

# Webinaire

## Le rôle des activités parascolaires pour le bien-être et la réussite éducative

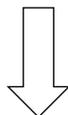
Anne-Sophie Denault  
Professeure – Psychoéducation  
Université Laval



1

### Est-ce que c'est vrai que c'est bon ?

Indicateurs négatifs



Dosage

Oui



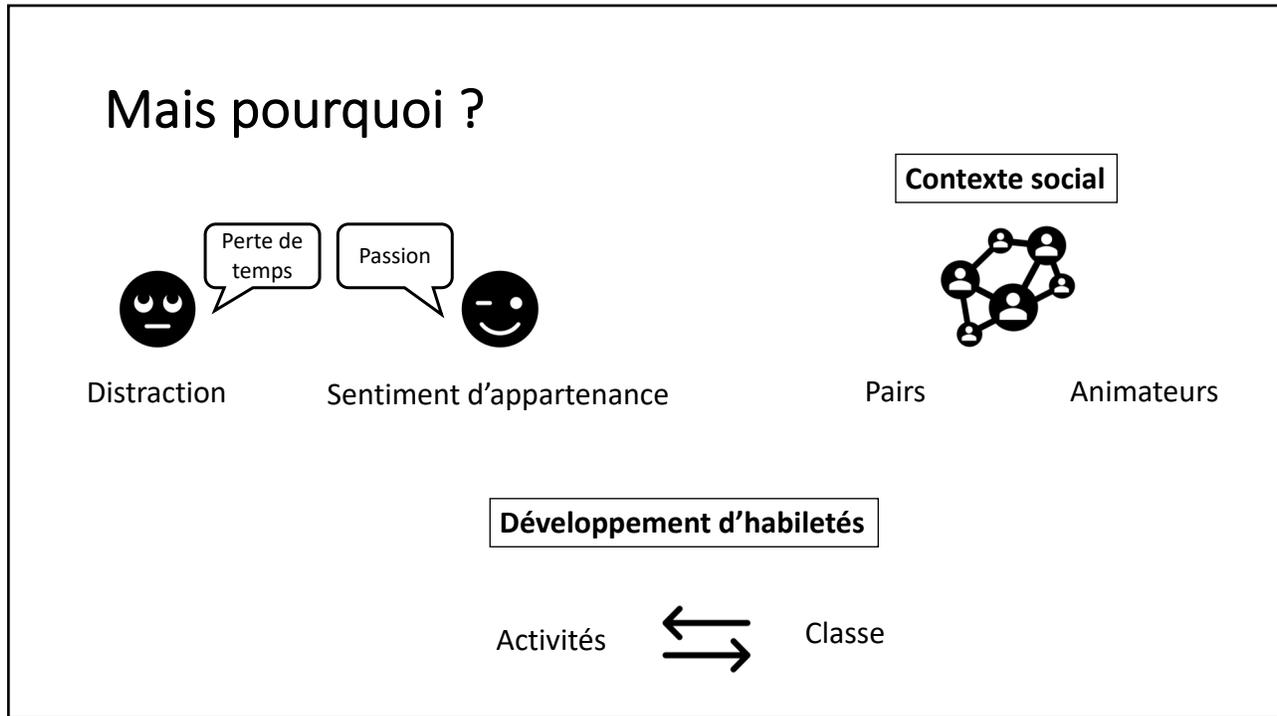
Indicateurs positifs



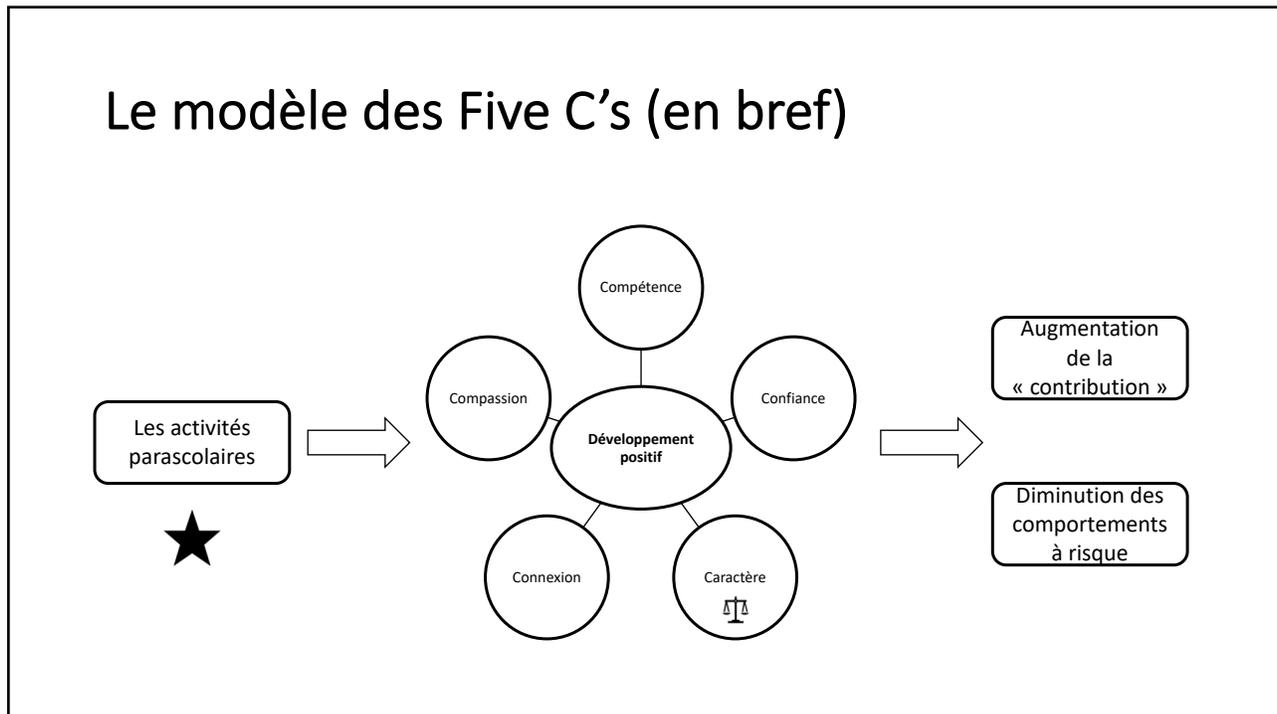
Qualité



2

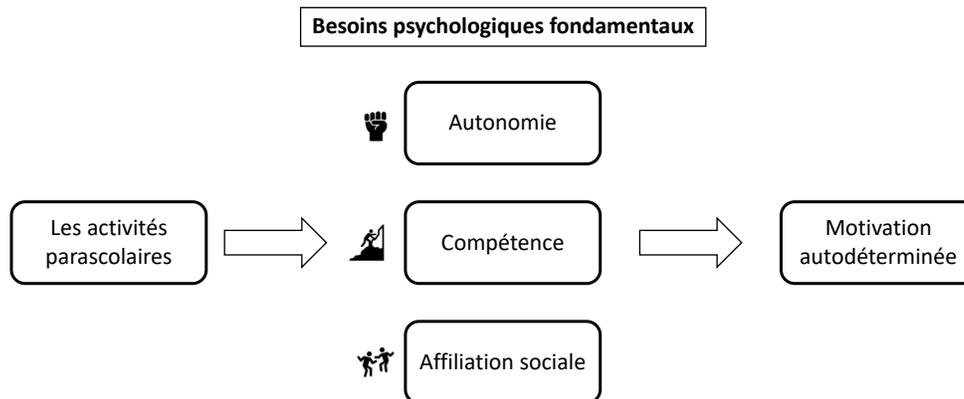


3



4

## La théorie de l'autodétermination



5

## La théorie de l'autodétermination (suite)

Concept	Définition
Autonomie	Besoin d'expérimenter ses propres choix et de se sentir l'initiateur de ses propres actions, d'exercer un certain pouvoir sur ce qui se déroule, par exemple, dans l'activité
Compétence	Besoin de se sentir efficace et en mesure de réaliser des tâches de différents niveaux de difficulté, par exemple, dans l'activité
Affiliation sociale	Besoin de se sentir en relation avec des personnes significatives de son environnement et soutenu par celles-ci, et d'appartenir à un groupe social, par exemple, dans l'activité
Motivation autodéterminée	Motivation à faire des choses par pur plaisir, par intérêt, pour arriver à nos buts ou selon nos valeurs



6

## Quoi mettre en place ?



- Leur donner le plus de choix possible
- Laisser de la place à leurs idées
- Les encourager à poser des questions



- Leur donner des défis adaptés à leurs compétences
- Leur donner de la rétroaction régulièrement
- Leur faire vivre des succès



- Développer un lien de soutien et de confiance
- Les faire sentir importants
- Assurer une dynamique de groupe positive et inclusive



Peut-on ne pas « tout » planifier ?



Peut-on augmenter leur niveau de responsabilités ?

Peut-on planifier un événement « grand public » ?

Peut-on prévoir des mini-bilans sur leurs forces et leurs défis ?



Peut-on créer une page FB ou faire des activités informelles ?

7

## Comment ?



### Groupes visés

Qui veut-on rejoindre ?

- Adolescents : tout le monde, sélection, groupes marginalisés ?
- Comment les recruter (ex.: tournée des classes) ?
- Comment favoriser leur inscription (ex.: frais) ?

### Objectifs

Que veut-on atteindre par cette activité ?

- Performance versus développement ?
- Habiletés spécifiques versus transférables ?
- Objectifs simples : occuper temps libres
- Objectifs complexes : augmenter bien-être

### Activités

Que veut-on mettre en place pendant l'année ?

- Atteindre les objectifs ciblés
- Planification des séances
- Opportunités de répondre aux besoins psychologiques
- Exemple d'un club de jeux vidéo : habiletés de jeu versus habiletés de jeu et hygiène de vie

### Intrants

Quelles sont les ressources nécessaires et disponibles ?

- Humaines : embauche et formation des animateurs, intervenants psychosociaux
- Financières et matérielles : achat de matériel, local disponible et adapté

### Résultats

Quels sont les résultats visés à court terme et comment vérifier leur atteinte ?

- En lien avec les objectifs
- « Debriefing » à la fin de l'année avec les techniciens en loisir, les animateurs et les élèves

8

## Pistes et recommandations



Piste	Actions
Vision des activités, modèles de gestion	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Communiquer clairement et invariablement que tous les élèves sont les bienvenus dans les activités</li> <li>✓ Prendre conscience des conséquences négatives pouvant découler des politiques d'autres secteurs (ex.: les concentrations peuvent restreindre l'accès aux équipements)</li> </ul>
Ressources	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Distribuer équitablement les ressources, notamment vers les élèves moins favorisés sur le plan scolaire ou socioéconomique</li> <li>✓ Offrir des activités gratuitement, à faible coûts ou selon la capacité de payer</li> </ul>
Soutien aux animateurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Manifester du soutien et de l'appréciation envers les animateurs</li> <li>✓ Les rémunérer convenablement</li> <li>✓ Les soutenir dans la mise en place du « modèle logique » de leur activité</li> <li>✓ Offrir de la rétroaction et des occasions de développement professionnel</li> </ul>
Offre et stratégies de promotion	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Programmation variée ciblée sur les intérêts des élèves</li> <li>✓ S'enquérir auprès des élèves pour améliorer les activités existantes et bonifier l'offre</li> <li>✓ Promouvoir activement les inscriptions, particulièrement chez les clientèles plus marginalisées</li> </ul>
Critères de sélection et rétention	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Éviter autant que possible les critères de sélection explicites ou implicites</li> <li>✓ Éviter autant que possible les politiques « No Pass No play »</li> <li>✓ Offrir plutôt du soutien et des alternatives (périodes de récupération plutôt que l'exclusion)</li> </ul>

9

Merci de votre attention

10

## Références liées aux diapositives – Présentation Anne-Sophie Denault

### Diapositive 2

Farb, A. F., & Matjasko, J. L. (2012). Recent advances in research on school-based extracurricular activities and adolescent development. *Developmental Review, 32*(1), 1–48.

<https://doi.org/10.1016/j.dr.2011.10.001>

Oberle, E., Ji, X. R., Guhn, M., Schonert-Reichl, K. A., & Gadermann, A. M. (2019). Benefits of extracurricular participation in early adolescence: Associations with peer belonging and mental health. *Journal of Youth and Adolescence, 48*(11), 2255–2270. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01110-2>

Shaffer, M. L. (2019). Impacting student motivation: Reasons for not eliminating extracurricular activities. *Journal of Physical Education Recreation & Dance, 90*(7), 8–14.

<https://doi.org/10.1080/07303084.2019.1637308>

Kwan, M., Bobko, S., Faulkner, G., Donnelly, P., & Cairney, J. (2014). Sport participation and alcohol and illicit drug use in adolescents and young adults: A systematic review of longitudinal studies. *Addictive Behaviors, 39*(3), 497–506. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2013.11.006>

Blomfield, C. J., & Barber, B. L. (2011). Developmental experiences during extracurricular activities and Australian adolescents' self-concept: Particularly important for youth from disadvantaged schools. *Journal of Youth and Adolescence, 40*(5), 582–594. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9563-0>

Crosnoe, R., Smith, C., & Leventhal, T. (2015). Family background, school-age trajectories of activity participation, and academic achievement at the start of high school. *Applied Developmental Science, 19*(3), 139–152. <https://doi.org/10.1080/10888691.2014.983031>

Heath, R. D., Anderson, C., Turner, A. C., & Payne, C. M. (2018). Extracurricular activities and disadvantaged youth: A complicated – but promising – story. *Urban Education*.

<https://doi.org/10.1177/0042085918805797>

Meier, A., Hartmann, B. S., & Larson, R. (2018). A quarter century of participation in school-based extracurricular activities: Inequalities by race, class, gender and age? *Journal of Youth and Adolescence, 47*(6), 1299–1316. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0838-1>

### Diapositive 3

Vandell, D. L., Larson, R. W., Mahoney, J. L., & Watts, T. W. (2015). Children's organized activities. In M. H. Bornstein, T. Leventhal, & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology and developmental science* (7<sup>th</sup> ed., Vol. 4, pp. 305–344). Wiley.

Mahoney, J. L., Vandell, D. L., Simpkins, S., & Zarrett, N. (2009). Adolescent out-of-school activities. In L. Steinberg (Ed.), *Handbook of adolescent psychology, Vol 2: Contextual influences on adolescent development* (3<sup>rd</sup> ed.). (pp. 228-269). John Wiley & Sons Inc.

### Diapositive 4

Lerner, R. M., Almerigi, J. B., Theokas, C., & Lerner, J. V. (2005). Positive Youth Development: A view of the issues. *The Journal of Early Adolescence*, 25(1), 10-16.  
<https://doi.org/10.1177/0272431604273211>

Lerner, R. M., Lerner, V., von Eye, A., Bowers, E. P., & Lewin-Bizan, S. (2011). Individual and contextual bases of thriving in adolescence: A view of the issues. *Journal of Adolescence*, 34, 1107-1114. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.08.001>

Lerner, R. M., von Eye, A., Lerner, J. V., Lewin-Bizan, S., & Bowers, E. P. (2010). Special issue introduction: The meaning and measurement of thriving: A view of the issues. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 707-719. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9531-8>

#### Diapositives 5 et 6

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Motivation, personality, and development within embedded social contexts: An overview of self-determination theory. In R. M. Ryan (Ed.), *The Oxford handbook of motivation* (pp. 85–107). Oxford University Press.

Deci, E. L., Ryan, R. M., & Guay, F. (2013). Self-determination theory and actualization of human potential. In D. M. McInerney, H. W. Marsh, R. G. Craven & F. Guay (Eds.), *Theory driving research: New wave perspectives on self-processes and human development* (pp. 109–134). Information Age Publishing, Inc.

Howard, J. L., Bureau, J., Guay, F., Chong, J. X. Y., & Ryan, R. M. (2021). Student motivation and associated outcomes: a meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science : A Journal of the Association for Psychological Science*, 16(6), 1300–1323.  
<https://doi.org/10.1177/1745691620966789>

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory. Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>

#### Diapositive 8

[https://www.publichealthontario.ca/-/media/documents/f/2016/focus-on-logic-model.pdf?sc\\_lang=fr](https://www.publichealthontario.ca/-/media/documents/f/2016/focus-on-logic-model.pdf?sc_lang=fr)

#### Diapositive 9

[https://rire.ctreq.qc.ca/wp-content/uploads/sites/2/2019/06/Fin\\_guide\\_7\\_juin.pdf](https://rire.ctreq.qc.ca/wp-content/uploads/sites/2/2019/06/Fin_guide_7_juin.pdf)

McCabe, J., Dupéré, V., Dion, E., Thouin, É., Archambault, I., Dufour, S., Denault, A.-S., Leventhal, T., & Crosnoe, R. (2020). Why do extracurricular activities prevent dropout more effectively in some high schools than in others? A mixed-method examination of organizational dynamics. *Applied Developmental Science*, 24(4), 323–338. <https://doi.org/10.1080/10888691.2018.1484746>