

## **Camiré, Martin**

**École des sciences de l'activité physique, Université d'Ottawa**

**Co-demandeur : Pierre Trudel**

**Subvention Savoir 2015**

*Élaboration et évaluation du programme de formation Entraîner les habiletés de vie pour les entraîneurs des écoles secondaires*

---

### **Résumé du projet**

Le projet de recherche s'est déroulé en deux phases successives. Dans la première phase de l'étude, l'objectif était d'élaborer le programme de formation Entraîner les habiletés de vie et d'évaluer sa mise en œuvre pilote. Cette première étude était de nature qualitative et examinait ce que les entraîneurs croyaient avoir vécu pendant leur participation au programme de formation. Les résultats ont montré comment les entraîneurs croyaient avoir appris des éléments importants liés à l'enseignement des habiletés de vie, particulièrement en ce qui a trait à la sensibilisation aux habiletés de vie, à l'amélioration des relations entraîneur-athlète et à l'utilisation de stratégies d'entraînement qui ciblent délibérément le développement et le transfert des habiletés de vie. De la phase un à la phase deux, le programme de formation Entraîner les habiletés de vie est passé d'un mode de prestation en personne à un format en ligne. Dans la deuxième phase de l'étude, l'objectif était d'évaluer l'efficacité du programme de formation en ligne Entraîner les habiletés de vie. Cette deuxième étude était de nature quantitative, et trois variables étaient évaluées : la relation entraîneur-athlète, les comportements interpersonnels de l'entraîneur et l'enseignement des habiletés de vie. Les résultats ont révélé des changements d'orientation positifs, et une augmentation des notes moyennes des participants au programme pour les trois variables.

---

### **Méthodes de recherche**

Au cours de la première phase, 10 entraîneurs, parmi les 68 qui avaient pris part à la mise en œuvre pilote du programme de formation en personne, se sont portés volontaires pour participer à des entrevues individuelles semi-dirigées. Les entraîneurs avaient en moyenne 37 ans et possédaient en moyenne 9 ans d'expérience comme entraîneur dans une école secondaire. Les entrevues, qui duraient en moyenne 60 minutes, ont été enregistrées. Toutes les entrevues ont été transcrites textuellement et ont fait l'objet d'une analyse thématique. Au cours de la deuxième phase, un essai contrôlé randomisé à double insu avec trois groupes et trois facteurs a été mené en utilisant un schéma à niveaux de base parallèles de plusieurs groupes. Cela signifie que l'intervention a été réalisée de façon échelonnée parmi les groupes dans le but de vérifier l'hypothèse voulant que le changement n'ait été observé qu'après l'intervention. Au total, 1 238 participants ont été aléatoirement placés dans un groupe expérimental, sur une liste d'attente ou dans un groupe témoin. Les participants ont rempli à

trois reprises une série de sondages en ligne, qui comprenait le questionnaire sur la relation entraîneur-athlète, le questionnaire (auto-évaluation) sur les comportements interpersonnels et l'échelle des habiletés de vie pour le sport. L'analyse s'est faite en deux étapes. Tout d'abord, des analyses factorielles à mesures répétées avec trois groupes et trois facteurs ont été effectuées pour vérifier l'effet principal du groupe (c.-à-d. groupe expérimental, liste d'attente, groupe témoin) et du moment (c.-à-d. moment 1, moment 2, moment 3), ainsi que l'interaction entre le groupe et le moment sur les variables dépendantes dignes d'intérêt. Ensuite, une analyse visuelle a été effectuée pour comparer les tendances de référence et les tendances liées à l'intervention à titre de preuves complémentaires aux analyses statistiques.

---

### **Résultats de la recherche**

Au cours de la première phase, après avoir participé au programme de formation, les entraîneurs ont discuté du fait qu'ils étaient beaucoup plus soucieux d'utiliser le sport à l'école secondaire comme outil de développement. De plus, plusieurs entraîneurs ont indiqué comment ils ont appliqué, dans leur rôle d'entraîneur, les stratégies relationnelles avec lesquelles ils s'étaient familiarisés dans le programme de formation. Beaucoup d'entraîneurs ont dit que le programme de formation leur a fait connaître du matériel qui, selon eux, les a aidés à enseigner les habiletés de vie d'une manière délibérée. En ce qui concerne les limites, il est important de souligner que l'étude ne comprenait que 10 participants qui ont choisi d'être interviewés. Par conséquent, il existe une possibilité de subjectivité des réponses en ce qui concerne l'ouverture des participants à partager leurs critiques du programme. En conclusion, le programme de formation Entraîner les habiletés de vie a été conçu pour répondre aux besoins identifiés des entraîneurs en matière d'apprentissage en offrant aux entraîneurs des écoles secondaires canadiennes une initiative de formation pratique, interactive, gratuite et disponible en français et en anglais. Au cours de la deuxième phase, pour la relation entraîneur-athlète, il n'y a pas eu d'effet principal intra-sujet significatif pour le moment ou le groupe. Il y avait un effet d'interaction presque significatif pour le moment et le groupe. Dans le cas des comportements interpersonnels des entraîneurs, il n'y a pas eu d'effet principal intra-sujet significatif pour le moment, le groupe ou l'interaction entre le moment et le groupe. Dans le cas de l'enseignement des habiletés de vie, il n'y a pas eu d'effet principal intra-sujet significatif pour le moment, le groupe ou l'interaction entre le moment et le groupe. L'analyse visuelle a révélé que, même s'ils ne sont pas statistiquement significatifs, les résultats indiquent un changement d'orientation positif pour les trois variables dépendantes. Plus précisément, les notes moyennes des participants du groupe expérimental et du groupe de la liste d'attente ont augmenté à la suite de leur participation au programme de formation en ligne. En ce qui concerne les limites, il est important de tenir compte du fait que l'essai comprenait des mesures auto-déclarées et qu'il était de courte durée. En conclusion, l'essai représente la première étude qui évalue un programme de formation en ligne des entraîneurs au moyen d'un essai contrôlé randomisé, ce qui donne à penser qu'une formation en ligne auto-gérée peut servir d'option vedette dans le répertoire d'apprentissage des habiletés de vie des entraîneurs.

---

## Répercussions sur les politiques et les programmes

Les sports au secondaire sont pratiqués dans toutes les provinces et tous les territoires du Canada, ce qui permet aux jeunes d'acquérir de précieuses habiletés de vie. Les entraîneurs sont reconnus comme d'importants influenceurs jouant un rôle crucial dans l'encadrement des compétences nécessaires à la vie courante que les élèves développent par le sport. Chaque année au Canada, plus de 52 000 personnes font du bénévolat comme entraîneurs dans les sports au secondaire. Bien que ces bénévoles fassent partie intégrante du système sportif canadien au niveau secondaire, la plupart d'entre eux ne sont pas formés pour enseigner les habiletés de vie, car cet aspect est rarement abordé dans les cours traditionnels de formation des entraîneurs. Les résultats ont donc des implications importantes pour les entraîneurs. Ils indiquent comment la formation des entraîneurs axée sur les habiletés de vie peut aider ceux-ci à devenir plus compétents dans l'enseignement non seulement des habiletés techniques ou tactiques, mais aussi des habiletés fondamentales par le biais du sport. Étant donné le mandat éducatif du sport au niveau secondaire, nous devons offrir aux entraîneurs des options de formation qui visent à aider les jeunes à devenir des membres productifs de la société. Au-delà des résultats des deux études, la principale force du projet réside dans le fait que le programme de formation est disponible gratuitement, en français et en anglais, sur [www.schoolcoach.ca](http://www.schoolcoach.ca) (la plateforme d'apprentissage en ligne des entraîneurs de Sport scolaire Canada), pour les entraîneurs des écoles secondaires partout au Canada. Ainsi, longtemps après la fin de la recherche, un produit du savoir tangible continuera d'être offert et jouera un rôle ciblé dans l'amélioration de la qualité de la participation sportive dans les écoles secondaires partout au pays.

---

## Prochaines étapes

Le projet a soulevé d'importantes questions qui pourraient être examinées dans le cadre de recherches futures. Au cours de la deuxième phase, le taux de roulement était élevé : de nombreux entraîneurs ont commencé à participer à l'essai mais, surtout dans le groupe expérimental et le groupe de la liste d'attente, moins de 20 % ont terminé le programme de formation en ligne et répondu au sondage aux trois points dans le temps. Les recherches futures dans ce domaine devraient envisager des moyens d'encourager davantage les entraîneurs et d'augmenter leur taux de participation jusqu'au bout aux études d'évaluation. Il pourrait s'agir de fournir aux entraîneurs qui satisfont aux exigences en matière de formation des entraîneurs des crédits de formation continue qui les aideront à conserver leur certification d'entraîneur. Par ailleurs, étant donné que le projet se concentrait uniquement sur les perceptions des entraîneurs, pour les recherches futures, il faudrait envisager de tenir compte d'autres optiques d'analyse de l'efficacité des interventions. Par exemple, on pourrait y parvenir en concevant des études qui intègrent les perceptions des athlètes concernant (a) la relation entraîneur-athlète, (b) les comportements interpersonnels des entraîneurs, et (c) l'enseignement des habiletés de vie avant/après que les entraîneurs aient terminé le programme de formation.

---

### **Application des connaissances**

Pendant toute la durée du projet, les résultats courants ont été communiqués à Sport scolaire Canada, car M. Camiré faisait chaque année une présentation lors de l'assemblée générale annuelle de l'organisme. De plus, tous les articles publiés dans des revues à comité de lecture et qui émanaient du projet ont été communiqués à Sport scolaire Canada. Les organismes de sport qui bénéficieraient de ce rapport sont l'Association canadienne des entraîneurs ainsi que les associations provinciales de sport au niveau secondaire (p. ex., l'Alberta Schools' Athletic Association, la Manitoba High School Athletic Association, la Fédération des associations du sport scolaire de l'Ontario).

---