

Comment motiver les étudiants intéressés uniquement par le sport à améliorer leurs performances scolaires ?

Enseignants de toutes disciplines

Index

Introduction

1. [Etre lucide par rapport aux résultats scolaires](#)
2. [Valoriser en classe les bénéfices du sport](#)
3. [Etablir des ponts entre l'entraînement sportif et l'activité intellectuelle](#)
4. [Aider l'élève à établir des priorités](#)
5. [Aider l'élève à organiser son emploi du temps](#)
6. [Aider l'élève en cas d'échec](#)
7. [Se coordonner avec les responsables sportifs pour favoriser la double réussite](#)
8. [Se concerter avec les parents pour qu'ils suivent la scolarité de leur enfant](#)
9. [Surveiller les signes d'abatement ou de dévalorisation de l'élève](#)
10. [Utiliser des solutions éducatives numériques \(matériels et méthodes\)](#)

Introduction

De nombreux élèves qui envisagent une carrière de sportif professionnel montrent peu d'intérêt pour les matières scolaires, ou ont des difficultés à gérer leur travail scolaire et leur pratique sportive en même temps.

Ces pistes d'action s'adressent aux enseignants de toutes disciplines (autres que l'éducation physique) et visent à soutenir ce type d'élève. Chaque étape aborde un aspect différent du problème ; ces étapes ne doivent pas être nécessairement suivies dans un ordre précis.

1. Être lucide par rapport aux résultats scolaires

Exiger rigueur, travail, assiduité au niveau scolaire de la même manière que dans la pratique sportive. En classe, c'est d'autant plus nécessaire que – en particulier en sport élite – les élèves doivent parfois manquer certains cours pour participer à des compétitions et ont donc moins de temps à consacrer à leurs études. Les élèves devront faire preuve d'autonomie et de sérieux s'ils souhaitent réussir.

D'autre part, penser à être également souple et tenter de comprendre les exigences et restrictions que le sport peut imposer aux élèves. Être au courant de la législation de son pays sur les droits et obligations des élèves quant à leur participation à l'école (dans certains pays, même si l'élève n'est pas reconnu comme jeune sportif, il peut avoir droit à un certain nombre d'absences justifiées pour participer aux compétitions et entraînements).

Encourager les élèves à parler aux conseillers d'étude, ou toute personne compétente de l'école, quand ils ont l'impression d'être perdus ou d'avoir des difficultés dans leur scolarité. En cas d'absences dues aux activités sportives ou à d'autres raisons, se rendre disponible pour des explications supplémentaires et s'assurer que l'élève a reçu toutes les informations sur les travaux en classe, les examens et interrogations à venir ainsi que des possibilités de compenser le travail manqué. Même s'ils ont besoin de beaucoup d'aide et de soutien de la part de leurs enseignants, les élèves devront faire preuve d'autonomie et de sérieux s'ils souhaitent réussir.

Objectif d'apprentissage

L'objectif d'apprentissage de l'Étape 1 est de créer des liens clairs entre le sport d'élite et les études. Les écoles devraient offrir aux élèves une orientation régulière, y compris en cas d'absences soudaines ou prévues. Une interaction et communication constante entre l'école et l'équipe sportive devrait être assurée.

Ressources en ligne

- [School-life balance](#)
Pour optimiser le fonctionnement, il est nécessaire de trouver un équilibre entre les divers rôles que l'on joue. Un élève a souvent différentes casquettes : partenaire, travailleur, ami, condisciple, etc. Ces rôles sont souvent en conflit, et un élève doit être doué pour être attentif à de nombreux facteurs et évaluer les priorités.
- [Study and Success Strategies](#)
Conseils pour étudier avec réalisme.
- [Balancing sport and studies](#) (En finnois uniquement)
Conseils et matériels pour élèves et enseignants
- [Tips for the students' time-management when balancing elite sports and studies](#) (En finnois uniquement)
- [Tips for making study plans: how to choose the school, how to manage own studies](#) (En finnois uniquement)
- [Guide for studies for young athletes](#) (En finnois uniquement)

2. Valoriser en classe les bénéfices du sport

La recherche a montré que l'activité physique stimule la production de substances qui protègent les neurones du cerveau, ce qui peut mener à une amélioration de la mémoire, de la concentration et de la durée d'attention. Les chercheurs notent également une augmentation de la confiance, de l'estime de soi et de l'image de soi.

Philippe Godin, professeur de psychologie du sport à l'UCL assure que la pratique sportive développe les qualités nécessaires aux études : « Faire du sport améliore la capacité à gérer son temps, renforce la confiance en soi et la résistance au stress, influence positivement la santé et le sommeil. Autant d'atouts qui contribuent à une bonne activité intellectuelle. En outre le sport collectif améliore les capacités relationnelles et sociales, ce qui rejaillit sur les capacités psychologiques et favorise la motivation des étudiants... » On pourrait tirer parti de ces compétences sociales, comme l'esprit d'équipe, pour améliorer la dynamique de groupe de la classe.

Au moment de créer le calendrier annuel des activités d'éducation physique, tenter de placer ces cours de façon à ce qu'ils appuient les aspects susmentionnés et favorisent le bien-être mental et les performances dans les autres cours.

Essayer de proposer aux élèves une grande variété d'activités physiques et sportives aux cours d'éducation physique. S'assurer que la motivation soit garantie tant pour les sportifs de haut niveau que pour les élèves ordinaires.

Coopérer avec les enseignants de diverses disciplines pour intégrer le sport dans d'autres cours. Il existe de nombreuses possibilités d'intégrer sport et langues, sports et maths, sport et éducation à la santé, etc.

Objectif d'apprentissage

L'objectif d'apprentissage de l'Étape 2 est de proposer des idées pour intégrer le sport dans le cursus scolaire et les programmes d'étude de façon à ce que toutes les activités d'apprentissage soutiennent le développement individuel de l'élève.

Ressources en ligne

- [Motor learning in practice](#)
Résultats de recherches et études de cas par Keith Davids
- [Teachers' conceptions of integration PE and health education](#) (En finnois uniquement)
Mémoire de master, 2015, dans le contexte finlandais
- [PE as a source of motivation in school context and as a support for students' self-confidence and personal development](#) (En finnois uniquement)

Ressources en ligne

- [The survey of the results of PE in comprehensive schools in Finland \(2010\)](#)
Déclarations et documents du Conseil national d'éducation en Finlande
(En finnois uniquement)
- [Faut-il doubler les heures d'éducation physique?](#)
(Article en français)
Article du magazine belge « Prof » (mars-avril-mai 2009, pp. 28-29) qui se demande s'il faut doubler le nombre d'heures d'éducation physique dans les écoles. Reprend l'intervention de Philippe Godin (UCL) citée à cette étape.

3. Établir des ponts entre l'entraînement sportif et l'activité intellectuelle

Le sport, parce qu'il reste lié à un effort beaucoup plus concret que l'effort intellectuel, permet souvent d'expliquer à l'élève le sens que doivent revêtir les devoirs à la maison ou la nécessité de persévérer même lorsqu'on ne comprend pas du premier coup : « de même qu'un footballeur ou un basketteur doit s'entraîner tous les jours à taper dans un ballon pour pouvoir, le jour du match, espérer marquer un but ou un panier, de même il est nécessaire qu'un élève fasse tous les jours ses devoirs consciencieusement pour espérer, le jour du devoir en classe, obtenir une bonne note ».

Si la relation de cause à effet entre la pratique et les résultats est la même dans les deux cas, son évidence est bien souvent mieux perçue dans le cadre du sport.

Penser à intégrer le sport et l'éducation physique dans les études professionnelles et générales ; coopérer avec d'autres enseignants, créer des équipes d'enseignants. Participer aux excursions et activités extrascolaires qui impliquent des activités physiques et contribuer à leur organisation avec les professeurs d'éducation physique. De cette façon, les activités physiques et sportives pourraient être associées au contenu des cours (par exemple découvrir la géographie, la faune et la flore d'une région lors de randonnées). De même, des matières en rapport avec le sport pourraient être intégrées dans les cours (effets du sport sur le corps lors d'un cours de biologie...). Le sport peut aussi servir à favoriser les compétences personnelles et relationnelles (travail d'équipe, relations interpersonnelles, etc.) entre tous les élèves (pas que les sportifs).

Objectif d'apprentissage

L'objectif d'apprentissage de l'Étape 3 est de rappeler que le sport peut servir à appuyer les études en leur donnant une raison et en augmentant la motivation des élèves. Il est possible de montrer comment expliquer certaines matières via le sport. Plus l'école se rapprochera du quotidien des élèves, plus les connexions seront concrètes.

Ressources en ligne

- [Training for PE teachers](#) (En finnois uniquement)
Recherche sur l'éducation sportive dans les écoles professionnelles intégrant le sport et l'enseignement professionnel.
- [L & T Research Articles](#) (En finnois uniquement)
Série d'articles et de résultats de recherches sur les différents aspects de l'équilibre entre sports, études et activités intellectuelles selon divers points de vue.
- [Jungle Race](#)
Jeu mobile conçu pour les élèves de tous âges pour les motiver à accomplir des activités physiques.
- [Itinéraire Wallonie-Vélo 2013-2014](#)
En juin 2014, trente-six élèves de 11 à 13 ans sont partis de Liège pour arriver à Bruxelles cinq jours plus tard, via 250 kilomètres de piste cyclable. Le projet a également permis d'aborder des matières scolaires : calcul des distances et résolution de problèmes en math ; découverte du vélo en histoire (ex : le rôle qu'il a joué pendant la première Guerre Mondiale)...

4. Aider l'élève à établir des priorités

Replacer l'activité sportive à sa juste place dans sa confrontation au monde scolaire :

- Ce n'est pas tel ou tel résultat sportif qui décide de l'avenir.
- La carrière sportive est temporaire, il y a une vie après.
- Une blessure, un problème de santé peut mettre fin brutalement à la pratique sportive.
- L'excellence sportive ne peut être atteinte par tous.

Expliquer à l'élève que c'est avant tout en se mettant au service de sa scolarité que le sport qu'il pratique lui sera utile. Consacrer du temps à des conversations en face à face avec les élèves pour connaître leurs objectifs personnels et comment ils comptent les atteindre. Les aider à se fixer des objectifs et étapes à court et long terme afin d'observer les réussites au cours de l'année scolaire. En fixant des priorités et objectifs concrets et réalisables, les élèves pourront suivre et évaluer leur propre développement et continuer à se fixer de nouveaux objectifs. Les compétences d'autoévaluation constituent une part importante des études et de l'apprentissage tout au long de la vie.

Objectif d'apprentissage

L'objectif d'apprentissage de l'Étape 4 est de garder à l'esprit que l'école doit fixer des priorités au développement personnel de l'élève. Même si la carrière sportive peut sembler être la seule option pour l'élève, il faut parfois lui rappeler l'importance d'obtenir une profession et un diplôme scolaire.

Ressources en ligne

- [Chat with champions](#)
Éducation à la gestion du temps et à la priorisation du point de vue des sportifs
- [Open University portal](#) (En finnois uniquement)
Conseils et outils pour se fixer des objectifs dans les études et les atteindre.
- [Guide for studies for young athletes](#)
- [Études de cas sur « Not Only Fair Play »](#)
Recueil d'entretiens avec des élèves qui expliquent comment ils sont parvenus à équilibrer sport et études et quels soutiens ils ont reçus.

Ressources en ligne

- [Know-how with our objectives](#) (En finnois uniquement)
Série de recommandations à l'usage des élèves pour fixer des priorités dans leur apprentissage et découvrir leurs compétences et points forts.
- [Balance between sport and studies](#) (En finnois uniquement)
Série d'instructions pour aider les élèves à se fixer des priorités et parvenir à équilibrer sport et études.
- [Effective Goal Setting for Students](#)
Se fixer des objectifs permet aux élèves de choisir où ils veulent aller à l'école et ce à quoi ils veulent parvenir. En sachant cela, ils savent sur quoi se concentrer et ce qu'il faut améliorer. **Un objectif donne aux élèves une vision à long terme et une motivation à court terme.** Idées et outils pour aider les élèves à se fixer des objectifs.

5. Aider l'élève à organiser son emploi du temps

Une bonne gestion du temps est généralement l'une des choses les plus difficiles à réaliser. Les exigences sportives augmentent souvent avec le temps tandis que les exigences scolaires s'intensifient au cours d'une session, sans compter toutes les autres exigences de la vie courante.

La planification permet de réduire le niveau de stress et donne le sentiment de bien gérer sa vie:

Proposer des outils concrets de type agenda papier ou une application de gestion du temps qui aidera le jeune à établir ses horaires de sport (entraînements, compétitions, voyages, visites médicales...) et d'étude (cours, échéances des travaux à remettre, examens...), ainsi que son temps libre (soupape de sécurité dans un emploi du temps bien chargé).

Avant d'adopter définitivement un emploi du temps, établir une période « test ».

Écouter les entraîneurs et parents et créer une atmosphère d'ouverture et de confiance pour interagir et communiquer. Arranger des rencontres et discussions d'évaluation régulières avec l'élève afin de suivre ses progrès et sa capacité à équilibrer sport et études. En cas de problèmes ou d'absences, aborder le sujet immédiatement et tenter de trouver, avec l'élève, des solutions aux problèmes. Laisser l'élève trouver des solutions par lui-même, si possible. Essayer d'apporter un soutien, sans donner de réponse toute prête, dans la mesure du possible.

Objectif d'apprentissage

L'objectif d'apprentissage de l'Étape 5 est de rappeler l'importance d'une préparation et d'une planification commune, avec l'élève, les parents et l'équipe sportive. Une atmosphère et une discussion ouvertes permettront aux enseignants de comprendre les exigences imposées par l'équipe sportive à l'élève, et vice versa. Les parents jouent un rôle important pour soutenir les progrès de l'élève dans les études et le sport, et tous ces acteurs doivent être conscients de ce qui se passe dans la vie de l'élève.

Ressources en ligne

- [Instructions for independent learning for athletes](#) (En finnois uniquement)
- [Balance between sport and study](#) (En finnois uniquement)
Gestion du temps quand on équilibre sport d'élite et études.
- [Time Management For The Athlete](#) (En finnois uniquement)
Gestion du temps des sportifs d'élite : comment y parvenir
- [Planning and using a daily schedule](#)
Pistes d'action et modèles faciles à utiliser pour produire un programme d'étude quotidien, par Carnegie Mellon University (Pittsburgh, USA)
- [Carnet d'entraînement et de liaison](#)
Exemple de carnet utilisé en Belgique pour le calendrier des entraînements et la communication entre école et entraîneurs
- [Études de cas sur « Not Only Fair Play »](#)
Recueil d'entretiens avec des élèves qui expliquent comment ils sont parvenus à équilibrer sport et études et quels soutiens ils ont reçus.

6. Aider l'élève en cas d'échec

L'échec n'est jamais une fatalité, que ce soit en sport ou à l'école. Tout résultat a son explication, qu'elle tienne dans une mauvaise condition physique, un manque de technique ou tout simplement un manque de motivation.

Rappeler à l'élève l'importance du travail préparatoire à toute échéance. Les analogies sportives, telles que celles données en exemple à l'Étape 3, peuvent servir à motiver l'élève qui ne voit pas l'intérêt d'étudier.

Encourager l'élève et augmenter son estime de soi en mettant en avant ses points forts et réussites. lui proposer des remédiations (remise à niveau, rattrapage), une aide aux devoirs, un suivi individualisé ... revoir son horaire. Il existe des écoles de devoirs qui s'adressent spécialement aux élèves sportifs. Certains clubs de sports proposent également leurs locaux pour de l'aide aux devoirs et des écoles de devoirs. S'informer de ce type de possibilité et encourager les élèves à profiter de ces aides.

Des condisciples, en particulier des élèves sportifs qui ont de bons résultats à l'école, pourraient également apporter leur soutien. Il est peut-être également possible d'obtenir de l'aide et du soutien de la part d'autres sportifs plus âgés qui ont terminé le même programme de formation et pratiquent le même sport.

Si la section actuelle de l'élève ne semble pas appropriée à ses compétences ou aspirations, proposer un changement d'orientation. Envisager une section sport-étude s'il y en a une dans l'école et que l'élève n'en fait pas partie.

Objectif d'apprentissage

L'objectif d'apprentissage de l'Étape 6 est de rappeler que pour soutenir l'élève en cas d'échec, il faut mettre en place divers mécanismes qui pourraient être en rapport soit avec les études soit avec le sport. L'école devrait pouvoir apporter une aide et un soutien de façon adaptée à chaque situation.

Ressources en ligne

- [Maison des sportifs](#) (document en français)
Initiative de la Province de Liège pour aider les élèves sportifs qui ont des difficultés scolaires : remédiations, personne ressource entièrement consacrée à l'élève, soutien à l'organisation de compétitions sportives à l'école et en dehors.
- [Diacor](#)
Diacor offre les services de médecins ayant une grande expérience des blessures propres au sport ainsi que de spécialistes dans divers domaines médicaux qui s'intéressent particulièrement aux sports. Ils coopèrent étroitement avec le Comité National Olympique en Finlande.
- [What To Do When You Are Injured?](#) (En finnois uniquement)
Comment se remettre de blessures et d'efforts physiques.
- [The young growth and development](#) (En finnois uniquement)
- [Floorball injuries: epidemiology and injury prevention by neuromuscular training](#) (En finnois uniquement)
Enquêtes et articles sur les blessures physiques dans le sport.

7. Se coordonner avec les responsables sportifs pour favoriser la double réussite

Organiser des réunions avec l'entraîneur pour ajuster les horaires, suivre la progression de l'élève sur le plan sportif et sur le plan scolaire.

Inviter l'entraîneur ou le coordinateur sportif à participer au conseil de classe.

Intégrer une note sportive au bulletin scolaire (note élaborée au départ de la motivation de l'élève, de son engagement dans l'activité, de sa progression et de son comportement).

Mettre en place un outil de liaison, tel le « *carnet d'entraînement et de liaison* » utilisé en Fédération Wallonie-Bruxelles. Cet outil permet la communication entre le sportif, sa famille, l'entraîneur, la fédération sportive à laquelle il appartient et l'école dans laquelle il est inscrit. Il met en corrélation les informations utiles de la vie sportive et scolaire afin d'en permettre la meilleure intégration possible. Le carnet belge comprend entre autres un calendrier des entraînements, un horaire de cours, des espaces de commentaires pour les parents, le référent sportif à l'école et le référent sportif du club ou de la fédération, des espaces pour les communications aux parents, la charte du sportif, des espaces pour demander des autorisations d'absences en cas de compétitions ou d'activités sportives, des données personnelles. Cet outil est signé par toutes les parties prenantes. Il fait partie intégrante du dossier scolaire de l'élève.

Objectif d'apprentissage

L'objectif d'apprentissage de l'Étape 7 est de donner des exemples et idées pour développer la coopération et les interactions entre les écoles et les entraîneurs des clubs de sports.

Ressources en ligne

- [Carnet d'entraînement et de liaison](#)
Exemple de carnet utilisé en Belgique pour le calendrier des entraînements et la communication entre école et entraîneurs
- [What motivates young elite sports?](#) (En finnois uniquement)
Étude ayant pour objectif de déterminer si les jeunes sportifs aiment faire du sport, s'ils sont satisfaits des différents aspects du sport et des entraînements.
- [Cooperation between schools and sports clubs](#) (En finnois uniquement)
Idées pour promouvoir la coopération entre écoles et équipes sportives (cas : ringette)

8. Se concerter avec les parents pour qu'ils suivent la scolarité de leur enfant

Décider avec les parents des façons de communiquer entre école et famille. S'assurer que l'élève est au courant de ces moyens et participe à la communication d'une façon qui soit claire pour tous.

Organiser des réunions et rencontres fréquentes. Pour la communication au jour le jour, utiliser un carnet de contact dans lequel toutes les parties peuvent écrire des notes et exprimer des souhaits pour aider l'élève dans son processus d'étude. Essayer d'informer régulièrement les parents (mais pas plus que nécessaire) sur les progrès de l'élève et rester à l'écoute de ce qui se passe après l'école : en d'autres termes, est-ce que tout est équilibré dans la vie de l'élève et est-ce que tout le monde (élève, parents, entraîneurs et enseignants) est au courant ?

Convenir avec les parents de la quantité de responsabilités données à l'élève et des façons de le soutenir dans ses études et activités sportives.

Objectif d'apprentissage

L'objectif d'apprentissage de l'Étape 8 est de donner des idées pour favoriser la coopération et les discussions entre écoles et familles.

Ressources en ligne

- [Parent toolkit](#)
Boîte à outils pour aider les parents à guider le parcours de leur enfant de la petite enfance au secondaire. Elle est conçue pour suivre et appuyer les progrès à chaque étape.
- [Co-Operation Between Home And School In Basic Education](#) (En finnois uniquement)
Directives et lois pour la coopération entre les familles et les écoles, émises par le Conseil National d'Éducation en Finlande.
- [Home-school cooperation](#) (En finnois uniquement)
Conseils et idées pour la coopération entre familles et écoles.
- [Good teacher!](#)
<http://www.kodinjakoulunpaiva.fi/materiaalit> (En finnois uniquement, 2 liens)
Idées concrètes et exemples pour organiser les réunions de parents et les soirées d'information à l'école.

Ressources en ligne

- [Wilma](#)
Interface web pour le programme d'administration des élèves visant à faciliter les interactions et discussions entre enseignants et parents sur les résultats des élèves et les signalements d'absences, etc.
- [A Good Night's Sleep for Student Athletes](#)
Un sommeil adéquat pour les sportifs est essentiel pour éviter des conséquences négatives. Recommandations et notifications de l'importance du repos pour les parents et les élèves sportifs.
- [Benefits of School-Based Sports](#)
Les programmes sportifs scolaires peuvent susciter des réactions et comportements positifs visibles chez les adolescents. Mais quels sont les bienfaits plus profonds de ces programmes ?

9. Surveiller les signes d'abattement ou de dévalorisation de l'élève

Il ne faut pas partir du principe que les élèves sportifs sont forcément peu intéressés par d'autres matières, leurs difficultés pourraient avoir diverses causes. Parler avec l'élève de son projet, de ses contraintes. Est-il toujours preneur ? Si la réponse est négative, l'aider à réintégrer une classe normale de la manière la plus aisée possible.

Il faut garder à l'esprit qu'un élève sportif peut rencontrer différents types de problèmes (problèmes de santé, tensions dans la famille et dans ses relations sociales en raison de son statut particulier...) et tenir compte de la situation générale de l'élève : l'élève doit pouvoir de temps en temps se reposer à la maison au lieu d'aller à l'école – s'il y a de bonnes raisons à sa fatigue, telles que des entraînements tardifs en soirée, un retour de compétition, etc. Il y a parfois des raisons très simples au comportement de l'élève, comme un manque de temps, la fatigue, le manque de motivation pour l'une ou l'autre raison, l'absence de succès dans sa carrière sportive, etc. Des discussions régulières avec l'élève, les parents et les entraîneurs devraient servir d'outil d'interaction pour les enseignants et conseillers d'études.

Il faut également tenir compte du sport particulier de l'élève. Un élève exerçant un sport individuel peut être moins à l'aise dans les relations sociales, et donc dans le groupe classe, qu'un élève pratiquant un sport collectif.

Objectif d'apprentissage

L'objectif d'apprentissage de l'Étape 9 est de s'assurer que l'élève est pris en compte dans sa globalité : de nombreux facteurs affectent les performances scolaires et sportives. Des discussions constantes avec les enseignants et conseillers d'études aident les élèves à prendre davantage de responsabilités dans leur développement ; ils se sentent en sécurité et comprennent qu'ils peuvent recevoir de l'aide pour différents problèmes et questions quand ils en ont besoin.

Ressources en ligne

- [Études de cas sur « Not Only Fair Play »](#)
Recueil d'entretiens avec des élèves qui expliquent comment ils sont parvenus à équilibrer sport et études et quels soutiens ils ont reçus.
- [Motivating Students](#)
Différents aspects et impacts de la motivation.
- [A introduction to holistic education](#)
Introduction à une approche holistique de l'éducation.
- [Holistic Approach](#)
Réflexion sur ce à quoi peut ressembler une approche holistique de l'apprentissage.

10. Utiliser des solutions éducatives numériques (matériels et méthodes)

Il y a énormément de matériel éducatif numérique disponible sur internet et sur les plateformes scolaires et sites officiels de l'éducation. Aider les élèves à utiliser ce matériel en soutien de leurs études. En particulier lors de stages d'entraînement et tournées de matchs, il serait bon d'offrir aux élèves du matériel éducatif supplémentaire pour les garder dans le rythme.

On peut également utiliser les outils et médias numériques pour la communication quand l'élève est absent des cours, si possible (p.ex. téléphones mobiles, iPads, chats, etc.).

On recommande également de réfléchir à l'usage de dispositifs numériques pour le suivi des activités physiques quotidiennes : des jeux et outils de suivi peuvent augmenter la motivation des élèves à superviser leurs propres performances. Il existe plusieurs projets européens et nationaux pour sensibiliser à cette approche.

Enfin, les outils numériques peuvent servir à organiser son emploi du temps. Différentes fonctions telles que le rappel de tâches, activités, tests, etc. peuvent permettre d'organiser ses activités scolaires et sportives quotidiennes. Elles peuvent aussi servir d'outil de suivi des performances physiques ; certains outils sont même interactifs : le programme propose un feedback des résultats enregistrés, il fait des félicitations ou demande d'avantage de performances.

Objectif d'apprentissage

L'objectif d'apprentissage de l'Étape 10 est de se familiariser avec les solutions numériques, d'apprendre à les utiliser et de montrer aux élèves comment les utiliser pour renforcer leur apprentissage et leurs activités physiques.

Ressources en ligne

- [Sporteef](#) (Site en français)
Plateforme e-learning française adressée aux élèves sportifs
- [Technology and sport](#) (En finnois uniquement)
Rapports et recommandations sur l'usage de la technologie et de solutions numériques en éducation physique
- [Evaluation of Physical Education](#) (En finnois uniquement)
Support matériel et méthodes pour l'évaluation en éducation physique.
- [Increasing physical activity](#) (En finnois uniquement)
Comment augmenter les activités physiques à l'école.

Ressources en ligne

- [Online teaching materials](#) (En finnois uniquement)
Base de données de matériel didactique numérique en ligne pour l'éducation physique
- [Omnia](#) (En finnois uniquement, un appui linguistique est disponible)
Plateforme éducative Moodle employée par de nombreux prestataires d'éducation et formation professionnelle qui propose du matériel éducatif numérique et des interactions entre élèves et enseignants, un outil en ligne pour faciliter les études à distance et l'autoformation comme parties intégrantes du programme de formation.
- [Learning Landscape](#)
Enseignement et apprentissage dans le monde numérique : Possibilités et Défis
- [Conference presentation by Gordon Stobart](#)
Évaluation pour l'apprentissage – qu'est-ce que c'est et comment les outils numériques peuvent aider ?