentissage de la régulation en utilisant le numérique. Le défi pour mobiliser les élèves est de proposer des activités incluant le numérique qui leur permettent de développer une certaine appartenance au groupe. Pour les formateurs, il réfère à l'identification d'approches, de pratiques, de conditions favorables et d'outils pertinents pour soutenir l'utilisation du numérique dans l'enseignement /l'apprentissage de la C3. Cette recherche nous a également permis de reconnaître l'apport des conseillers pédagogiques tant dans la mise en œuvre des meilleures pratiques que dans le soutien au développement des compétences.

## Partie D — Pistes de solution ou d'actions soutenues par les résultats de la recherche

**Conclusions.** D'entrée de jeu, mentionnons que cette recherche-action nous a permis de rencontrer des enseignants dynamiques, dévoués envers leurs élèves et enthousiastes envers la recherche proposée. Ce type de financement, mettant l'accent sur la recherche-action, met à contribution les principaux utilisateurs des résultats de la recherche et favorise des retombées directes dans leurs milieux.

Les élèves interrogés dans le cadre de cette recherche ont rapporté avoir apprécié les efforts déployés par les EEPS pendant le confinement pour mettre en œuvre des activités stimulantes, ludiques et différentes de ce qu'ils faisaient habituellement : « *cette année, on a fait de la danse et on va faire de la boxe. Donc, ça me motive aussi à découvrir de nouvelles activités* ». Mentionnons que les EEPS ont fait preuve de créativité et de débrouillardise en temps d'urgence (basculé vers l'enseignement à distance pendant la pandémie); ils ont adapté leurs pratiques pour les jeunes dans le but de maintenir le lien avec eux. On ne peut passer sous silence le dévouement dont ont fait preuve les EEPS.

Lors des groupes de discussion et des entretiens, les EEPS nous ont livré des riches témoignages qui tendent vers les mêmes défis pédago-numériques, si bien qu'on a élaboré le guide réflexif pour répondre à ces défis. Ils ont aussi découvert le numérique ou son potentiel, mais malheureusement, le retour tout aussi en urgence en présentiel n'a pas permis d'intégrer à part entière ces nouvelles ressources. Une large diffusion de ce guide comblerait, on le souhaite, ceux qui ont des vécus et des besoins semblables.

D'un point de vue plus théorique, nous avons constaté que le cadre analytique « DigCompEdu » est représentatif de la réalité vécue par les EEPS et a facilité la démarche de collecte de données, l'analyse de ces dernières et la structure du guide réflexif. Le guide s'appuie donc sur des assises reconnues scientifiquement.

**Messages clés.** Pour les EEPS et les élèves, les moments en présence à l'école sont identifiés comme plus motivants parce que « *l'éducation physique, pour eux (élèves), ça se fait en personne. Ça se fait avec leur gang de chums* ». Issu de notre recherche, un 1<sup>e</sup> message est de prioriser l'utilisation de stratégies et de ressources numériques pour maintenir l'engagement des jeunes, notamment par une communication continue, des encouragements fréquents et l'inclusion d'activités dites « tendance », et ce, même à l'extérieur des cours. Un EEPS mentionne : « *les élèves de mon secteur, ils se démenaient. Ils m'envoyaient les relevés de leurs activités. Ça fonctionnait* ». De plus, pour plusieurs, le peu de temps disponible pour les cours d'EPS est un frein à l'intégration plus complète de la C3 même si le numérique est également une opportunité pour permettre d'accompagner, de supporter et d'outiller le jeune pour qu'il se sente compétent à adopter un mode de vie sain et actif.

Un 2<sup>e</sup> message est de ne pas négliger l'implication des parents. Des routines et des défis sur les saines habitudes de vie, comme marcher à l'extérieur, se sont mises en place dans certaines familles. Un enseignant rapporte « *Quand les parents embarquent dans les défis, ça encourage les élèves et ça les motive à faire les activités proposées* ». Ces stratégies

intégrant le numérique ont contribué à maintenir les élèves actifs malgré le confinement, ce qui est tout à fait dans l'esprit de la C3.

Un décalage ou écart est constaté, notamment entre le prescrit ministériel et l'interprétation que les enseignants font de la C3. De plus, certains EEPs ont tendance à mettre l'accent sur l'acquisition des connaissances théoriques au lieu du développement de compétences pour un mode de vie sain et actif. On souhaite que le guide permette de réduire cet écart en réitérant les fondements de la C3 et en outillant les enseignants dans leur démarche d'intégration du numérique dans l'enseignement la C3.

À cet égard, notre 3<sup>e</sup> message s'adresse aux décideurs et mène vers le besoin de mieux définir la C3 et de proposer des méthodes et moyens concrets pour l'enseigner et évaluer son atteinte à l'aide, entre autres, du numérique.

Les résultats de notre recherche entraînent le constat que l'utilisation du numérique est à géométrie variable. Elle varie selon le niveau de confort envers le numérique, la formation et l'accompagnement reçue par des techniciens et des conseillers pédagogiques, le temps investi par l'EPS, le matériel disponible à l'école et auprès des élèves. Une des pistes de solution serait de pourvoir les écoles avec du matériel suffisant et des ressources adéquates à un enseignement réfléchi intégrant le numérique.

Le 4<sup>e</sup> message vise la formation. En effet, l'utilisation numérique pendant le confinement a été d'un grand secours puisqu'il s'agissait de la seule solution. Mais le retour à la normale fait en sorte le numérique a été désinvesti. Or, l'utilisation du numérique dans

l'enseignement de la C3 est plus que "nécessaire" et pourrait être une partie de la réponse aux difficultés rencontrées par les enseignants d'EPS. Il serait souhaité que les EEPS sachent utiliser le numérique dans différents contextes, et qu'ils aient accès aux ressources nécessaires. Pensons à la dimension éthique, la littératie numérique, savoir collaborer, produire du contenu, etc. qui sont au nombre des dimensions que les enseignants en formation à distance doivent intégrer dans leur enseignement. Les mêmes constats prévalent pour les élèves. La compétence numérique recèle de nombreuses sous-compétences qui doivent aussi être développées par une éducation au numérique.

Pour les formateurs, l'inclusion du numérique dans la formation initiale des EPS, particulièrement en combinaison avec l'enseignement de la C3 s'avère nécessaire pour qu'ils puissent considérer son intégration dans des moments pertinents de la séquence de cours. Le numérique peut aisément servir pour planifier, consigner, évaluer, rétroagir, s'ajuster et développer sa pensée critique.

**Les limites ou mises en garde.** Cette recherche-action a montré que les enseignants d'EPS n'ont pas une compréhension commune des concepts de la C3, de l'enseignement intégrant le numérique et d'un mode de vie sain est actif, ce qui rend l'actualisation des résultats préliminaires ardue. Pour pallier, le guide réflexif aborde l'opérationnalisation de l'adoption d'un mode de vie physiquement actif.

Malgré l'enthousiasme des personnes participantes pour la recherche, les conditions de vie entourant la pandémie et la charge professionnelle des EEPS ont rendu difficile leur

participation. De ce fait, il n'a pas été possible d'atteindre la taille d'échantillon estimée pour les groupes de discussion. Il ne nous a pas été possible de distinguer les perceptions des garçons et des filles non plus. Bien qu'il ne soit pas possible de prétendre à la généralisation des données, il demeure que les propos recueillis dans notre échantillon ont permis de dégager des constats communs suffisamment corroborés par les publications scientifiques. Par conséquent, le guide réflexif demeure actuel et signifiant pour les futurs utilisateurs.

Bien que les entretiens semi-directifs qui ont suivi les groupes de discussion ont permis de préciser les conditions d'enseignement, les intentions pédagogiques se sont avérées peu explicitées et les tentatives de clarification peu fructueuses. De prime abord, rappelons qu'en situation de confinement, les EEPS ont privilégié le lien avec leurs élèves au détriment de l'apprentissage et de l'évaluation de ces apprentissages. Deuxièmement, certaines activités décrites lors des entretiens apparaissaient parcellaires. Accéder à la structure de la planification annuelle des EEPS permettrait possiblement d'en savoir plus. Toutefois, il appert que de nombreux enseignants planifient plutôt dans leur tête et s'ajustent au quotidien, ce qui rend complexe d'accéder précisément à leurs intentions pédagogiques de départ. Une piste de solution serait d'enquêter sur la planification annuelle des EEPS et d'observer sur le terrain ce qui est mis en œuvre. En effet, les données recueillies dans cette recherche sont de nature déclarative et non effective. Des observations terrain assureraient plus d'objectivité et de précisions quant aux résultats en découlant.

## Partie E — Nouvelles pistes ou questions de recherche

Bien que le guide réflexif ait été révisé par les collaborateurs et des EEPS ayant participé à la collecte de données (groupes de discussion et entretiens semi-directifs), il s'avèrerait judicieux de « tester » son contenu sur le terrain. Dans une prochaine recherche-action, on pourrait recruter des enseignants de 2<sup>e</sup> cycle du secondaire intéressés à utiliser une ou plusieurs sections du guide réflexif pour leur planification annuelle et la mise en œuvre d'une activité pédagogique reliée à l'adoption d'un mode de vie physiquement actif. Les EEPS seraient appelés à commenter, dans un journal de bord, les activités mises en œuvre, leur appréciation générale, les changements proposés et les réussites.

Cette proposition de nouvelle piste s'avère être le 3<sup>e</sup> objectif de la recherche initialement financée et présentée ici.

## Partie F — Références et bibliographie

- Bodsworth, H. et Goodyear, V. A. (2019). Obstacles et facilitateurs à l'usage des technologies numériques dans le cadre du modèle d'apprentissage coopératif en éducation physique. *Ejournal de la recherche sur l'intervention en éducation physique et sport*, (Hors-série N° 3).
- Bouthillette, J. (2020). *Enseigner l'EPS en tenant compte des 3 temps pédagogiques*. RÉCIT du développement de la personne — Éducation physique et à la santé. Repéré le 16 septembre 2020 à <https://eps.recitdp.qc.ca/gerer-son-stress-pas-si-stressant/>
- Carignan, I., Bissonette, B., Ménard, C., Beaudry M-C. et Viau, J. (2021). Les défis de la gestion de classe virtuelle synchrone. *Revue Médiations & Médiatisations*, 8, 61-71. <https://doi.org/10.52358/mm.vi8.260>
- Desgagné, S. (1997). Le concept de recherche collaborative : l'idée d'un rapprochement entre chercheurs universitaires et praticiens enseignants. *Revue des sciences de l'éducation*, 23(2), 371-393. <https://doi.org/https://doi.org/10.7202/031921ar>
- Granger, N., Morin, P., Stoloff, S., Vandercleyen, F., Boulanger, A., Noulin, J-F., Robert, M. (2023). Enseigner l'adoption d'un mode vie sain et actif en éducation physique et à la santé (eps) dans un contexte de formation à distance. *Revue hybride de l'éducation*, 7(2), 57-85 <http://revues.uqac.ca/index.php/rhe/issue/current>
- Guay, M.H. et Prud'homme, L. (2011). La recherche-action. Dans T. Karsenti et L. Savoie-Zajc (dir.), *Introduction à la recherche en éducation* (3<sup>e</sup> éd., p. 183-211). Éditions Erpi.
- Messier, G. (2020). Comment réfléchir ou enrichir sa planification à l'aide de la démarche didactique. Dans N. Granger, L. Portelance et G. Messier (dir.), *Planifier son enseignement au secondaire* (p. 33-46). Éditions JFD.
- Michelot, F., Poellhuber, B., Bérubé, B. et Béland, S. (2021). Retour d'expérience sur l'évaluation d'une formation des enseignants à la FAD dans le cadre de la crise de la COVID-19. *Revue internationale des technologies en pédagogie universitaire*, 18(1), 21-31. <https://doi.org/10.18162/ritpu-2021-v18n1-04>

Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport. (2010). Progression des apprentissages au secondaire. Éducation physique et à la santé. Dans *Programme de formation de l'école québécoise; domaine du développement de la personne; éducation physique et à la santé*. Gouvernement du Québec.

Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur. (2017). *Politique de la réussite éducative. Le plaisir d'apprendre, la chance de réussir*. Gouvernement du Québec.  
[http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site\\_web/documents/PSG/politiques\\_orientations/politique\\_reussite\\_educative\\_10juillet\\_F\\_1.pdf](http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/PSG/politiques_orientations/politique_reussite_educative_10juillet_F_1.pdf)

Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur. (2019). *Cadre de référence de la compétence numérique*. Gouvernement du Québec.

Redecker, C. (2017). European Framework for the Digital Competence of Educators: DigCompEdu. Punie, Y. (ed). EUR 28775 EN. Publications Office of the European Union, Luxembourg, 2017, ISBN 978-92-79-73494-6, doi:10.2760/159770, JRC107466/ Synthèse en français: [https://joint-research-centre.ec.europa.eu/system/files/2021-02/1\\_digcompedu\\_leaflet\\_fr.pdf](https://joint-research-centre.ec.europa.eu/system/files/2021-02/1_digcompedu_leaflet_fr.pdf)

Roche, L. (2019). Les usages du numérique en EPS : quelles limites ? *Revue « Enseigner l'EPS »*, 2019, vol. 277, 7-11.

## Annexes

## Annexe 1 : Certificat éthique



Sherbrooke, le 10 février 2021

Mme Pascale Morin  
Professeure  
FASAP Kinanthropologie  
Université de Sherbrooke

**N/Réf. 2021-2845/Morin**

**Objet : Approbation de votre projet de recherche**

Madame,

Le Comité d'éthique de la recherche – Éducation et sciences sociales a évalué votre projet de recherche intitulé « **Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les enseignants d'éducation physique et à la santé, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif ?** » financé par FROSC Action concertée. Le numérique en éducation et en enseignement supérieur dans le contexte de la pandémie de COVID-19 (volet Projet de recherche-action)(2021-0EUA-297025).

Les documents suivants ont été analysés :

- Formulaire de demande initiale (F1-ESS)
- Projet de recherche (Description du projet .pdf)
- Outil de collecte des données (Animation focus group.docx)
- Projet de recherche (fichiers supplémentaires) (Courriel de recrutement 3.pdf)
- Copie de la lettre ou du courriel de recrutement des personnes participantes (Courriel de recrutement 3.pdf)
- Projet de recherche (fichiers supplémentaires) (Lettre d'information aux parents 2.pdf)
- Projet de recherche (fichiers supplémentaires) (Lettre d'information à l'école 1.pdf)
- Formulaire de consentement (Consentement Jeune focus group.pdf)
- Formulaire de consentement (Consentement ÉPS focus group.pdf)

Le comité a le plaisir de vous informer que votre projet de recherche a été **approuvé** par le comité.

Cette approbation étant **valide jusqu'au 10 février 2022**, il est de votre responsabilité de remplir le formulaire de suivi (formulaire F5-ESS) que nous vous ferons parvenir annuellement. Il est également de votre responsabilité d'aviser le comité de toute modification au projet de recherche (formulaire F4-ESS) ou de la fin de votre projet (formulaire F6-ESS). Ces deux derniers formulaires sont disponibles dans Nagano.

Le comité vous remercie d'avoir soumis votre demande d'approbation à son attention et vous souhaite, Madame, le plus grand succès dans la réalisation de cette recherche.



Mme Ariane Tessier  
Coordonnatrice à l'éthique de la recherche

pour Éric Yergeault, président  
Comité d'éthique de la recherche – Éducation et sciences sociales  
Université de Sherbrooke

Annexe 2 : Cadre d'analyse - Euroframework for the Digital Competence of Educators (Redecker, 2017)

Ce modèle est composé de six zones de développement de compétences dont les enseignants ont besoin pour favoriser des stratégies d'enseignement et d'apprentissage efficaces, inclusives et innovantes, i.e. 1) l'engagement professionnel des acteurs scolaires 2) les ressources numériques, 3) l'enseignement et l'apprentissage, 4) l'évaluation/ régulation des enseignements et des apprentissages, 5) les stratégies pour engager les apprenants et 6) le développement des compétences numériques des apprenants. Pour ce projet, nous avons retenu les quatre zones de compétences liées à la pédagogie soit les zones 2, 3, 4 et 5. Les zones 1 et 6 seront plutôt utilisées pour apprécier les retombées du projet et pour dégager des pistes d'action et d'élaboration relatives à la création de la trousse virtuelle prévue au terme de cette recherche.



**Zone 2 - « s'approprier le numérique ».** Le développement des bonnes pratiques en matière d'utilisation du numérique constitue une nécessité pour pouvoir l'intégrer dans son enseignement. Plusieurs aspects liés au numérique méritent d'être pris en compte. Par exemple, s'approprier des plateformes web, leurs fonctionnalités mais aussi leur logique d'utilisation; se sensibiliser aux défis inhérents à l'utilisation du numérique en contexte scolaire. En outre, devant la variété des ressources offertes, il s'avère nécessaire de pouvoir identifier celles qui correspondent le mieux à l'adoption d'un mode de vie sain et actif.

**Zone 3 - « enseigner et apprendre ».** Cette compétence fait référence à la conception, la planification et la mise en œuvre du numérique aux différentes étapes du processus d'apprentissage. On y suggère que l'enseignant adopte une pédagogie

centrée sur les besoins perçus par les jeunes. Ainsi, le rôle de l'enseignant est d'être un mentor et un guide pour les jeunes dans une perspective d'étayage, stimulant ainsi les efforts d'apprentissage et l'autonomie des élèves. Pour ce faire, les enseignants doivent être en mesure de concevoir de nouvelles façons d'enseigner, soutenues par les technologies numériques, en vue de fournir des conseils et un soutien aux jeunes, de manière individuelle et collective. Le soutien et l'accompagnement fournis devraient favoriser l'apprentissage autorégulé souhaité dans l'adoption d'un mode de vie sain et actif.

**Zone 4 - « évaluer ».** Il importe de se questionner sur comment le numérique peut améliorer les stratégies d'évaluation ou de régulation existantes. La réflexion doit porter sur l'intérêt de recueillir des données sur le comportement d'apprentissage de chaque jeune, faciliter la rétroaction et permettre aux enseignants d'évaluer et d'adapter leurs stratégies d'enseignement. À titre d'exemple : générer, sélectionner, analyser et interpréter les indicateurs de l'adoption d'un mode de vie sain et actif, les résultats obtenus et les progrès réalisés par le jeune, afin d'éclairer l'enseignement et l'apprentissage.

**Zone 5 - « stratégies d'enseignement pour engager les apprenants ».** L'un des principaux atouts du numérique dans l'éducation est son potentiel à soutenir des stratégies pédagogiques différenciées et à stimuler la participation active tout au long des activités proposées. Les technologies numériques peuvent contribuer à l'individualisation de l'apprentissage tout en restant centrées sur les compétences à développer prévues au programme de formation. La différenciation pourra concerner une variété de contextes qui répondent aux divers besoins d'apprentissage et de motivation des jeunes, en leur permettant de progresser à différents niveaux et vitesses, et de suivre des parcours et des objectifs d'apprentissage individuels.

### Annexe 3 : Stratégies de recrutement des enseignants pour les groupes de discussion et les entretiens

Outil	Détails	Coût
Page Web de destination	Page Web qui décrit le projet, l'objectif de recrutement et un formulaire d'inscription. Date limite pour s'inscrire : ?	-
Lien à partir de la page d'accueil de la FASAP	Visuel promo menant à la page Web de destination	-
Publication Facebook	Publication organique sur la page FB de la FASAP Inviter Centre sportif à partager Publication sur le groupe Facebook « Je partage, tu partages » par nos chercheuses	-
Promo Facebook + LinkedIn	Message à discuter avec l'équipe promo	Facebook : 250 \$ LinkedIn : 150 \$
Bulletin des diplômés	Lien vers la page de destination	-

Annonce parue pour le recrutement

Éducation physique et à la santé
C3-Adopter de saines habitudes de vie

- **Vous êtes enseignants d'ÉPS au 2<sup>e</sup> cycle du secondaire ?**
- **Vous utilisez le numérique dans votre enseignement de la C -3 ?**
- **Vous aimeriez contribuer à un projet de recherche sur l'apport du numérique dans la pratique de l'enseignement en ÉPS ?**

**Contactez-nous sans plus attendre !**

[pascale.morin@usherbrooke.ca](mailto:pascale.morin@usherbrooke.ca)

*Nous sommes une équipe d'universitaires qui souhaite développer un outil pertinent pour soutenir l'enseignement à distance notamment au regard de l'adoption de saines habitudes de vie.*

## Annexe 4a : Courriel de recrutement des enseignants en EPS pour les groupes de discussion

Monsieur, Madame

*Ça vous intéresse de mettre à profit votre expérience de formation à distance ? Cette recherche-action est pour vous.*

Nous vous sollicitons à titre d'enseignant/e en ÉPS pour participer à une recherche-action ayant pour but de répondre à la question suivante : *Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les enseignants/es d'éducation physique et à la santé, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif ?*

Le premier objectif est de discuter des stratégies que vous avez utilisées pour la préparation, la réalisation et l'intégration de vos pratiques pédagogiques; des difficultés rencontrées; des façons de penser l'enseignement dans le cadre d'une formation à distance; des trucs pour motiver les élèves dans l'adoption d'un mode de vie sain et actif dans un contexte de formation à distance.

### *Qu'est-ce qui sera vous demandé?*

**Participer à un focus group**, sur Teams, entre mars et juin 2021, avec d'autres enseignants/es en ÉPS. Le *focus group* devrait durer 2 heures, un jour de semaine, après les classes. Le *focus group* s'avère une opportunité pour partager avec des collègues. Un sondage Doodle sera envoyé pour planifier le jour qui convient le mieux à tous. Pendant le *focus group*, vous serez libre de refuser de répondre à toute question que vous jugez inconfortable. Vous pourrez aussi vous retirer à n'importe quelle étape de la rencontre si vous en ressentez le besoin, et ce, sans avoir à donner de raison. Le cas échéant, on vous demande de le mentionner à l'animateur ou d'écrire au responsable du projet. Les données recueillies seront traitées de manière entièrement confidentielle.

**Recruter un garçon et une fille parmi vos étudiants** de secondaire 3, 4 ou 5. Il n'est pas nécessaire que le jeune excelle en sport ou dans les autres matières scolaires; le critère de recrutement est la capacité et l'intérêt du jeune à nommer ses besoins, ses contraintes, son expérience de formation à distance en ce qui concerne le cours d'ÉPS. Les jeunes que vous recrutez participeront à un *focus group* de 2 heures sur Teams avec d'autres jeunes, entre 16h00 et 18h00, en semaine, entre les mois de mars et juin 2021. Les thèmes abordés durant leur *groupe de discussion* incluront les contraintes et les motivations (internes, externes, matérielles, humaines) influençant leur participation aux cours d'ÉPS et influençant le maintien d'un mode de vie sain et actif en contexte de formation à distance.

Nous en sommes à rédiger des lettres décrivant la recherche-action, lettres que vous pourrez, si vous le souhaitez, remettre à la direction de votre école et aux parents.

Entre temps, si vous avez des questions ou si vous êtes intéressés à participer, n'hésitez pas à répondre par un retour de courriel à cette même adresse ([Pascale.Morin@USherbrooke.ca](mailto:Pascale.Morin@USherbrooke.ca)). Soyez assuré qu'avant de débiter le *focus group*, un formulaire de consentement vous sera envoyé afin d'obtenir votre consentement libre et éclairé.

Cordialement,

Sherbrooke, le 1<sup>e</sup> février 2021

[SIGNATURE DU COCHERCHEUR]

Annexe 4b : Courriel de recrutement des enseignants pour l'entretien

***Vous utilisez des pratiques pédagogiques intégrant le numérique dans l'enseignement de la compétence 3 ? Cette recherche-action est pour vous.***

Nous vous sollicitons à titre d'enseignant/e en ÉPS pour participer à une recherche ayant pour but de répondre à la question suivante : ***Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les enseignants/es en ÉPS, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif ?***

L'objectif final est de coconstruire un guide de déploiement de pratiques pédagogiques intégrant le numérique inspirées par des expériences réelles d'enseignants de secondaire 3 à 5.

***Qu'est-ce qui sera vous demandé?***

**Participer à une entrevue individuelle** animée par un des chercheurs de l'équipe, via la plateforme Teams, entre février et juin 2022. L'entrevue devrait durer 1 heure, au moment qui vous conviendra le mieux. Les thèmes abordés seront les intentions, le processus d'intégration, la mise en place et l'évaluation de pratiques pédagogiques intégrant le numérique pour l'enseignement de la compétence 3 au 2<sup>e</sup> cycle du secondaire. Le guide d'entrevue se trouve en pièce jointe de cet envoi.

L'entrevue individuelle s'avère une opportunité pour vous d'effectuer un retour systématique sur votre pratique; retour propice au développement professionnel de vos compétences techno pédagogiques, et ce, au service de l'apprentissage des élèves. Pendant l'entrevue, vous serez libre de refuser de répondre à toute question que vous jugez inconfortable. Vous pourrez aussi vous retirer à n'importe quelle étape de la rencontre si vous en ressentez le besoin, et ce, sans avoir à donner de raison. Les données recueillies seront traitées de manière entièrement confidentielle. À la fin de l'entrevue, une attestation du temps passé à participer à cette recherche-action vous sera fournie.

Vous trouverez en pièce jointe un descriptif de votre participation ainsi qu'un formulaire de consentement. Si vous avez des questions concernant ce projet de recherche, n'hésitez pas à communiquer avec Pascale Morin Ph.D., chercheuse responsable de la recherche-action et professeure titulaire à l'Université de Sherbrooke, au 819 821-8000 poste 63720 ou à [Pascale.Morin@USherbrooke.ca](mailto:Pascale.Morin@USherbrooke.ca).

Le Comité d'éthique de la recherche - Éducation et sciences sociales de l'Université de Sherbrooke a approuvé ce projet de recherche et en assurera le suivi. Vous pouvez communiquer avec ce comité au numéro de téléphone 819-821-8000 poste 62644 (ou sans frais au 1 800 267-8337) ou à l'adresse courriel [ethique.ess@usherbrooke.ca](mailto:ethique.ess@usherbrooke.ca).

Si vous êtes intéressés à participer, n'hésitez pas à répondre par un retour de courriel à cette même adresse ([@USherbrooke.ca](mailto:@USherbrooke.ca)) ou à me contacter au 819 821-8000 d'ici juin.

Cordialement,

[SIGNATURE DU COCHERCHEUR]

Sherbrooke, le 10 février 2022

Annexe 5a : Lettre informant à la direction scolaire de la tenue d'une recherche impliquant les enseignants en EPS et les élèves



Sherbrooke, 1<sup>e</sup> février 2021  
À la direction scolaire,

**Objet :** participation d'un enseignant en ÉPS à une recherche-action intitulée : *Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les enseignants d'éducation physique et à la santé, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif ?*

Un enseignant de votre école a accepté de participer à la recherche en objet. Le but de cette recherche-action est d'aider les enseignants en ÉPS à concevoir des pratiques pédagogiques numériques gagnantes; pratiques habituellement utilisées lors des périodes de confinement. Pour mener la recherche-action à terme, l'enseignant discutera des stratégies utilisées pour la préparation, la réalisation et l'intégration de ses pratiques pédagogiques numériques; des difficultés rencontrées; des façons de penser l'enseignement dans le cadre d'une formation à distance; des trucs pour motiver les élèves dans l'adoption d'un mode de vie sain et actif dans un contexte de formation à distance.

***En quoi consiste la participation de l'enseignant?***

**Participer à un *focus group*** ou groupe de discussion, d'environ 2 heures, sur Teams, après les classes, entre mars et juin 2021, avec des enseignants en ÉPS d'autres établissements scolaires. Les données recueillies lors du *focus group* seront traitées de manière entièrement confidentielle. Le nom de l'enseignant et celui de l'école seront retirés complètement lors des analyses.

**Recruter un garçon et une fille parmi les étudiants** de secondaire 3, 4 ou 5. Il n'est pas nécessaire que le jeune excelle en sport ou dans les autres matières scolaires; le critère de recrutement est la capacité et l'intérêt du jeune à nommer ses besoins, ses contraintes, son expérience de formation à distance en ce qui concerne le cours d'ÉPS. Les jeunes qui le désirent, participeront à un *focus group* de 2 heures sur Teams avec d'autres jeunes, après les classes, entre mars et juin 2021. Les thèmes abordés durant leur *groupe de discussion* incluront les obstacles et les motivations à leur participation aux cours d'ÉPS et influençant le maintien d'un mode de vie sain et actif en contexte de formation à distance. Une lettre d'information sera acheminée aux parents (voir fichier joint) et chaque jeune recevra un formulaire de consentement avant de participer

au *focus group*.

Pour plus d'information, n'hésitez pas à communiquer avec moi.

[SIGNATURE DU COCHERCHEUR]

## Annexe 5b : Lettre informant les parents de la tenue d'une recherche qui pourrait intéresser leur enfant

Cher parent,

Votre enfant a été sollicité par son enseignant en éducation physique et à la santé pour participer à un projet de recherche intitulée *Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les enseignants d'éducation physique et à la santé, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif?* Cette recherche est financée par le Fonds de recherche du Québec – société culture (FRQSC)

### Quel est l'objectif de cette recherche ?

L'objectif final de cette recherche-action est d'aider les enseignants en éducation physique et à la santé à concevoir des pratiques pédagogiques numériques gagnantes. Ces pratiques pédagogiques seront utilisées par les enseignants lors des périodes de confinement. Pour mener la recherche à terme, il s'agit pour votre enfant, de discuter des obstacles et des éléments de motivation qui ont influencés sa participation aux cours d'éducation physique et à la santé et/ou au maintien d'un mode de vie sain et actif durant le confinement.

### En quoi consiste sa participation au projet?

Son implication consiste à participer à un *focus group* (groupe de discussion), via la plateforme Teams, entre les mois de mars et juin. Il y assistera de la maison ou de l'école, comme il lui sera plus facile. Un sondage Doodle sera envoyé pour planifier le moment qui convient le mieux pour le *focus group*. Le seul inconvénient lié à sa participation est le temps consacré au *focus group*, soit environ 2 heures. Les données recueillies lors du *focus group* seront traitées de manière **entièrement confidentielle**.

À la fin du focus group, on lui donnera de l'information concernant la tenue d'un atelier virtuel où les résultats des *groupes de discussion* seront discutés parmi les chercheurs, les collaborateurs, les enseignants et les jeunes. Il pourra assister à une partie ou à l'entièreté de l'atelier de 3 heures, s'il le désire.

Sa participation à cette de recherche-action est volontaire. Il est **libre** de refuser d'y participer et de se retirer à tout moment sans craindre pour ses résultats scolaires. Une copie du formulaire de consentement est jointe à cette lettre d'information.

Si vous vous opposez à ce que votre enfant participe au focus group, veuillez cocher ici  et retourner ce document par courriel à l'adresse suivante : [Pascale.Morin@USherbrooke.ca](mailto:Pascale.Morin@USherbrooke.ca). Si vous avez des questions concernant ce projet de recherche, n'hésitez pas à communiquer avec nous à l'adresse suivante : [Pascale.Morin@USherbrooke.ca](mailto:Pascale.Morin@USherbrooke.ca)

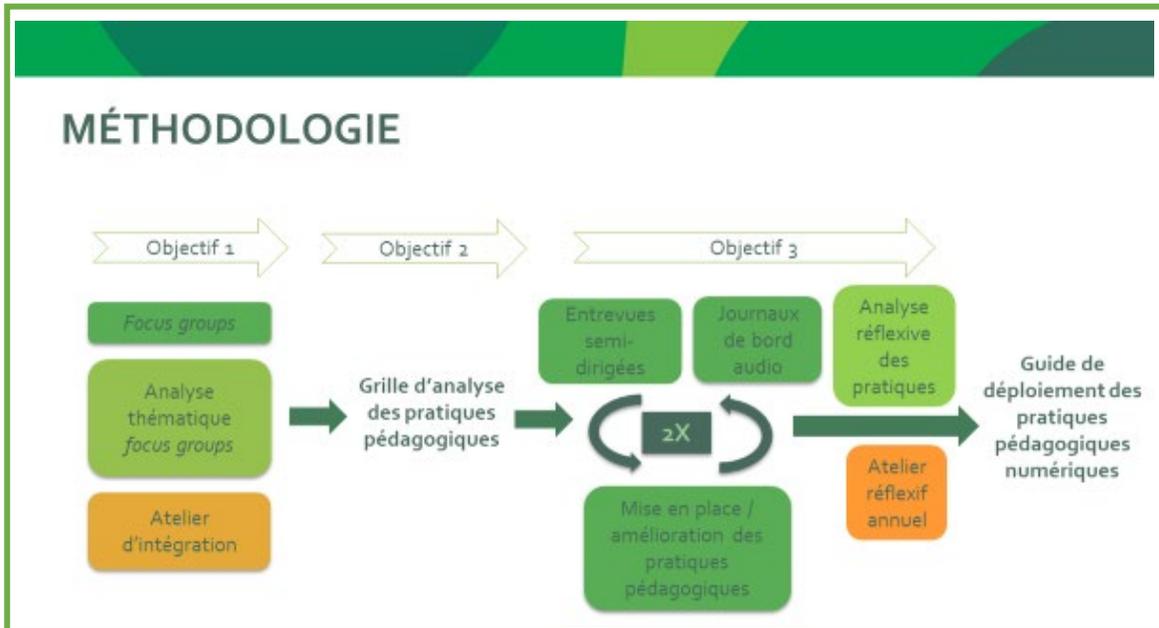
En vous remerciant de votre attention,

Le 1<sup>e</sup> février 2021

[SIGNATURE DU COCHERCHEUR]

## Annexe 6 : Illustration du devis proposé

Le devis initial comportait trois objectifs pour mener à la production du guide destiné aux Éducateurs et éducatrices physique et à la santé. Toutefois, dès la première collecte de données, nous avons senti le besoin d'approfondir les étapes de l'enseignement-apprentissage-évaluation mises en place par les EEPS. Les éléments de l'objectif 3 n'ont pas pu être élaborés. Ils pourront faire l'objet d'une prochaine demande de financement.



## Annexe 7a : Formulaire de consentement pour les EPS – focus group

### *Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les enseignants d'éducation physique et à la santé, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif ?*

Pascale Morin, Ph.D., chercheuse principale  
Faculté des sciences de l'activité physique  
Financement du Fonds de recherche du Québec – société culture (FRQSC)

Madame,  
Monsieur,

Nous vous invitons à participer à la recherche en titre. L'objectif premier de cette recherche-action est de dégager les facilitateurs, les défis, les contraintes et les besoins perçus par les enseignants et les élèves, pour formuler des pratiques pédagogiques gagnantes, dans un contexte de formation à distance.

#### **En quoi consiste la participation au projet?**

Votre participation à ce projet de recherche consiste à participer à un focus group, via la plateforme Teams, entre les mois de mars et juin 2021. Le *focus group* sera animé par un des chercheurs de l'équipe, professeur à l'Université de Sherbrooke. Vous pourrez y assister de la maison ou de l'école, comme il vous sera plus facile. Un sondage Doodle sera envoyé pour planifier la journée du *focus group* qui convient le mieux. Le seul inconvénient lié à votre participation est le temps consacré à la recherche, soit environ 2 heures, après les classes, un jour de semaine. Il est possible que vous ressentiez un malaise en vous remémorant votre vécu pendant le confinement du printemps dernier. Si c'est le cas, vous êtes libres de refuser de répondre à toute question et au besoin cesser votre participation au *focus group*. L'assistante à l'animation du *focus group* poursuivra la conversation avec vous et vous référera à des ressources appropriées, telles que le site du gouvernement du Québec <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/aller-mieux-a-ma-facon-outil-numerique/>

À la fin du focus group, on vous donnera de l'information concernant la tenue d'un atelier virtuel où les résultats des *groupes de discussion* seront discutés parmi les chercheurs, les collaborateurs, les enseignants et les jeunes. Vous pourrez assister à une partie ou à la totalité de l'atelier de 3 heures, à votre convenance.

#### **Qu'est-ce que la chercheuse fera avec les données recueillies?**

Pour éviter votre identification comme personne participante à cette recherche, les données recueillies par cette étude seront traitées de manière **entièrement confidentielle**. La confidentialité sera assurée par la création d'un nom fictif lors de la transcription de la bande vidéo du *focus group*. Les résultats de la recherche ne permettront pas d'identifier les personnes participantes. Les résultats du *focus group* seront diffusés lors d'un atelier intégratif offert à tous les participants du focus group ainsi qu'aux collaborateurs et cochercheurs de la recherche-action. Selon la nature des résultats, il se peut qu'un article scientifique ou qu'une présentation à un congrès scientifique soient produits. Les données recueillies seront conservées sous clé, à

l'Université de Sherbrooke, et les seules personnes qui y auront accès sont les membres de l'équipe de recherche. Il est possible que les données soient utilisées par des étudiantes et étudiants de maîtrise ou de doctorat, qui réaliseraient une recherche sur une thématique étroitement reliée au projet original. Les données recueillies seront conservées pendant 7 ans à la suite de la publication des résultats et elles ne seront pas utilisées à d'autres fins que celles décrites dans le présent document.

Vous-mêmes et les autres personnes qui participeront au *focus group* connaîtrez l'identité des personnes participantes et des renseignements et opinions partagés lors de la discussion. Nous comptons sur votre collaboration afin de préserver la confidentialité de ces informations.

### **Est-il obligatoire de participer?**

**Non.** Votre participation à cette de recherche-action est volontaire. Vous êtes donc libre de refuser d'y participer. Vous pouvez aussi vous retirer de ce projet à n'importe quel moment, sans avoir à donner de raisons.

### **Y a-t-il des risques, inconvénients ou bénéfiques?**

Au-delà des risques et inconvénients mentionnés jusqu'ici [malaise par rapport à certaines thématiques abordées, inconvénient de temps], l'équipe de chercheurs considère que les risques possibles sont minimaux. La contribution à l'avancement des connaissances au sujet des pratiques pédagogiques numériques en ÉPS sont les bénéfiques prévus. Une compensation en argent de 50\$ vous sera accordée. Un formulaire de dédommagement vous sera acheminé après le focus group. Vous y inscrirez vos coordonnées postales et un chèque vous y sera envoyé.

### **Que faire si j'ai des questions concernant le projet?**

Si vous avez des questions concernant ce projet de recherche, n'hésitez pas à communiquer avec moi aux coordonnées indiquées ci-dessous.

[SIGNATURE DU COCHERCHEUR]

---

*J'ai lu et compris le document d'information au sujet du projet intitulé : Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les enseignants d'éducation physique et à la santé, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif?*

*J'ai compris les conditions, les risques et les bienfaits de ma participation. J'ai obtenu des réponses aux questions que je me posais au sujet de ce projet. J'accepte librement de participer à ce projet de recherche.*

*Je m'engage à respecter la confidentialité des renseignements partagés lors du focus group (noms des autres participants et informations dévoilées).*

---

Participante ou participant :

Signature :

---

Nom :

---

Date :

---

**S.V.P., signez les deux copies.**

**Conservez une copie et remettez l'autre à la chercheuse.**

Le Comité d'éthique de la recherche - Éducation et sciences sociales de l'Université de Sherbrooke a approuvé ce projet de recherche et en assurera le suivi. Pour toute question concernant vos droits en tant que participant à ce projet de recherche ou si vous avez des commentaires à formuler, vous pouvez communiquer avec ce comité au numéro de téléphone 819-821-8000 poste 62644 (ou sans frais au 1 800 267-8337) ou à l'adresse courriel [ethique.ess@usherbrooke.ca](mailto:ethique.ess@usherbrooke.ca).

Le 1<sup>e</sup> février 2021

[SIGNATURE DU COCHERCHEUR]

## Annexe 7b : Formulaire de consentement pour les jeunes – focus group

*Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les enseignants d'éducation physique et à la santé, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif?*

Pascale Morin, Ph.D., chercheuse principale  
Faculté des sciences de l'activité physique  
Financement du Fonds de recherche du Québec – société culture (FRQSC)

Nous t'invitons à participer à la recherche en titre. L'objectif final de cette recherche-action est d'aider les enseignants en éducation physique et à la santé à concevoir des pratiques pédagogiques numériques gagnantes. Ces pratiques pédagogiques sont habituellement utilisées par ton enseignant lors des périodes de confinement. Pour mener la recherche à terme, il s'agit pour toi, de discuter des obstacles et des éléments de motivation qui ont influencés ta participation aux cours d'ÉPS et/ou au maintien d'un mode de vie sain et actif durant le confinement.

### **En quoi consiste la participation au projet?**

Ton implication dans ce projet de recherche consiste à participer à un *focus group* (ou groupe de discussion), via la plateforme Teams, entre les mois de mars et juin 2021. Le *focus group* sera animé par un des chercheurs de l'équipe, professeur à l'Université de Sherbrooke. Tu y assisteras de la maison ou de l'école, comme il te sera plus facile. Un sondage Doodle sera envoyé pour planifier la journée du *focus group* qui te convient le mieux. Le seul inconvénient lié à ta participation est le temps consacré au *focus group*, soit environ 2 heures, après les classes, un jour de semaine. Il est possible que tu ressenties un malaise en te remémorant ton vécu pendant le confinement du printemps dernier. Si c'est le cas, tu es libre de refuser de répondre à toute question et au besoin cesser ta participation au *focus group*. L'assistante à l'animation du *focus group* poursuivra la conversation avec toi et te référera à des ressources appropriées, telles que le site du gouvernement du Québec <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/aller-mieux-a-ma-facon-outil-numerique/>

À la fin du *focus group*, on te donnera de l'information concernant la tenue d'un atelier virtuel où les résultats des *groupes de discussion* seront discutés parmi les chercheurs, les collaborateurs, les enseignants et les jeunes. Tu pourras assister à une partie ou à la totalité de l'atelier de 3 heures, à ta convenance.

### **Qu'est-ce que la chercheuse fera avec les données recueillies?**

Pour éviter de t'identifier comme personne participante à cette recherche, les données recueillies lors du *focus group* seront traitées de manière **entièrement confidentielle**. La confidentialité sera assurée par la création d'un nom fictif lors de la transcription de la bande vidéo du *focus group* pour fins d'analyses. Les résultats de la recherche ne permettront pas de t'identifier. Les résultats du *focus group* seront diffusés lors d'un atelier intégratif offert à tous les participants du *focus group* ainsi qu'aux collaborateurs et cochercheurs de la recherche-action. Selon la nature des résultats, il se peut qu'un article scientifique ou qu'une présentation à un congrès scientifique soient produits. Les données recueillies seront conservées sous clé, à l'Université de Sherbrooke,

et les seules personnes qui y auront accès sont les membres de l'équipe restreinte de recherche. Il est possible que les données soient utilisées par des étudiantes et étudiants de maîtrise ou de doctorat qui réaliseraient une recherche sur une thématique étroitement reliée au projet original. Les données recueillies seront conservées pendant environ 5 ans à la suite de la publication des résultats et elles ne seront pas utilisées à d'autres fins que celles décrites dans le présent document.

Toi et les autres jeunes qui participeront au *focus group* connaîtrez l'identité des personnes participantes et des renseignements et opinions partagés lors du *focus group*. Nous comptons sur ta discrétion afin de préserver la confidentialité de ces informations.

### **Est-il obligatoire de participer?**

**Non.** Ta participation à cette de recherche-action est volontaire. Tu es donc libre de refuser d'y participer sans craindre pour tes résultats scolaires. Tu peux aussi te retirer de ce projet à n'importe quel moment, en le mentionnant à l'animateur du *focus group* ou en écrivant au responsable du projet, sans avoir à donner de raisons.

### **Y a-t-il des risques, inconvénients ou bénéfices?**

Au-delà des risques et inconvénients mentionnés jusqu'ici [malaise par rapport à certaines thématiques abordées, inconvénient de temps], l'équipe de chercheurs considère que les risques possibles sont minimaux. La contribution à l'avancement des connaissances au sujet des pratiques pédagogiques numériques en ÉPS sont les bénéfices prévus. Aucune compensation financière n'est accordée.

### **Que faire si j'ai des questions concernant le projet?**

Si tu as des questions concernant ce projet de recherche, n'hésite pas à communiquer avec moi aux coordonnées indiquées ci-dessous.

[SIGNATURE DU COCHERCHEUR]

---

- *J'ai lu et compris le document d'information au sujet du projet intitulé : Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les enseignants d'éducation physique et à la santé, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif ?*
- *J'ai compris les conditions, les risques et les bienfaits de ma participation. J'ai obtenu des réponses aux questions que je me posais au sujet de ce projet. J'accepte librement de participer à ce projet de recherche.*
- *J'accepte que le groupe de discussion soit filmé et enregistré.*
- *Je m'engage à respecter la confidentialité des renseignements partagés lors du focus group (noms des autres participants et informations dévoilées).*

Participante ou participant :

Signature :

---

Nom :

---

Date :

---

**S.V.P., signez les deux copies.**

**Conservez une copie et remettez l'autre à la chercheuse.**

Le Comité d'éthique de la recherche - Éducation et sciences sociales de l'Université de Sherbrooke a approuvé ce projet de recherche et en assurera le suivi. Pour toute question concernant tes droits en tant que participant à ce projet de recherche ou si tu as des commentaires à formuler, tu peux communiquer avec ce comité au numéro de téléphone 819-821-8000 poste 62644 (ou sans frais au 1 800 267-8337) ou à l'adresse courriel [ethique.ess@usherbrooke.ca](mailto:ethique.ess@usherbrooke.ca)

Le 1 février 2021

[SIGNATURE DU COCHERCHEUR]

## Annexe 7c : Formulaire de consentement à l'entrevue des enseignants

*Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les enseignants d'éducation physique et à la santé, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif ?*

Pascale Morin, Ph.D., chercheuse principale  
Faculté des sciences de l'activité physique  
Financement du Fonds de recherche du Québec – société culture (FRQSC)

Madame,  
Monsieur,

Nous vous invitons à participer à la recherche en titre. L'objectif de cette recherche-action est de coconstruire un guide de déploiement de pratiques pédagogiques intégrant le numérique inspirées par des expériences d'enseignants.

### **En quoi consiste la participation au projet?**

Votre participation s'inscrit dans l'objectif 1 de l'étude et consiste à assister à une entrevue individuelle, via la plateforme Teams, entre les mois de février et juin 2022. L'entrevue individuelle sera animée par un des chercheurs de l'équipe. Vous pourrez y participer de la maison ou de l'école, comme il vous sera plus facile. Le moment de cette entrevue sera convenu entre vous et l'intervieweur afin que la période vous convienne le mieux. Le seul inconvénient lié à votre participation est le temps consacré à la recherche, soit environ 1 heure. À la fin de l'entrevue, une attestation du temps passé à participer dans le cadre de cette recherche-action vous sera fournie.

Les thèmes qui seront abordés sont les intentions, le processus d'intégration, la mise en place et l'évaluation de pratiques pédagogiques gagnantes intégrant le numérique pour l'enseignement de la compétence 3. Par pratiques pédagogiques intégrant le numérique, nous entendons l'utilisation d'une ressource numérique (c-à-d : toute information ou outil numérique destiné à un usage pédagogique) lors d'une activité qui implique, à un certain degré, une dissociation de l'enseignement et de l'apprentissage dans l'espace ou le temps. Cela pourrait impliquer, par exemple, l'utilisation d'une ressource numérique initiée durant le cours EPS et utilisée hors du cours par les élèves.

Il est possible que vous ressentiez un malaise en vous remémorant votre vécu en lien avec l'intégration du numérique, par exemple lors du confinement. Si c'est le cas, vous êtes libres de refuser de répondre à toute question et au besoin cesser votre participation à l'entrevue. Vous serez référé, par l'intervieweur, à des ressources appropriées, telles que le site du gouvernement du Québec <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/allier-mieux-a-ma-facon-outil-numerique/>

### **Qu'est-ce que la chercheuse fera avec les données recueillies?**

Pour éviter votre identification comme personne participante à cette recherche, les données recueillies par cette étude seront traitées de manière **entièrement confidentielle**. La confidentialité sera assurée par la création d'un nom fictif lors de la transcription de la bande vidéo de l'entrevue. Les résultats de la recherche ne permettront pas d'identifier les personnes participantes. Les résultats des entretiens semi-directifs serviront à bonifier les informations

disponibles et à guider les prochaines étapes de la recherche-action. Selon la nature des résultats, il se peut qu'un article scientifique ou qu'une présentation à un congrès scientifique soient produits. Les données recueillies seront conservées sous clé, à l'Université de Sherbrooke, et les seules personnes qui y auront accès sont les membres de l'équipe de recherche. Il est possible que les données soient utilisées par des étudiantes et étudiants de maîtrise ou de doctorat, qui réaliseraient une recherche sur une thématique étroitement reliée au projet original. Les données recueillies seront conservées pendant 7 ans à la suite de la publication des résultats et elles ne seront pas utilisées à d'autres fins que celles décrites dans le présent document.

### **Est-il obligatoire de participer?**

**Non.** Votre participation à cette de recherche-action est volontaire. Vous êtes donc libre de refuser d'y participer. Vous pouvez aussi vous retirer de ce projet à n'importe quel moment, sans avoir à donner de raisons. Par ailleurs, de l'information vous sera communiquée concernant les objectifs subséquents de cette recherche-action si jamais vous souhaitez poursuivre l'expérience de collaboration.

### **Y a-t-il des risques, inconvéniens ou bénéfiques?**

Au-delà des risques et inconvéniens mentionnés jusqu'ici [inconvéniens de temps, malaise par rapport à certaines thématiques], l'équipe de chercheurs considèrent que les risques possibles sont minimaux. La contribution à l'avancement des connaissances au sujet des pratiques pédagogiques numériques en ÉPS sont les bénéfiques prévus.

### **Que faire si j'ai des questions concernant le projet?**

Si vous avez des questions concernant ce projet de recherche, n'hésitez pas à communiquer avec moi, Pascale Morin, au 819 821-8000 poste 63720 ou à [Pascale.Morin@USherbrooke.ca](mailto:Pascale.Morin@USherbrooke.ca)

---

*J'ai lu et compris le document d'information au sujet du projet intitulé : Quelles pratiques pédagogiques intégrant le numérique, utilisées par les enseignants d'éducation physique et à la santé, répondent aux besoins des élèves du secondaire en matière d'adoption d'un mode de vie sain et actif ?*

*J'ai compris les conditions, les risques et les bienfaits de ma participation. J'ai obtenu des réponses aux questions que je me posais au sujet de ce projet. J'accepte librement de participer à ce projet de recherche.*

---

Je souhaite être recontacté par les membres de l'équipe de recherche pour, possiblement, collaborer à :

- la construction du guide de déploiement de pratiques pédagogiques intégrant le numérique gagnantes.
- l'implantation et l'évaluation du guide au fil d'expériences-terrain.

Signature du participant ou de la participante : \_\_\_\_\_

Nom du participant ou de la participante : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

**S.V.P., signez les deux copies.**

**Conservez une copie et remettez l'autre à la chercheuse.**

Le Comité d'éthique de la recherche - Éducation et sciences sociales de l'Université de Sherbrooke a approuvé ce projet de recherche et en assurera le suivi. Pour toute question concernant vos droits en tant que participant à ce projet de recherche ou si vous avez des commentaires à formuler, vous pouvez communiquer avec ce comité au numéro de téléphone 819-821-8000 poste 62644 (ou sans frais au 1 800 267-8337) ou à l'adresse courriel [ethique.ess@usherbrooke.ca](mailto:ethique.ess@usherbrooke.ca).

Le 9 février 2022

[SIGNATURE

DU

COCHERCHEUR]

## Annexe 8a : Focus group – Grille destinée aux enseignants en ÉPS

1. À partir de votre expérience de formation en ligne, parlez-nous de votre utilisation des plateformes numériques d'enseignement (Teams).

*Qu'est-ce qui vous a le plus aidé (levier- ce qui va bien) ?*

*Quels sont les défis à prendre en compte ?*

*Parlez-nous des liens/des interactions que vous avez créés avec les élèves.*

2. À partir de votre expérience de formation en ligne, parlez-nous des stratégies que vous avez mises au point pour concevoir des pratiques pédagogiques en lien avec l'adoption et le maintien d'un mode de vie sain et actif.

*Qu'est-ce qui vous a le plus aidé (levier) ?*

*Quels sont les défis à prendre en compte ?*

*Qu'est-ce qui vous motive dans cette nouvelle tâche ?*

3. À partir de votre expérience de formation en ligne, parlez-nous des stratégies que vous avez mises au point pour enseigner des pratiques pédagogiques en lien avec l'adoption et le maintien d'un mode de vie sain et actif

*Qu'est-ce qui vous a le plus aidé (levier) ?*

*Quels sont les défis à prendre en compte ?*

*Qu'est-ce qui vous motive dans cette nouvelle tâche ?*

4. À partir de votre expérience de formation en ligne, parlez-nous des façons dont vous avez prévu l'évaluation des pratiques pédagogiques relatives à l'adoption d'un mode de vie sain et actif.

*Qu'est-ce qui vous a le plus aidé (levier) ?*

*Quels sont les défis à prendre en compte ?*

5. Durant les périodes de formation à distance, avez-vous adopté des pratiques particulières pour susciter l'engagement des élèves au cours d'ÉPS /la motivation des élèves ?

*Qu'est-ce qui vous a le plus aidé (levier) ?*

*Quels sont les défis à prendre en compte ?*

6. Durant les périodes de formation à distance, avez-vous adopté des pratiques particulières pour susciter la motivation des élèves quant au maintien d'un mode de vie sain et actif ?

*Qu'est-ce qui vous a le plus aidé (levier) ?*

*Quels sont les défis à prendre en compte ?*

*Comment on peut vous aider de façon concrète; donnez-nous un devoir*

## Annexe 8b : Focus group – Grille destinée aux élèves

1. À partir de votre expérience des cours d'ÉPS en ligne, parlez-nous de votre utilisation des plateformes numériques d'enseignement (Teams, Zoom).  
*Qu'est-ce qui vous a le plus aidé (levier) ?*  
*Quels sont les défis à prendre en compte ?*  
*Parlez-nous des liens/des interactions que vous avez créé avec votre enseignant.*  
*Parlez-nous des liens/des interactions que vous avez créé entre élèves.*
  
2. À partir de votre expérience du cours d'ÉPS en ligne, parlez-nous des stratégies que vous avez utilisées rester attentif  
*Qu'est-ce qui vous a le plus aidé (levier) ?*  
*De quoi avez-vous eu besoin pour susciter davantage votre attention?*  
*De quelle façon les membres de votre famille ou de votre entourage ont contribué ?*
  
3. À partir de votre expérience des cours d'ÉPS en ligne, parlez-nous des façons que vous avez mis en œuvre pour maintenir votre motivation face au cours d'ÉPS en ligne?  
*Qu'est-ce qui vous a le plus aidé (levier) ?*  
*Quels sont les défis à prendre en compte ?*  
*De quelle façon les membres de votre famille ou de votre entourage ont contribué ?*
  
4. Dans quelle mesure le cours ÉPS vous a-t-il permis d'intégrer un mode de vie sain et actif dans votre quotidien en contexte de pandémie ?  
*Qu'est-ce qui vous a le plus aidé (levier) ?*  
*Quels sont les défis à prendre en compte ?*

## Annexe 8c : Canevas du guide d'entretien

**Nom du participant :**

**Date de l'entrevue :**

**Durée de l'entrevue :**

**Présentation de l'intervieweur** [Nom, mandat]

Au cours de l'entretien, j'aimerais aborder les thèmes suivants : les intentions, le processus d'intégration, la mise en place et l'évaluation de pratiques pédagogiques gagnantes intégrant le numérique pour l'enseignement de la compétence 3.

Avant de débiter, j'aimerais valider si vous avez des questions sur le but et les objectifs de cette recherche-action ou de cette entrevue. Êtes-vous à l'aise avec la terminologie : pratiques pédagogiques intégrant le numérique, compétence 3, formation à distance? [Répondre aux questions]

Je tiens également à vous rappeler qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse, je souhaite vous entendre sur votre réalité. Je vous rassure également que vos données seront utilisées en toute confidentialité. Je vous remercie d'avoir signé le consentement. Commençons.

[DÉBUT DE L'ENTREVUE]

Tout d'abord, j'aimerais vous connaître.

- Vous travaillez dans quelle région?
- Quel est l'IMSE de votre école?
- Vous enseignez à quel niveau/degré?
- Combien d'années d'expérience avez-vous en enseignement? dans cette école?
- Depuis quand intégrez-vous des ressources numériques dans votre enseignement?

RESSOURCES NUMÉRIQUES [ZONE 2 / REPRÉSENTATIONS]

Question principale	Questions complémentaires
Que pensez-vous de l'utilisation de ressources numériques dans l'enseignement de la compétence 3?	Comment concevez-vous la place du numérique dans l'enseignement de la compétence 3? S'agit-il d'une pratique incontournable, d'un atout, est-ce intéressant, imposé, inconfortable, complexe, ...? Quelle est votre représentation de l'utilisation du numérique pour l'enseignement de la compétence 3? (p. ex. valeurs, croyances, niveau d'aisance, perception de l'utilité de cette utilisation)

À partir d'ici, j'aimerais que vous me parliez plus spécifiquement d'une pratique pédagogique intégrant le numérique que vous utilisez, durant et hors cours, et qui fonctionne bien. Votre pratique pédagogique intégrant le numérique gagnante. Si vous en avez plus d'une, nous pourrions les aborder les unes après les autres.

Dans une situation où vous avez mis en place une pratique pédagogique intégrant le numérique dans votre enseignement [ci-après pratique], ...

### CONCEPTION ET MISE EN PLACE [ZONE 3]

Questions principales	Questions complémentaires
Identifiez et décrivez brièvement cette pratique.	Quel est la ressource numérique utilisée? Quel est le thème abordé durant cette SAÉ? (p. ex. alimentation, gestion du stress, hygiène)
Quelle était l'intention ou les intentions visées en utilisant cette pratique? [INTENTIONS]	Pourquoi avez-vous choisi d'utiliser cette ressource numérique? (p. ex. intentions sociale, émotionnelle, d'apprentissage)
Comment avez-vous intégré cette pratique à votre enseignement, à votre SAÉ ou votre SÉA? [STRATÉGIES]	À quel temps pédagogique? (p. ex. fréquence d'utilisation, reprise dans plusieurs SAÉ)
Comment l'avez-vous mise en place auprès des élèves? [ACTIONS]	En lien avec la présentation aux élèves, pouvez-vous préciser le comment? le quand? combien de temps? le qui (vous ou autre)? le quoi (étapes)? (but : éléments clés pour chaque question)
Est-ce que vous avez assuré la poursuite de la pratique auprès des élèves? Si oui, comment? [ACTIONS]	(p. ex. accompagnement, encadrement, suivi)

### ÉVALUATION [ZONE 4]

Dans cette section, il s'agit de décrire l'utilisation de la ressource pour l'évaluation des apprentissages des élèves et d'évaluer la pratique pédagogique intégrant le numérique.

Questions principales	Questions complémentaires
-----------------------	---------------------------

<p>Est-ce que cette ressource numérique a été utilisée pour l'évaluation des apprentissages de l'élève? Si oui, comment?</p> <p>[ÉVALUATION / RÉFLEXION]</p>	<p>(si oui) En quoi l'utilisation de cette ressource numérique a-t-elle supporté l'évaluation des apprentissages de l'élève?</p>
<p>Quelle évaluation faites-vous de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- la ressource numérique?</li> <li>- sa mise en place?</li> <li>- son utilisation par les élèves (poursuite/continuité)?</li> </ul> <p>[ÉVALUATION / RÉFLEXION]</p>	<p>Est-ce que vous la conseilleriez à vos collègues?</p> <p>Si oui, en quoi?</p> <p>(p. ex. simple, facile, répond aux objectifs pédagogiques)</p> <p>Est-ce qu'il y aurait des barrières, des obstacles, des freins et des enjeux à cette utilisation?</p> <p>(si oui) Est-ce que vous avez élaboré des solutions?</p>

#### ENGAGEMENT DES APPRENANTS [ZONE 5]

Questions principales	Questions complémentaires
<p>Quel est l'effet/impact de l'utilisation du numérique au niveau de l'engagement ou de la motivation des élèves dans les cours d'EPS en lien avec la compétence 3?</p>	<p>Sur quoi vous basez-vous pour reconnaître les effets sur l'engagement et la motivation que vous avez expérimenté?</p> <p>(effet = indicateurs/signes/symptômes)</p> <p>Pouvez-vous nommer des exemples concrets de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (si effet favorable) gain d'engagement et de motivation en lien avec l'intégration du numérique?</li> <li>- (si effet défavorable) perte d'engagement et de motivation en lien avec l'intégration du numérique?</li> </ul> <p>*Au besoin, répéter le lien avec la compétence 3.</p>
<p>Quel est l'effet/impact de l'utilisation du numérique a eu un effet au niveau de l'engagement ou de la motivation des élèves dans l'adoption d'un mode de vie sain et actif dans la vie de tous les jours?</p>	<p>Sur quoi vous vous basé pour reconnaître les effets sur l'engagement et la motivation que vous avez expérimenté?</p> <p>(effet = indicateurs/signes/symptômes)</p> <p>Pouvez-vous nommer des exemples concrets de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (si effet favorable) gain d'engagement et de motivation en lien avec l'intégration du numérique?</li> <li>- (si effet défavorable) perte d'engagement et de motivation en lien avec l'intégration du numérique?</li> </ul>

Est-ce que vous aimeriez me présenter une autre de vos pratiques pédagogiques intégrant le numérique gagnantes?

#### UTILISATION DU NUMÉRIQUE

Questions principales	Questions complémentaires
<p>De manière plus large, quels sont les défis que vous avez rencontrés lors de l'utilisation du numérique dans l'enseignement de la compétence 3? [ÉVALUATION / RÉFLEXION]</p>	<p>S'agit-il de défis techniques, d'appropriation, de mise en place, de support, ou autre?</p>
<p>Explication du guide : Le but de cette recherche est de créer et de déployer un guide/outil/... pour accompagner les enseignants en EPS dans leur utilisation de pratiques pédagogiques gagnantes intégrant le numérique. Un guide pour les enseignants, développés avec les enseignants (et les acteurs-terrains).</p> <p>Quelles seraient vos idées, votre vision de ce guide? [RÉFLEXION]</p>	<p>...vos besoins, les éléments-clés à inclure?</p> <p>De quoi auriez-vous besoin pour favoriser l'utilisation du numérique pour l'enseignement de la compétence 3?</p>

#### [CLOTÛRE DE L'ENTREVUE]

Nous avons abordé l'ensemble des thèmes souhaités (et le temps déterminé pour l'entrevue est presque terminé). J'aimerais ainsi vous demander : auriez-vous quelque chose à ajouter concernant l'utilisation du numérique dans l'enseignement de la compétence 3?

Remerciement pour la participation et explication de la suite de la recherche :

- coconstruction du guide,
- évaluation et régulation de l'efficacité du guide au fil d'expériences-terrain.

Si vous avez mentionné votre intérêt à participer dans le formulaire de consentement, vous serez recontacté.

Merci et bonne continuation.

## Annexe 9 : Détails des participants

### Participants aux *groupes de discussion* en 2020-2021

Tableau 1. Détail des groupes de discussion

Participants	1	2	3	4	5
Nombre	6	3	5	4	5
Type	enseignants	enseignantes	élèves filles	élèves garçons	élèves garçons et filles

Les enseignantes et les enseignants participants provenaient de différentes régions administratives du Québec (Saguenay–Lac-Saint-Jean, Capitale-Nationale, Mauricie, Estrie, Montérégie, Laurentides) et cumulaient des années d’expérience variées (entre 3 et 33 ans). L’indice de milieu socio-économique des écoles des personnes participantes couvrait un large spectre de rangs centiles (2 à 10). Les personnes enseignantes ont recruté entre un et trois élèves pour un total de 21; 12 élèves ont réellement participé (3 se sont désistés et 6 ne se sont pas présentés aux rendez-vous fixés en ligne).

Cinq groupes de discussion ont été réalisés : deux avec des personnes enseignantes et trois avec des élèves. Dans le but d’inclure le plus de participants possible, une entrevue individuelle a été réalisée auprès d’une enseignante et d’une élève qui n’étaient pas disponibles au moment des *groupes de discussion*. Leurs réponses aux questions ont été intégrées au corpus des *groupes de discussion* puisqu’il s’agit des mêmes questions. La durée des *groupes de discussion* avec les personnes enseignantes a été d’environ deux heures. Les trois *groupes de discussion* menés avec des élèves, qui regroupaient cinq filles; quatre garçons; trois garçons et une fille, ont duré entre 25 et 50 minutes.

### Participants aux *entretiens semi-directifs* de 2022

On a invité 22 EPS dont 5 femmes et 17 hommes mais il s’est avéré que seuls les hommes ont accepté de participer aux entretiens. Parmi les 10 EPS participant, 2 avaient déjà fait partie des *groupes de discussion* antérieurs. Les participants provenaient de 6 régions administratives (Abitibi-Témiscamingue, Mauricie, Estrie, Saguenay-Lac-Saint-Jean, Montérégie, Outaouais) et l’ISME de leurs écoles variaient entre 2 et 9. Un EPS enseignait dans une école privé. Le nombre moyen d’années d’expérience en enseignement était de 10 ans avec les extrêmes allant de 1 à 28 ans. Le nombre d’années d’expérience en enseignement dans l’école était de 6 ans avec les extrêmes allant de 1 à 16 ans. Les 10 entretiens semi-directifs ont été réalisés au printemps 2022, par l’une des chercheurs de l’équipe.

## Annexe 10 : Exemple de fiche-résumé d'une pratique pédagogique intégrant le numérique présentée lors d'un entretien individuel

