



جامعة بجاية
Tasdawit n Bgayet
Université de Béjaïa

Université Abderrahman mira- bejaia-

Faculté des sciences humaines et sociales

Département de Sciences et Techniques des Activités

Physiques et Sportives- STAPS-

Mémoire de fin de cycle

*En vue d'obtention d'un diplôme de Master en STAPS Spécialité :
Activité Physique et Sportive Scolaire.*

Thème :

*L'insatisfaction corporelle et l'engagement
dans la pratique sportive au cours d'EPS.*

Présenté par :

*-SAOULI Eldjamai
-DAFLAOUI Kaci*

Encadré :

-Mr. IDIR Abdennour

Année d'étude :2018/2019

Remerciements

Nous remercions ALLAH, le tout puissant de nous avoir accordé santé et courage pour accomplir ce travail, puis

On tient à témoigner notre gratitude et notre reconnaissance à notre promoteur le Dr. idir Abdennour, qui est à l'origine de la réussite de notre travail pour tous ses conseils judicieux, et pour sa disponibilité permanente, c'est pour quoi on tient plus particulièrement à cette heureuse occasion pour lui présenter notre profond respect. On remercie les enseignants d'EPS des établissements qui nous ont accueillis pendant la durée du stage pratique et a tous les enseignants du département STAPS pour le temps précieux qu'ils nous ont consacré et pour leurs écoutes

MERCI

SOMMAIRE

Titre	page
Les remerciements	I
Sommaire	II
Liste des tableaux	V
Liste des graphes	VII
Liste des abréviations	IX
Introduction	1
Partie théorique	
1)L'Adolescence et rapport au corps.	3
1-1) l'adolescence.	3
1-1-1) Définition de l'adolescence .	3
1-1-2) Critères pouvant servir à marquer le début et la fin de l'adolescence	4
1-2) Rapport au corps	5
1-3) L'adolescent face à son corps.	6
1-3-1) Importance de l'apparence corporelle à l'adolescence	6
1-3-2) Insatisfaction corporelle chez les adolescents	7
2)EPS et rapport au corps.	8
2-1) l'EPS.	8
2-1-1) Définitions de l'EPS	8
2-1-2) Les objectifs et les finalités de l'EPS en Algérie	8
2-1-3) Le cours d'EPS	9
2-1-4) Le Rôle d'un enseignant d'EPS	9
3)Engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS	10
3-1) L'engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS : question de motivation	10
3-2) Les orientations motivationnelles en EPS : la rosace des sens	12
4)L'estime de soi et Insatisfaction corporelle	14
4-1) Les stratégies motivationnelles pour les insatisfaits	14

SOMMAIRE

4-2) L'insatisfaction corporelle comme un obstacle à l'engagement dans la pratique sportive en EPS ?	15
Partie méthodologique	
1) Problématique de l'étude	16
2) Les Hypothèses	17
3) Objet d'étude	17
4) Les objectifs de recherche	17
5) La méthodologie de recherche.	18
5-1) Echantillon	18
5-2) Les variables de recherche	18
5-3) Les domaines d'études	18
5-4) Outil de recueil de données	18
5-5) Procédure recueil de données	20
5-6) Analyse de données	20
Partie pratique	
1) Caractéristique générale de l'échantillon	21
2) Indice de masse corporelle	22
3) L'insatisfaction corporelle	22
3-1) Liens entre l'insatisfaction corporelle et IMC	24
4) La pratique sportive	25
4-1) Le rapport à l'activité sportive	25
4-2) La quantité de pratique sportive (hormis EPS)	27
4-3) Le type de sport pratiqué/préférentiel	28
4-4) L'engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS :	30
4-5) Lien entre l'insatisfaction corporelle et l'engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS	35
5) Les orientations motivationnelles	36
5-1) Lien avec l'insatisfaction corporelle	42

SOMMAIRE

Discussion sur les résultats	43
Conclusion	45
bibliographie	47
Annexe	
Notre questionnaire	49
Le questionnaire fait par (Allain Mélanie.2013)	54

LISTE DES TABLEAUX

N° de tableau	Titre de tableau	Page
1	Critères pouvant servir à marquer le début et la fin de l'adolescence	4
2	Les principaux facteurs de l'investissement personnel (Famose, 2001)	11
3	La Rosace des sens (Kurz, 1995)	12
4	Tableau 4 : catégories de satisfaction corporelle des élèves selon leurs résultats de notre 6 question par apport aux résultat total de BSQ-8C (rousseau, et al. 2005)	20
5	Répartition des élèves selon leur âge et sexe.	21
6	Répartition des élèves selon leur poids, tailles et IMC.	22
7	Catégories de satisfaction corporelle des élèves selon leur sexe	23
8	IMC des élèves selon leurs catégories de satisfaction.	24
9	Représente les résultats de test student a propos : aimes-tu le sports (en générale) ?	26
10	Représente les résultats de test student a propos : Aimes-tu le sport à l'école ?	27
11	Représente les résultats de test student a propos : combien d'heures de sport pratiques tu par semaine hormis les heures d'EPS ?	28
12	Représente les résultats de test student a propos : de type de sport préféré (les sports athlétique) ?	29
13	Représente les résultats de test student a propos : de type de sport préféré (les jeux collectives)	30
14	Représente les résultats de test student a propos : de participation et l'engagement et l'investigation dans le cours d'EPS ?	31
15	Représente les résultats de test student a propos : de préservation dans le cours d'EPS ?	32

LISTE DES TABLEAUX

16	Représente les résultats de test student a propos : de l'engagement physique et mental dans le cours d'EPS ?	33
17	Représente les résultats de test student a propos : de la motivation à poursuivre les activités proposées dans le cours d'EPS ?	34
18	Représente les réponses des élèves au question :de la direction et le choix de la personne dans le cours d'EPS ?	35
19	Représente les réponses des élèves au question : je pratique le sport au cours d'EPS pour être en bonne sante, en forme et me sentir bien dans mon corps ?	36
20	Représente les réponses des élèves au question : je pratique le sport au cours d'EPS pour apprendre et découvrir de nouveaux mouvement	37
21	Représente les réponses des élèves au question : l'expression et ou création des choses	38
22	Représente les réponses des élèves au question : S'entraîner et accomplir des performances	39
23	Représente les réponses des élèves au question : Rechercher le défi et rivaliser	40
24	Représente les réponses des élèves au question : Participer et appartenir (collaborer – coopérer)	41

LISTE DES GRAPHES

N° de graphe	Titre de graphe	Page
1	Catégories de satisfaction corporelle des élèves selon leur sexe.	23
2	IMC des des élèves selon leur catégorie de satisfaction corporelle.	24
3	Représente les réponses des élèves au question : aimes-tu le sports (en générale) ?	25
4	Représente les réponses des élèves au question : Aimes-tu le sport à l'école (Le cours d'EPS) ?	26
5	Représente les réponses des élèves au question : combien d'heures de sport pratiques tu par semaine hormis les heures d'EPS ?	27
6	Représente les réponses des élèves au question : le type de sport préféré (les sports athlétique) ?	28
7	Représente les réponses des élèves au question : le type de sport préféré ? (les sports collectives)	29
8	représente les réponses des élèves au question :de participation et l'engagement et l'investigation dans le cours d'EPS ?	30
9	Qui représente les réponses des élèves au question :de préservation dans le cours d'EPS ?	31
10	Représente les réponses des élèves au question :de l'engagement physique et mental dans le cours d'EPS ?	32
11	Représente les réponses des élèves au question :de la motivation à poursuivre les activités proposées dans le cours d'EPS ?	33
12	Représente les réponses des élèves au question :de la direction et le choix de la personne dans le cours d'EPS ?	34

LISTE DES GRAPHES

13	Représente les réponses des élèves au question :je pratique le sport au cours d'EPS pour être en bonne sante, en forme et me sentir bien dans mon corps ?	36
14	Représente les réponses des élèves au question :je pratique le sport au cours d'EPS pour apprendre et découvrir de nouveaux mouvement	37
15	Représente les réponses a propos de : l'expression et ou création des choses	38
16	représente les réponses à propos de : S'entraîner et accomplir des performances	39
17	représente les réponses à propos de : Rechercher le défi et rivaliser	40
18	Représente les réponses à propos de : Participer et appartenir (collaborer – coopérer)	41

LISTE DES ABREVIATIONS

Abréviation	signification
IMC	Indice de masse corporelle
Ados	Adolescence
O.M	Orientation motivationnelle
EPS	Education physique et sportive
BSQ	Body Shape question
I.C	Insatisfaction corporelle

INTRUDUCTION

Introduction :

L'éducation d'une manière générale a été toujours au centre des préoccupations sociales. Et l'éducation physique et sportive était perçue comme élément participant de fait au développement de la société.

La pratique de l'éducation physique et sportive chez les adolescents au sein d'un établissement secondaire, est considérée comme un moyen éducatif, qui permettra à l'élève une amélioration du point de vue physique et psychique, mais l'élève peut être entrainer dans des obstacles qui peuvent freiner cette dernière.

Parmi les obstacles qui réduisent l'amélioration physique et psychique des élèves durant une séance d'éducation physique et sportive on citera notamment la non engagement (non participation) des élèves au cours d'EPS qui est l'une de ces causes principales de l'insatisfaction corporel des adolescents.

L'insatisfaction corporel est définie comme l'évaluation subjective négative d'un individu par rapport à l'aspect, la forme ou la taille de son corps (ou de certaines de ses parties), mais aussi par rapport à son poids. (Stice et Shaw. 2002 ; Wertheim, Paxton et Blaney. 2009).

En tant qu'enseignants d'EPS on a fait le choix d'axer a cette type de recherche durant notre expérience vécu au lycée on a remarqué que la plus part des élèves ne se sentaient pas dans leurs silhouette de plus une timidité exagérée est apparu chez certain ados et sa ce qui nous a donner l'impression d'être un frein a leur engagement et un obstacle a la pratique sportive , un intérêt de recherche est née et on a décidé d'approfondir notre recherche pour mieux comprendre les types d'activité physique et sportive qui correspond le mieux a nos élèves .

Notre travail de recherche s'est effectué en deux parties :

Un partie théorique, ou nous avons donnée une idée sur l'adolescence en générale , L'Adolescence et rapport au corps plus les indices nécessaire pour évaluer le corps humaine et l'importance de l'apparence corporelle à l'adolescence, de plus nous avons parler de l'EPS en générale et ces objectifs en Algérie ainsi que le rôle d'un enseignant pour la réussite d'une

INTRUDUCTION

séance d'EPS, Ensuite nous avons parlé de L'engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS et tout ce qui concerne la motivation et Les orientations motivationnelles en EPS (la rosace des sens),et au final de cette contexte nous avons évoqué L'estime de soi , Insatisfaction corporelle et Les stratégies motivationnelles pour les élèves insatisfaits .

La 2 ème partie est un partie pratique ou la phase de recherche sur le terrain avec le recueil de donnée qui a été fait par un questionnaire, mais aussi l'analyse des résultats qui fait été réalisé par des outilles statistique, et qui nous a permet de faire une interprétation sur les résultats avec des arguments et un discussions sur les hypothèses.

1) L'Adolescence et rapport au corps.

1-1) l'adolescence.

1-1-1) Définition de l'adolescence :

L'étymologie du mot « adolescence » vient du latin « adolescentia » (de « adolescere ») et signifie « grandir vers » (Cloutier, R et al,2008). Elle est une période captivante : l'enfant qui a peur deviendra l'adulte qui ose (Zazzo.1972). Elle est aussi une période créatrice, ne serait ce que dans le domaine des sentiments : l'affectivité étant plus intérieure, plus intense et plus passionnée. Etant un moment privilégié de l'éveil affectif (HAMRONI, S. ISSEP Tunis).

Même si les théories explicatives de l'adolescence diffèrent selon les époques et les courants de pensée, il semblerait que certaines dimensions (biologiques, psychologiques et sociales) soient clairement impliquées dans le processus de changement et de développement engendré par cette période. Toutefois, il reste difficile de délimiter précisément cette période car le développement de ces dimensions de l'individu n'évolue pas toujours conjointement. Le tableau ci-dessous propose de démarquer cette phase de l'adolescence par des critères précis (Cloutier, R et al,2008).

PARTIE THEORIQUE

1-1-2) Critères pouvant servir à marquer le début et la fin de l'adolescence :

Tableau 1 : Critères pouvant servir à marquer le début et la fin de l'adolescence (Cloutier, R et al,2008).

Dimension de l'adolescent	Critère du début de l'adolescence	Critère de la fin de l'adolescence
Biologique	Début des changements sexuels physiques	Capacité de faire un enfant
Cognitive	Apparition des premiers raisonnements abstraits	Maîtrise de la pensée formelle
Emotionnelle	Premières tentatives pour affirmer son intimité, pour garder ses secrets et pour affirmer ses choix individuels	Capacité de se définir en tant que personne indépendante, d'affirmer et d'assumer son identité et ses choix personnels
Juridique	Période où les parents peuvent laisser le jeune seul à la maison pour quelques heures sans être considéré comme négligents selon la Loi sur la protection	Age de la majorité impliquant par exemple l'accession au droit de vote
Sociale	Apparition des comportements de participation autonome aux rôles collectifs (travail, engagements personnels, etc.) et construction d'un réseau social personnel indépendant de la famille	Accession à la maîtrise de soi avec l'exercice des pouvoirs et des responsabilités que cela comporte envers les autres (autodiscipline, réciprocité, etc.)

Comme exposé dans le tableau ci-dessus, le développement biologique de l'individu est une des caractéristiques principales de l'adolescence. En effet, la puberté correspond aux processus biologiques menant à la capacité de procréer du jeune adulte. Elle entraîne de nombreuses transformations corporelles dont certaines sont apparentes comme la taille, la proportion des tissus corporels (adipeux et musculaires) ou les caractéristiques sexuelles secondaires (développement des seins chez les filles et des testicules chez les hommes, apparition de la pilosité, mue de la voix pour les hommes).

PARTIE THEORIQUE

A côté des transformations physiques que peut endurer l'adolescent(e), son activité mentale connaît également une restructuration importante avec l'avènement de nouveaux outils de pensée sur le plan de l'environnement physique (acquisition du concept d'accélération, de proportion ou de probabilité) et social (découvertes des facettes complexes des relations interpersonnelles, etc.). Il développe également sa capacité de remise en question.

D'ailleurs, la recherche d'identité est un passage clé de l'adolescence. En effet, c'est un passage obligé où l'individu tente de répondre à la question : « qui suis-je ? ». Selon la théorie d'Erikson sur les stades de développement de l'être humain de la naissance à la mort, l'adolescence (de 12 à 18 ans) correspond au cinquième stade qu'il nomme « crise identitaire » (Zimmerman, G., 2007). C'est une période intense d'exploration et d'introspection, qui dans le meilleur des cas, verra surgir un sentiment d'identité intérieure. Pour lui, l'individu est actif dans la recherche de cette réponse.

En parallèle, l'adolescent(e) connaît également des transformations au niveau social. En effet, même si la socialisation de l'individu est un processus qui se développe tout au long de la vie, elle s'accélère à la puberté, mettant en jeu la notion d'indépendance, d'autonomie, de responsabilité et d'intériorisation de règles et de valeurs (la définition de l'acquisition sociale des comportements).

1-2) Rapport au corps :

Pour évaluer le poids corporel d'un individu en fonction de normes communes, le calcul de l'indice de masse corporelle (IMC) est très souvent utilisé par les chercheurs. Il s'agit d'une mesure qui se base sur la masse corporelle et la taille d'un individu pour obtenir le poids de santé idéal, c'est à dire le poids corporel avec lequel le risque de maladie liée à la charge pondérale est le plus faible. Pour calculer l'IMC, il faut diviser le poids corporel (en kilogramme) par la taille (en mètre au carré). Le calcul est le suivant (McArdle, W. D., F. I. Katch, et al. 2004).

$$\text{IMC (kg. m}^{-2}\text{)} = \text{masse corporelle (kg) / Taille}^2 \text{ (m)}$$

PARTIE THEORIQUE

Chez les adultes (soit dès 18 ans) :

-lorsque l'IMC se situe dans une échelle de 18.5 à 24.9, le poids corporel est considéré comme normal.

-En-dessous de 18.5, il est question d'insuffisance pondérale (ou dénutrition).

-A l'inverse dès 25, un problème de surpoids est évoqué.

-un problème d'obésité lorsque le chiffre dépasse 30 (www.inpes.sante.f. 5 janvier 2010).

Cependant, il est primordial de préciser que cette mesure offre une information limitée quant à l'évaluation de la composition corporelle d'un individu ou de son état psychologique. De ce fait, un sportif musclé (tel un rugbyman) peut se trouver en surpoids alors que sa masse grasseuse est faible. De la même manière, une personne peut souffrir de troubles alimentaires alors que son poids corporel se trouve dans la norme (Ednos.2004).

1-3) L'adolescent face à son corps.

1-3-1) Importance de l'apparence corporelle à l'adolescence :

En 2000, une étude sur la préoccupation personnelle des adolescent(e)s a été menée au Canada. Les auteurs ont érigé une liste des préoccupations personnelles des adolescent(e)s ainsi que l'importance accordée à ceux-ci selon le sexe des répondants (Cloutier, R et al,2008).

Les résultats attestent que les adolescents accordent une grande importance à leur apparence corporelle.

1-3-2) Insatisfaction corporelle chez les adolescents :

De manière générale, il semblerait que l'insatisfaction corporelle des adolescents soit élevée. D'ailleurs, cette insatisfaction serait plus marquée chez les filles que chez les garçons (Sanahuja, A. and P. Cuynet .2011).

En Europe, 69% des adolescents sont insatisfaits de leur poids (Rousseau, A., S. Rusinek, et al.2011).

PARTIE THEORIQUE

Les études montreraient un lien entre l'IMC et l'insatisfaction corporelle puisque l'estime corporelle serait plus basse chez les enfants et adolescent(e)s plus gros (Sanahuja, A. and P. Cuyenet .2011).

Une étude nationale représentative a été réalisée en Suisse sur la santé et les styles de vie des adolescents âgés de 16 à 20 ans Il a été demandé aux jeunes s'ils étaient satisfaits de leur apparence. Les réponses des filles étaient nettement moins positives que celles des garçons : 40 % des filles contre 17.5 % des garçons étaient insatisfaits de leur aspect et de leur corps, et ce indépendamment de l'âge et de la formation (SMASH. 2002).

Les raisons de cette insatisfaction corporelle sont diverses et propres à chaque individu.

Toutefois, les transformations pubertaires de l'adolescence impliquent de grands bouleversements sur le plan de l'image corporelle. En effet, les transformations pubertaires seraient responsables d'un intérêt grandissant sur les formes du corps et généreraient plus de préoccupations corporelles chez les adolescents. D'ailleurs ces changements physiques pousseraient le jeune à devenir particulièrement attentif aux corps des autres et soucieux du regard que les autres portent sur lui (Sanahuja. A, and P. Cuyenet .2011).

Le style vestimentaire, le maquillage, les tatouages, les piercings ou autres sont les témoins de l'importance que les adolescent(e)s accordent à la construction de leur image corporelle (Michaux, P.-A. 2000).

Cette centration sur le corps peut parfois prendre le chemin de la dérive lorsque le comportement devient obsessionnel et peut mener l'adolescent vers certaines pathologies comme les troubles du comportement alimentaire entre autres (Ohl, F, V. Lentillon-Kaestner, et al.2012).

Il est légitime de comprendre qu'un adolescent en pleine recherche d'identité s'attache à ses idéaux alors qu'ils traversent une période de doute et de remise en question qui le pousse à se comparer, se rassurer, imiter, etc. (Cloutier, R. and S. Drapeau. 2008).

A cet âge, les messages provenant de la famille et des pairs jouent également un rôle prépondérant dans le développement de l'insatisfaction corporelle (Rousseau, A., S. Rusinek, et al.2011).

PARTIE THEORIQUE

Plus précisément, les conversations sur l'apparence corporelle avec les amis ainsi que les critiques des pairs sur l'apparence corporelle seraient des prédicateurs de l'insatisfaction corporelle autant pour les filles que les garçons (Lawler, M. and E. Nixon .2011).

Le principal facteur de risque pour que les adolescents développent une insatisfaction corporelle concerne l'importance que les pairs accordent à leur poids et leur alimentation (Taylor, C., T. Sharpe, et al.1998).

2)EPS et rapport au corps.

2-1) l'EPS.

2-1-1) Définitions de l'EPS :

L'éducation physique est une pratique d'intervention qui exerce une influence sur la conduite motrice des participants en fonction de norme éducative implicite ou explicite (P. Parlebas.1981).

Discipline d'enseignement, elle propose, en favorisant le développement et l'entretien organique et foncier, l'acquisition de connaissances et la construction de savoir permettant l'organisation et la gestion de la vie physique à tout les âges ainsi que l'accès au domaine de la culture que constituent les pratiques sportives (C. Pineau, 1991).

2-1-2) Les objectifs et les finalités de l'EPS en Algérie :

Selon les instructions officielles (Bon°6 du 28 aout 2008 pour le collège et BO n°4 du 29 avril 2010 pour le lycée), l'éducation physique et sportive à pour finalités de former par la pratique scolaire des activités physiques et sportives, un citoyen cultive, lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué.

Plus particulièrement :

L'EPS doit permettre à chaque élève de :

- Développer et mobiliser ses ressources pour enrichir sa motricité,
- La rendre efficace et favoriser la réussite.
- Savoir gérer sa vie physique et sociale.

PARTIE THEORIQUE

- Accéder au patrimoine de la culture physique et sportive.

Pour les professeurs d'EPS, l'enjeu est de faire entrer les élèves dans une suite situations d'apprentissage les amenant à prendre du plaisir, progresser, être motivés parce qu'ils sentent que les savoir appris leur permettent d'agir et d'avoir une maîtrise de l'environnement physique et sociale qui accepte l'élève tel qu'il est mais l'incite à changer. L'élève doit créer et reconstruire ses savoirs avec le groupe, au travers de cette reconstruction des savoirs l'élève est aussi éduqué, travaillant en groupe et confirmant son savoir-être et sa personnalité.

Cette éducation globale au travers de l'EPS le suivra dans toute sa vie future (L'instruction officielle en 2008).

2-1-3) Le cours d'EPS :

C'est lieu de construction identitaire d'un adolescent, s'effectue notamment au travers des expériences vécues dans son environnement. L'école joue donc un rôle fondamental puisqu'elle correspond au lieu où il passe une majeure partie de son temps, c'est sa principale communauté extrafamiliale (Cloutier, R. and S. Drapeau .2008).

Selon (Michaux .2000), la construction de l'identité des adolescents s'effectue autour de deux pôles ; le pôle narcissique et le pôle objectal :

- Le pôle narcissique concerne l'appropriation de son corps, d'une certaine maîtrise des émotions et les compétences réflexives. En fait, il s'agit de tous les mouvements qui permettent l'autonomisation des adolescents.
- Le pôle objectal, correspond à la nécessaire interdépendance avec autrui et à la capacité d'entretenir une relation avec l'autre.

L'EPS permet d'agir sur ces deux pôles.

2-1-4) Le Rôle d'un enseignant d'EPS :

Il est alors primordial de souligner le rôle important de l'enseignant face aux nombreuses problématiques que le cours d'EPS peut dégager. Entre autres, il doit gérer la mixité des cours et tous les problèmes.

Le rôle de l'enseignant sur l'engagement des adolescents dans les pratiques sportives d'EPS

PARTIE THEORIQUE

ne soit pas le sujet de ce travail de mémoire, il est tout de même intéressant de préciser que pour stimuler l'apprentissage des élèves, le rôle de l'enseignant est important puisqu'il peut intervenir dans la mise en place d'un climat de classe positif au travail. (Cloutier, R. and S. Drapeau. 2008).

Pour (Ridley et Wahlter. 1995), il est nécessaire pour l'enseignant de répondre à cinq besoins de l'élève pour favoriser son apprentissage :

- La sécurité émotionnelle (être respecté et oser dire qu'on ne sait pas).
- Le plaisir d'apprendre des contenus pertinents.
- La confiance en soi au travers d'un sentiment de compétence (le sentiment de pouvoir Réussir ce qui est demandé).
- Le sentiment d'appartenance au milieu (le sentiment d'être accepté parmi les siens).
- Le pouvoir d'influer sur ce qu'il arrive.

Il est évident que la confiance en soi ainsi que le sentiment d'être accepté et respecté influera positivement sur l'estime de soi et l'image corporelle des adolescents.

3)Engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS.

3-1) L'engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS : question de motivation :

Famose (2001) définit la motivation comme « un processus de décision qui consiste à affecter les ressources personnelles de temps, d'énergie, de talent, et parfois d'argent (dans le cas d'activités physiques de loisirs) à différentes APS (activité physique sportive) ou à différentes tâches afin de maximiser l'obtention d'affects positifs et afin de minimiser l'obtention d'affects négatifs ».

Selon (Famose .2001), la motivation se caractérise par trois composantes :

- Le processus cognitif qui fait référence à la notion de but,
- Le processus affectif qui correspond aux réactions émotionnelles positives déclenchées
Par les progrès vers un but recherché ou l'atteinte de ce but,

PARTIE THEORIQUE

- L'investissement personnel qui caractérise la composante principale de la Motivation.

Pour (Maher et Braskamp. 1986), la motivation peut être définie comme un investissement personnel.

La motivation de l'élève se traduit par ces comportements motivationnels qui sont en fait des indicateurs de l'investissement personnel et sont décrit dans le tableau suivant (Famose 2001) :

Tableau 2 : les principaux facteurs de l'investissement personnel (Famose. 2001)

La direction	choix	Fait par un élève (ou par un pratiquant) de s'investir dans une activité physique et sportive ou dans une tâche motrice particulière lorsque d'autre APS (ou d'autre tâche alternatives s'offrent a lui)
L'intensité	Quantité de ressources	(énergétiques et cognitives) effectué par le pratiquant a la réalisation d'une tâche motrice ou a la pratique d'une APS
La persévérance	tendance	A continuer ou a s'acharner dans une direction donnée, pendant une période de temps plus ou moins grande , malgré les difficultés rencontrées
La motivation continuée	tendance	A retourner vers une activité ou vers une tâche en dehors du contexte initial dans lequel les sujets ont initialement effectuées

Dans ce mémoire professionnel, l'engagement au cours d'EPS se définit comme l'investissement personnel des élèves à s'engager dans l'activité sportive dont les principaux indicateurs sont la direction, l'intensité, la persévérance et la motivation continuée. Ce sont ces indicateurs qui nous permettront d'évaluer l'engagement des adolescents au cours d'EPS.

PARTIE THEORIQUE

3-2) Les orientations motivationnelles en EPS : la rosace des sens :

Les motivations de pratique des adolescents sont diverses. (Kurz .1995) a créé la rosace des sens qui permet de regrouper les orientations motivationnelles des adolescent(e)s en EPS :

Tableau 3 : la Rosace des sens (Kurz.1995).

Se sentir bien être en forme et en bonne santé	Se mouvoir en harmonie et en équilibre
Participer et appartenir	Coopérer, collaborer entreprendre un projet commun, développer un sentiment d'appartenance au groupe
Rechercher le défi et rivaliser	Se confronter a soi- même aux autres et a l'environnement
Expérimenter ,découvrir et apprendre	Enrichir son répertoire moteur acquérir des savoirs et des compétences
Créer et s'exprimer	Utiliser le mouvement comme moyen d'expression et de communication
S'entraîner et accomplir des performances	Réaliser des performances ,éprouver ses limites, répéter pour s'améliorer

La rosace des sens est souvent un outil précieux à la disposition du l'enseignant, ceci pour comprendre le sens que ses élèves donnent à l'activité sportive proposée et les motivations qui les animent. Cette rosace comprend 6 thématiques qui reflètent le sens que les élèves donnent à l'activité sportive en EPS. Il s'agit de :

PARTIE THEORIQUE

1)Se sentir bien, être en forme et en bonne santé : Ce sont les élèves qui recherchent au travers de l'EPS un état de bien-être physique, psychique et/ou social. Par conséquent, ils recherchent notamment le développement d'une image corporelle de soi positive.

2)Expérimenter, découvrir et apprendre : Apprendre et faire la démonstration de sa compétence est une des motivations de tous être humains. L'estime de soi et l'image corporelle seront renforcées en cas de réussite.

3)Créer et s'exprimer : Ce sont les élèves qui favorisent la création, l'expression et l'autonomie dans leur pratique sportive en EPS. Ici, le corps est directement sollicité tant comme moyen d'expression que de création. L'insatisfaction corporelle peut donc être influent dans l'engagement à des pratiques qui sollicitent cette thématique comme la danse par exemple.

4)S'entraîner et accomplir des performances : Ici, les élèves tendent vers l'amélioration d'un résultat et/ou d'une qualité d'exercice.

5)Rechercher le défi et rivaliser : Cette thématique correspond aux élèves qui sont 20 Motivés à pratiquer pour se comparer et être en compétition avec les autres ou soi-même.

6)Participer et appartenir (collaborer – coopérer) : Cette thématique correspond à l'aspect social de la pratique sportive et aux élèves qui ressentent le besoin de participer à une activité collective et d'appartenir à un groupe. Cette entrée, qui vise la socialisation, est aussi l'un des enjeux de la scolarité qui peut être travaillée au travers de l'EPS par des activités de collaboration, de coopération et de communication et qui répond à un besoin Important de l'adolescent.

Cette rosace des sens illustre la diversité des orientations motivationnelles des adolescentes au cours d'EPS. Par ailleurs, la motivation des élèves sera d'autant plus importante si elle est intrinsèque et nait d'un intérêt personnel, plutôt que lorsqu'elle est extrinsèque et dirigée par des résultats qui en découlent.

Dans ce mémoire, nous identifierons les orientations motivationnelles des adolescents selon la rosace des sens. Ceci permettra à l'enseignant d'EPS de mieux cibler les besoins des élèves insatisfaits de leur corps.

PARTIE THEORIQUE

4) L'estime de soi et Insatisfaction corporelle :

L'estime de soi correspond à une valeur affective du concept de soi. Elle est décrite par (Rosenberg.1979) comme « une attitude favorable ou défavorable envers soi-même. Il s'agit à la fois de croyances, d'attitudes et de sentiments que les individus ont d'eux mêmes » (Filaire, E.M. Rouveix, et al. 2008).

Le développement ou le maintien de l'estime de soi correspond à une des préoccupations principales des pratiquants de club ou de cours d'EPS. (Famose, J.-P.2001).

Une recherche menée auprès de lycéens français a étudié l'association entre l'estime de soi et l'insatisfaction corporelle des adolescentes. Les résultats ont montré que l'insatisfaction corporelle est associée à une faible estime de soi (Dany, L. and M. Morin .2010).

A l'adolescence, l'apparence physique est un domaine très important et très fortement corrélé avec l'estime de soi. Comme (Cloutier et al .2008) le précise, « l'image corporelle est une des composantes les plus importantes de l'estime de soi durant cette période (l'adolescence) ».

4-1) Les stratégies motivationnelles pour les insatisfaits :

Il s'agit de stratégies motivationnelles que le sportif met en place.

Plus précisément les stratégies motivationnelles se définissent comme « les pensées et les comportements qui aident le sportif à négocier les conséquences affectives éprouvées dans ces situations sportives, et cette négociation peut influencer, par voie de conséquence, le niveau d'engagement cognitif et d'effort qu'il consacre à la réalisation de la tâche » (Famose, J.-P.2001).

Ces stratégies sont en lien avec l'estime de soi puisqu'elles régulent la motivation de l'élève par le maintien d'une image de soi positive et influencent l'investissement.

Selon Famose (2001), il existe quatre catégories de stratégies motivationnelles :

4-1-1) Celles qui sont au service de la valorisation de soi et de la protection de soi : La valorisation de soi consiste dans le fait « de maintenir une conception de soi la plus favorable possible ».

PARTIE THEORIQUE

4-1-2) Celles qui sont au service du perfectionnement de soi : Cette catégorie fait référence au fait de « se rapprocher au plus près de ce qu'on aimerait idéalement être »

4-1-3) Celles qui sont au service de la connaissance de soi : Elles concernent « le choix de la difficulté de la tâche » (Famose 2001, p.39).

4-1-4) Celles qui concernent des combinaisons de stratégies : Par exemple, les stratégies d'auto-handicap permettent « d'atteindre, avec le même comportement, à la fois le but de protection de soi et celui de valorisation de soi » (Famose .2001).

4-2) L'insatisfaction corporelle comme un obstacle à l'engagement dans la pratique sportive en EPS ?

L'importance que joue l'estime de soi dans le comportement motivationnel des élèves et leur investissement personnel à la pratique, il est possible de penser que l'image corporelle soit également influente.

Une étude a été menée auprès de 2018 élèves de la 5^{ème} à la 8^{ème} afin d'identifier les caractéristiques des étudiants ainsi que les facteurs pédagogiques qui ont un impact sur l'engagement dans le cours d'éducation physique. Les résultats montrent que l'engagement des élèves est directement affecté par la compétence perçue des élèves, et indirectement affecté par l'image corporelle des élèves (Bevans, K., L.-A. Fitzpatrick et al.2010).

Une autre recherche s'est intéressée à l'activité physique et l'image corporelle de taïwanaises (13 – 16 ans) présentant un surpoids ou une obésité. Leurs résultats ont montré que l'image corporelle joue un rôle prépondérant dans le développement de la motivation et dans l'engagement des adolescentes obèses ou en surpoids à pratiquer une activité physique (Chen, L.-J., K. R. Fox, et al.2010).

PARTIE METHODOLOGIQUE

1) Problématique de l'étude :

La motivation sportive est un élément primordial de l'enseignement en EPS. En effet, tout bon professeur doit s'attendre à un manque de motivation et d'engagement de la part de ses élèves. Ainsi, lutter contre la démotivation devient l'objectif principal de nombreux professeurs d'EPS. Toutefois, identifier et comprendre les liens qui existent entre l'adolescence et la motivation sportive est une tâche complexe.

Dans ce travail, on a choisi d'orienter notre recherche sur l'étude de liens entre l'indice de masse corporelle et l'insatisfaction corporelle ainsi que le lien entre l'insatisfaction corporelle chez les adolescents et l'engagement dans la pratique sportive (cours d'EPS).

Ce choix s'est opéré parce qu'à l'adolescence les changements corporels sont perturbateurs pour l'élève et l'amène souvent à ressentir une insatisfaction corporelle. Se mal-être corporel naissant laisse souvent place à une gêne et une peur de se montrer et d'être vu. Les adolescents doivent pouvoir se réapproprier leur nouveau corps. Pourtant, et ceci malgré les nombreux bienfaits de l'EPS pour le développement et l'épanouissement de l'individu, il est possible qu'une séance d'EPS soit un lieu craint de certains adolescents. En effet, c'est un lieu où le physique est vu et joue un rôle important puisqu'il est l'acteur principal de la discipline, ceci alors que les adolescents vivent une période de gênes et d'interrogations face à leur propre corps (Cloutier, R et al.2008).

Ainsi, peut-on croire qu'un lien existe entre l'insatisfaction corporelle ressentie à l'adolescence et l'engagement des élèves au cours d'EPS ? Plus précisément, est-ce que les transformations pubertaires ont des effets négatifs sur l'engagement des élèves au cours d'EPS ? Peut-on affirmer que c'est un frein à l'engagement dans la pratique de l'EPS ? Mais alors, quels types d'activités sportives et quelles orientations motivationnelles privilégient les adolescents insatisfaits de leur corps ?

PARTIE METHODOLOGIQUE

2) Les Hypothèses :

Les hypothèses de ce travail sont les suivantes :

- Il existe un lien entre l'indice de masse corporelle (IMC) et l'insatisfaction corporelle : plus l'IMC est élevé, plus l'insatisfaction corporelle est élevée.
- Les élèves insatisfaits de leur corps se dirigent vers des sports « non vus et non jugés » comme les sports collectifs, plus que les sports athlétiques (individuel) qui sont des sports où l'apparence corporelle joue un rôle plus important.
- Il existe un lien entre l'insatisfaction corporelle et l'engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS : plus l'insatisfaction corporelle est élevée, moins les adolescents s'engagent dans la pratique sportive en EPS.
- Il existe un lien entre l'insatisfaction corporelle et les orientations motivationnelles en EPS « se sentir bien, être en forme et en bonne santé »

3) Objet d'étude :

Ce travail de mémoire met en lien l'insatisfaction corporelle des adolescents avec leur engagement dans la pratique sportive au cours d'EPS. Ceci permettra de cibler les activités sportives susceptibles de motiver au mieux les adolescents en mal-être physique.

4) Les objectifs de recherche :

- Identifier le lien entre IMC et insatisfaction corporelle des adolescents.
- Identifier les liens entre l'insatisfaction corporelle et l'engagement dans la pratique sportive au cours d'EPS.
- Identifier les orientations motivationnelles des adolescents insatisfaits de leur corps ainsi que les activités sportives qu'ils privilégient.

5) La méthodologie de recherche.

PARTIE METHODOLOGIQUE

5-1) Echantillon :

Cette étude a été réalisée au cycle secondaire, L'échantillon constitue 4 classes, 2 pour chaque lycée

L'âge des élèves s'étend entre 15_18 ans (la majorité)

5-2) Les variables de recherche :

- Les Variables indépendantes :
 - Indice de masse corporelle.
 - L'insatisfaction corporelle.
- Variable dépendant :
 - L'engagement dans la pratique sportive en EPS

5-3) Les domaines d'études :

Domaine spatial :

- ❖ Lycée el-Hammadia (polyvalent) Bejaia
- ❖ Lycée chouhada annani Bejaia

Domaine temporel :

Année d'étude 2018/2019

5-4) Outil de recueil de données :

Cette étude s'effectuera par un questionnaire et fera l'objet d'une étude statistique.

Nous avons travaillé avec un questionnaire qui a été pris d'un Mémoire professionnel, Fait par Allain Mélanie encadré par Lentillon-Kaestner Vanessa sous le titre d'Insatisfaction corporelle et engagement dans la pratique sportive en EPS. Cette étude a été faite en Suisse à l'établissement de Cugy et environ en 2013, après on a su adapté ce questionnaire par rapport à la nature de notre société et précisément notre échantillon.

Le questionnaire, est anonyme et comprend les parties suivantes :

1. Ton engagement dans la pratique sportive.

PARTIE METHODOLOGIQUE

2. Ton rapport au corps.
3. Tes données personnelles.

- Partie A : ton engagement dans la pratique sportive :

Cette partie comprend des questions sur :

- la pratique sportive en générale et en EPS.
- les orientations motivationnelles des adolescents évaluées grâce à la rosace des sens
- l'engagement dans la pratique sportive en EPS.

- Partie B : ton rapport au corps :

Pour évaluer le rapport au corps des élèves nous avons utilisé un questionnaire psychologique validé : « The Body Shape Questionnaire » (BSQ-8c) a été mesuré par (Evans et Dolan .1993) en anglais et par (rousseau, et al. 2005) en version française, mais nous, nous avons utilisé 6 questions pour respecter les confidentialités de notre échantillon.

Chaque participant répond aux 6 questions par une échelle de Likert à correspond à « toujours ». Plus le score total est élevé et plus l'apparence physique perçue est négative.

Bien que ce questionnaire ne propose pas de catégorisations selon les scores totaux obtenus, nous avons décidé de grouper nos répondants en 3 catégories selon leur résultat, présentant ainsi un angle d'analyse complémentaire.

Les 3 catégories regroupent sur le tableau :

Tableau 4 : catégories de satisfaction corporelle des élèves selon leurs résultats de notre 6

PARTIE METHODOLOGIQUE

question par apport aux résultat total de BSQ-8C (rousseau, et al. 2005)

catégorie	résultat total de « BSQ- 8C »	résultat total de notre 6 question
Les adolescents ne souffrent pas d'insatisfaction corporelle (pas d'insatisfaction corporelle)	8-21 16%-44%	16%-44% 6-15
<input type="checkbox"/> Celles qui dénotent une légère insatisfaction corporelle <input type="checkbox"/> (légère insatisfaction corporelle)	22-35 45%-73%	45%-73% 16-26
<input type="checkbox"/> Celles qui souffrent d'insatisfaction corporelle <input type="checkbox"/> (Insatisfaction corporelle)	36-48 74%-100%	74%-100% 27-36

- Partie C : tes données personnelles :

Cette partie, tout en garantissant l'anonymat des sujets, permet de recueillir des informations quant à l'âge, la taille et le poids (réel et désiré). Il sera ainsi calculé l'IMC.

L'analyse de ce questionnaire a permis de répondre à la problématique de ce travail de recherche et d'en valider (ou rejeter) les hypothèses posées, et pour cela nous avons fait une analyse qualitative et quantitative avec un logiciel de statistique (Excel).

5-5) Procédure recueil de données :

Le questionnaire est anonyme et s'effectue en 10 minutes. Il est important pour la validité des résultats que les adolescents répondent aux questions de manière autonome et en toute franchise. C'est pourquoi, on aimerait distribuer le questionnaire dans un endroit calme et en insistant sur l'importance d'y répondre seul.

- 5-6) Analyse de données :*** Pour analyser les résultats obtenus, nous avons utilisé un logiciel de statique (Excel) pour effectuer des statistiques descriptives (moyenne, test student, khi2...).

PARTIE PRATIQUE

1)Caractéristique générale de l'échantillon :

Nous avons distribué notre questionnaire a 135 élèves :

- 76 à lycée El-Hammadia (Polyvalent) Bejaia
- 59 à lycée Ananni Bejaia

40 questionnaires ne sont pas bien répondus donc notre échantillon composé de 95 élèves (n=95) :

- 54 filles (nF=54)
- 41 garçons(ng=41)

Le questionnaire distribué à 3 classe de 2ème année scientifique et 1 classe de 1 er année scientifique et la répartition selon leur âge est la suivante :

Tableau 5 : Répartition des élèves selon leur âge et sexe.

Sexe	âge	Moins de 16 ans	16ans-17ans	Plus17 ans	total
Filles		05	42	07	54
Garçons		03	28	10	41
Total		08	70	17	95

- la majorité des élèves (70) sont entre 16-17ans

-08 sont moins de 16 ans.

-17 sont plus de 17 ans.

PARTIE PRATIQUE

2) Indice de masse corporelle :

Nous avons calculé la moyenne de poids actuel et idéal et la moyenne de taille et l'indice de masse corporelle (chercher) :

Tableau 6 : Répartition des élèves selon leur poids, tailles et IMC.

Sexe indice	Moyenne de poids actuel(kg)	Moyenne de poids idéal(kg)	Moyenne de taille(m)	Moyenne de IMC
Filles(54)	54,1	52,6	1,56	22,13
Garçons(41)	58,4	57,1	1,63	21,06
Total(95)	55,9	54,5	1,59	22,09

-Dans notre échantillon en général nous avons observer que la moyenne de poids actuel(55,9kg) est plus élevée que la moyenne du poids idéal (54.5kg), Donc un écarte de (1,4kg).

-chez les filles nous avons observer que moyenne de poids actuel(54,1kg) est plus élevée que moyenne de poids idéal (52,6kg), écarte de (1,5kg)

-chez les garçons nous avons observer que moyenne de poids actuel(58,4kg) est plus élevée que moyenne de poids idéal (57,1kg). Donc écarte de (0,5kg).

- nous avons observer que la moyenne de IMC est classée dans la catégorie normal.

3) L'insatisfaction corporelle :

Pour évaluer le rapport au corps des élèves nous avons utilisé « Body Shape Questionnaire » (ou BSQ- 8c) (Rousseau, et al. 2005)) mais nous, nous avons utilisé 6 questions pour respecter les confidentialités de notre échantillon.

Nous avons classé les élèves en 3 catégories selon leur score au BSQ-8c, ceci pour avoir un autre angle d'analyse de nos résultats. Les résultats sont les suivants :

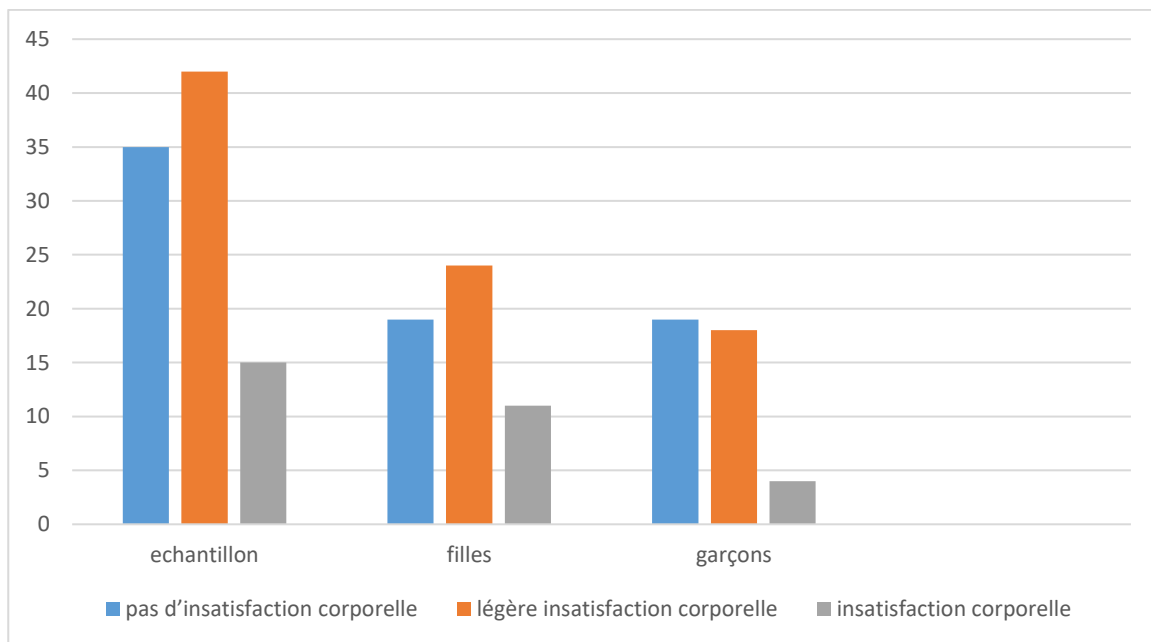
PARTIE PRATIQUE

Tableau 7 : Catégories de satisfaction corporelle des élèves selon leur sexe.

catégorie	pas d'insatisfaction corporelle	légère insatisfaction corporelle	insatisfaction corporelle	total
Filles	19(35,2%)	24(44,5%)	11(20,3%)	54(100%)
Garçons	19(46,3%)	18(44%)	04(9,7%)	41(100%)
Total	38(40,4%)	42(44,2%)	15(15,7%)	95(100%)

Les résultats montrent que sur la totalité des élèves (n=95) :

- 38 sont satisfaits de leur corps soit 40,4% de notre échantillon.
- 42 dénotent une légère insatisfaction corporelle soit 44,2% de nos élèves.
- 15 souffrent d'insatisfaction corporelle, soit 15,7% de notre échantillon.



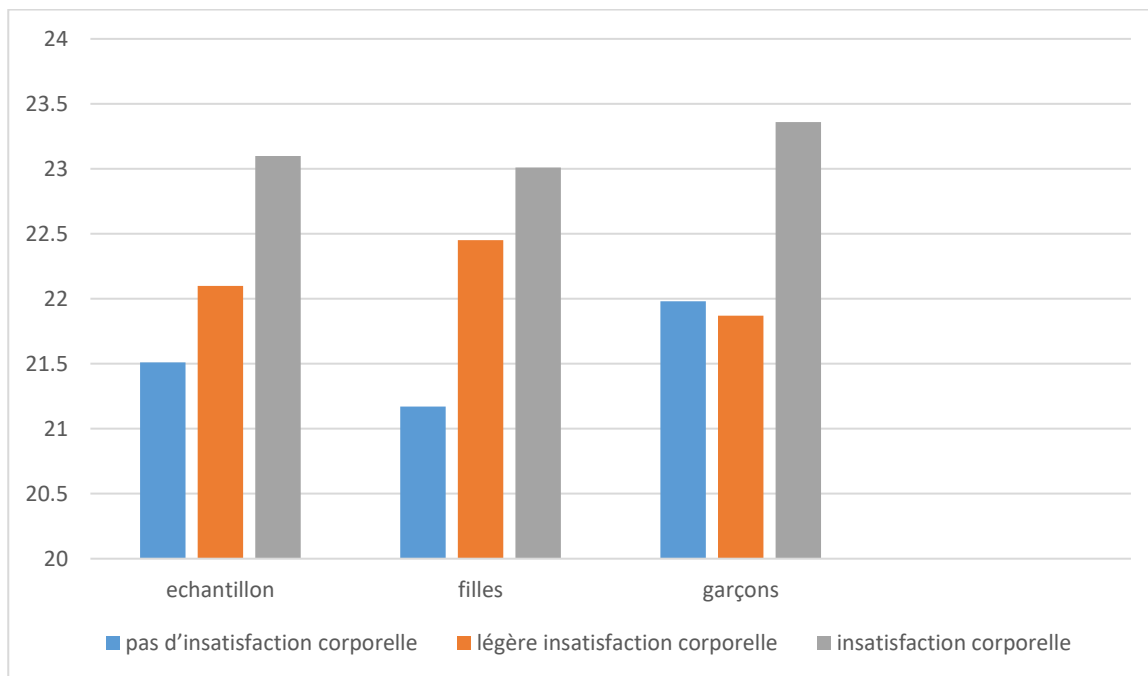
Graphique1 : Catégories de satisfaction corporelle des élèves selon leur sexe.

PARTIE PRATIQUE

3-1) Liens entre l'insatisfaction corporelle et IMC :

Tableau 8 : IMC des élèves selon leurs catégories de satisfaction.

catégorie	pas d'insatisfaction corporelle	légère insatisfaction corporelle	insatisfaction corporelle	total
Filles	21,17(19)	22,45(24)	23,01(11)	22,13(54)
Garçons	21,98(19)	21,87(18)	23,36(4)	22,06(41)
total	21,51(38)	22,1(42)	23,10(15)	22,09(95)



Graphique 2 : IMC des des élèves selon leur catégorie de satisfaction corporelle.

Chez ces 15 élèves qui souffrent d'insatisfaction corporelle, il a été observé :

- un IMC moyen de (23,1) ce qui est plus élevé que l'IMC moyen de L'ensemble de notre échantillon (M=22,09)

PARTIE PRATIQUE

Chez les 11 filles qui souffrent d'insatisfaction corporelle, il a été observé :

- un IMC moyen de 23,01 ce qui est plus élevée que l'IMC moyen de L'ensemble des filles de notre échantillon (M=22,13)

Chez les 04 garçons qui souffrent d'insatisfaction corporelle, il a été observé :

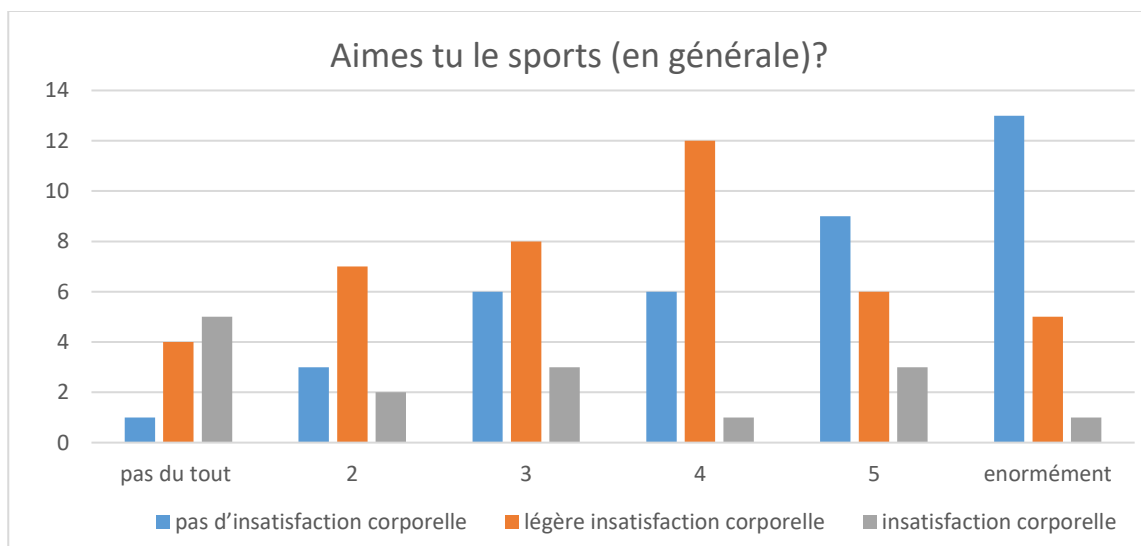
- un IMC moyen de 23,36 ce qui est plus élevé que l'IMC moyen de L'ensemble des garçons de notre échantillon (M=22,06)

malgré que IMC es insatisfaits est plus élevée que les autres dans les trois cas ,les résultats du Test de khi2 démontre que (khi2 cal=0,02) inferieur que le(khi2 tab=5,99)(ddl=2/ α =0,05)),donc aucune corrélation significative n'a été faite entre l'insatisfaction corporelle et l'indice de masse corporelle (IMC),Il n'est donc pas possible d'affirmer que plus l'IMC est élevée ,plus d'insatisfaction corporel .

4)La pratique sportive :

4-1) Le rapport à l'activité sportive :

Le rapport des élèves face à la pratique sportive (sport en général et EPS) est illustré dans les schémas suivant :



Graphique 3 : Représente les réponses des élèves au question : aimes-tu le sports (en générale) ?

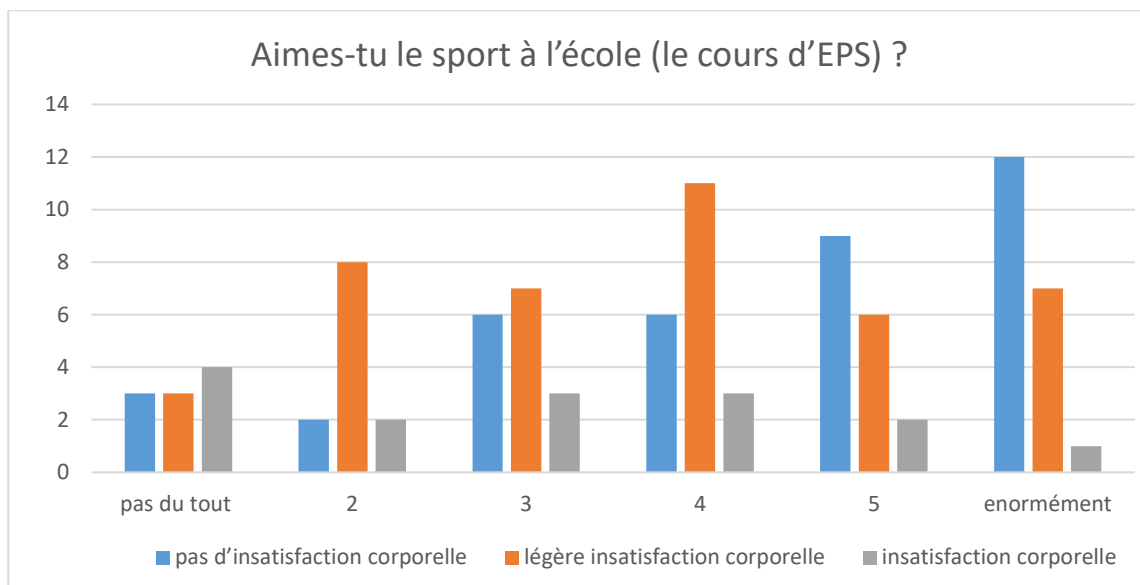
PARTIE PRATIQUE

Tableau9 : Représente les résultats de test student a propos : aimes-tu le sports (en générale) ?

Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	Signification
3,9	2,9	2,137	108	0,05	1,98	significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponses dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 3,9$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($X_i=2,9$), LA Moyenne échantillon Elle est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=2,137$) Supérieur que le($T_{tab}=1,98$)($ddl=108/\alpha+0,05$) , donc il existe une tendance significative entre l'insatisfaction corporelle et le fait d'aimer le sport en général .

Donc possible d'affirmer que moins les élèves sont satisfaits de leur corps et plus ils aiment l'activité sportive en général.



Graphique 4 : Représente les réponses des élèves au question : Aimes-tu le sport à l'école (Le cours d'EPS) ?

PARTIE PRATIQUE

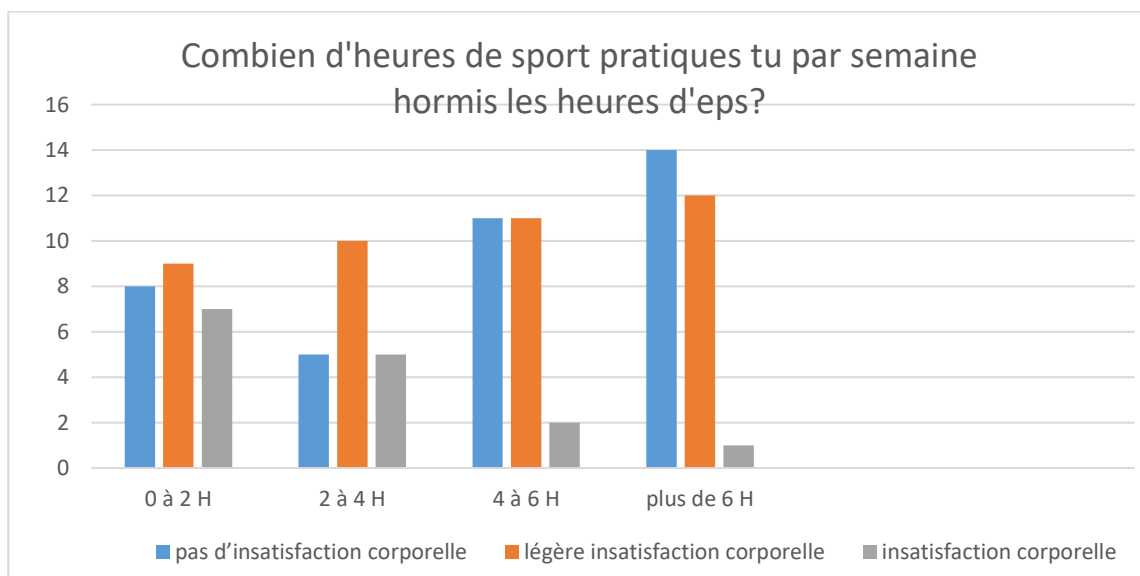
Tableau10 : Représente les résultats de test student a propos : Aimes-tu le sport à l'école ?

Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	signification
3,9	3	1,905	108	0,05	1,98	N.significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponses dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 3,9$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($X_i=3$), malgré que la Moyenne échantillon est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=1,905$) inférieur que le($T_{tab}=1,98$)($ddl=108/\alpha+0,05$), Aucune corrélation significative n'a été faite entre l'insatisfaction corporelle et le fait le fait d'aimer l'EPS, Il n'est donc pas possible d'affirmer que plus les élèves sont satisfaits de leurs corps et plus ils aiment l'EPS.

4-2) La quantité de pratique sportive (hormis EPS)

La quantité de pratique sportive effectuée par notre échantillon est représenté dans le schéma suivant :



Graphique 5 : Représente les réponses des élèves au question : combien d'heures de sport pratiques tu par semaine hormis les heures d'EPS ?

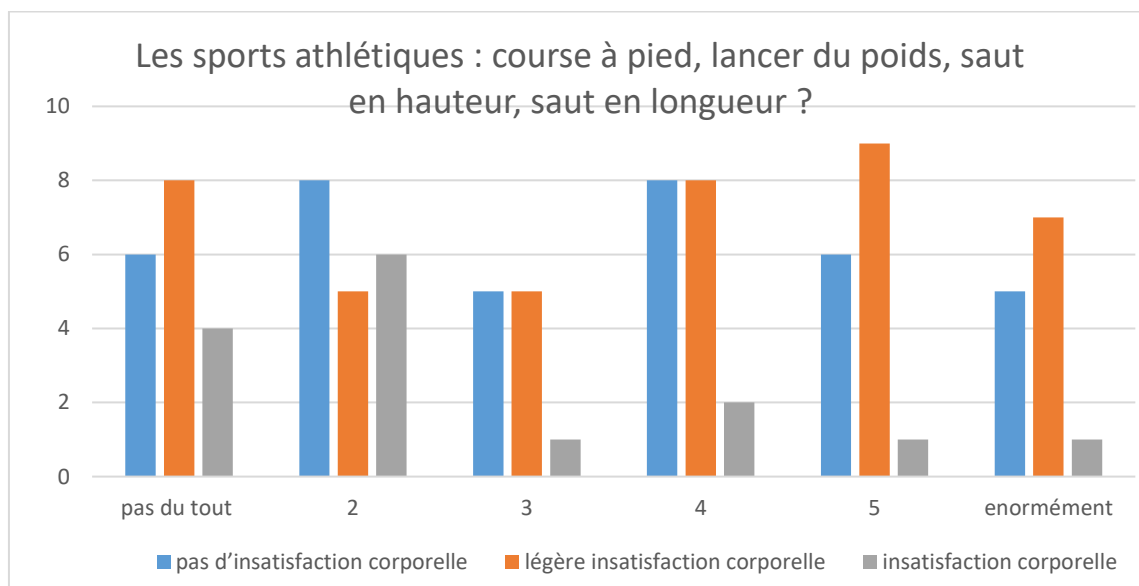
PARTIE PRATIQUE

Tableau11 : Représente les résultats de test student a propos : combien d'heures de sport pratiques tu par semaine hormis les heures d'EPS ?

Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	Signification
2,6	1,8	2,449	108	0,05	1,98	significative

La quantité de sport moyenne pratiquée par notre échantillon(95) total est de ($X\bar{e}=2,6h$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($X_i=1,8h$) LA Moyenne échantillon Elle est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits ,les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=2,449$) Supérieur que le ($T_{tab}=1,98$)($ddl=108/\alpha+0,05$), il existe un lien entre l'insatisfaction corporelle et la quantité de pratique sportive effectuée en dehors des cours d'EPS , Il est possible d'affirmer que plus les élèves sont satisfaits de leur corps et plus ils s'entraînent en dehors des cours d'EPS.

4-3) Le type de sport pratiqué/préfééré :



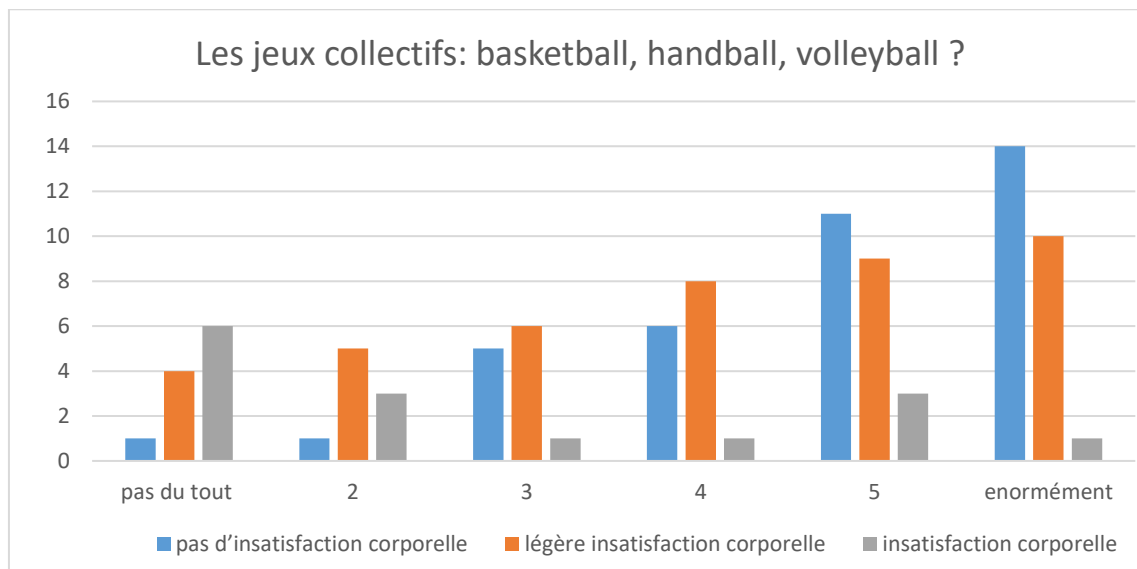
Graphique 6 : Représente les réponses des élèves au question : le type de sport préféré (les sports athlétiques) ?

PARTIE PRATIQUE

Tableau 12 : représente les résultats de test student a propos : de type de sport préféré (les sports athlétiques) ?

Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	signification
3,3	2,5	1,737	108	0,05	1,98	N,significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponses dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 3,3$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($Xi2,5$), malgré que la Moyenne échantillon est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($Tcal=1,737$) inférieur que le($Ttab=1,98$)($ddl=108/\alpha+0,05$), Aucune corrélation significative n'a été faite entre l'insatisfaction corporelle et le fait d'aimer les sports athlétiques, Il n'est donc pas possible d'affirmer que plus les élèves sont satisfaits de leur corps et plus ils aiment les sports athlétiques.



Graphique 7 : qui représente les réponses des élèves au question : le type de sport préféré ?(les sports collectives)

PARTIE PRATIQUE

Tableau13 : Représente les résultats de test student a propos : du type de sport préféré (les jeux collectives).

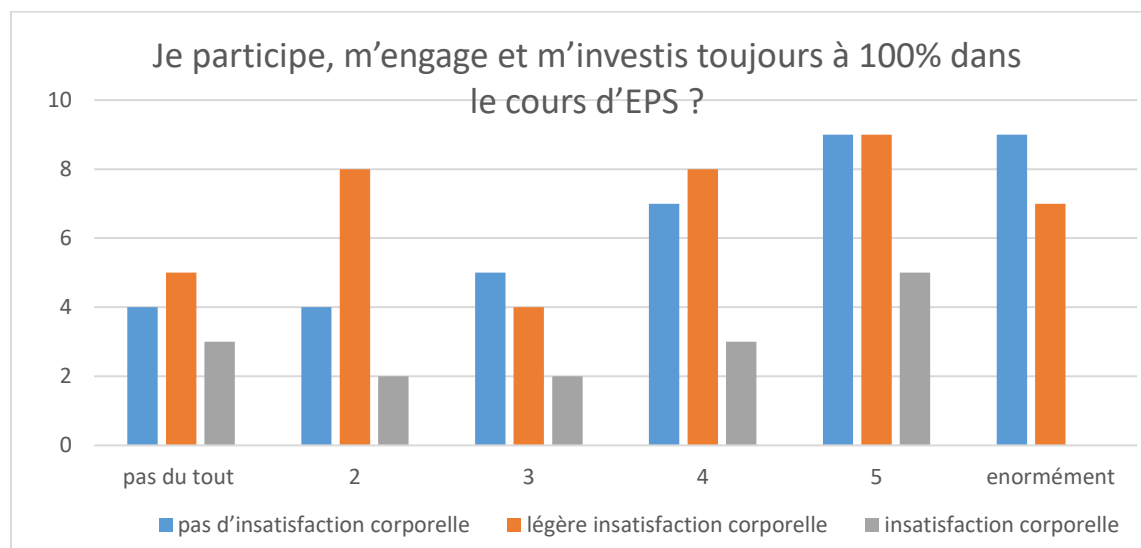
Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	signification
4,1	2,7	3,017	108	0,05	1,98	significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponses dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 4,1$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($X_i=2,7$), malgré que la Moyenne échantillon est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=3,017$) supérieur que le($T_{tab}=1,98$)($ddl=108/\alpha+0,05$), donc il existe une corrélation significative faite entre l'insatisfaction corporelle et le fait d'aimer les sports collectifs (les jeux) donc pas possible d'affirmer que plus les élèves sont satisfaits de leur corps et plus ils aiment les sports collectifs (les jeux).

4-4) L'engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS :

Pour mesurer l'engagement dans le cours d'EPS des insatisfaits nous avons comparé les résultats des élèves insatisfaits (15) par rapport a notre échantillon (95) de ces 5 items.

Les réponses des élèves selon les graphes suivant :



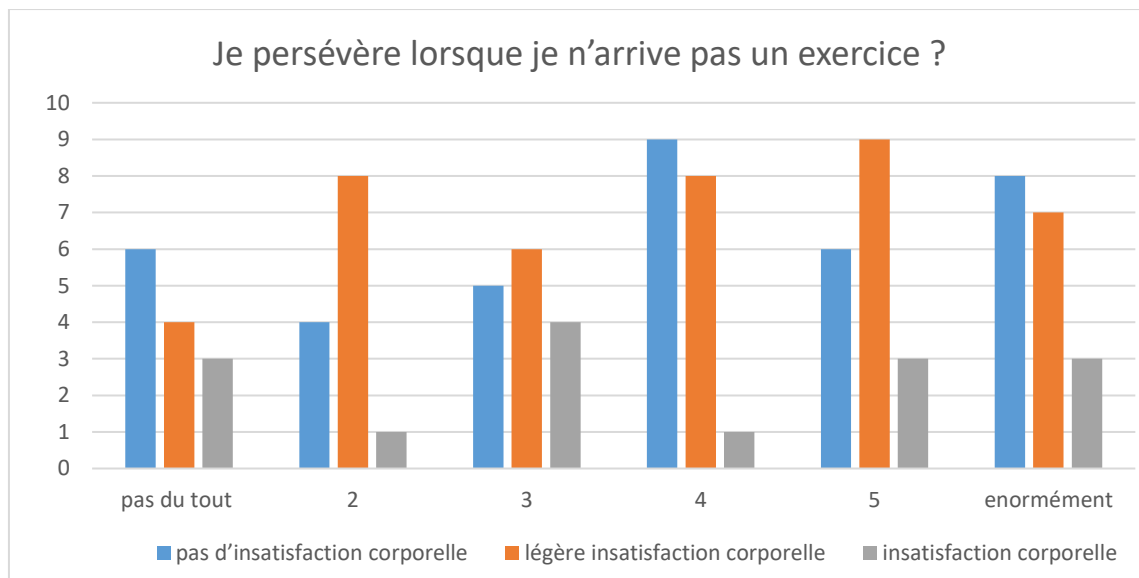
Graphique8 : Représente les réponses des élèves au question :de participation et l'engagement et l'investigation dans le cours d'EPS ?

PARTIE PRATIQUE

Tableau14 : Représente les résultats de test student a propos : de participation et l’engagement et l’investigation dans le cours d’EPS ?

Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	Signification
3,8	3,3	0,923	108	0,05	1,98	N,significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponses dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 3,8$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($X_i=3,3$), malgré que la Moyenne échantillon est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=0,923$) inférieur que le($T_{tab}=1,98$)($ddl=108/\alpha+0,05$), Aucune corrélation significative n’a été faite entre des élèves en général et les élèves insatisfaits dans la participation, l’engagement et l’investissement à 100% dans le cours d’EPS.



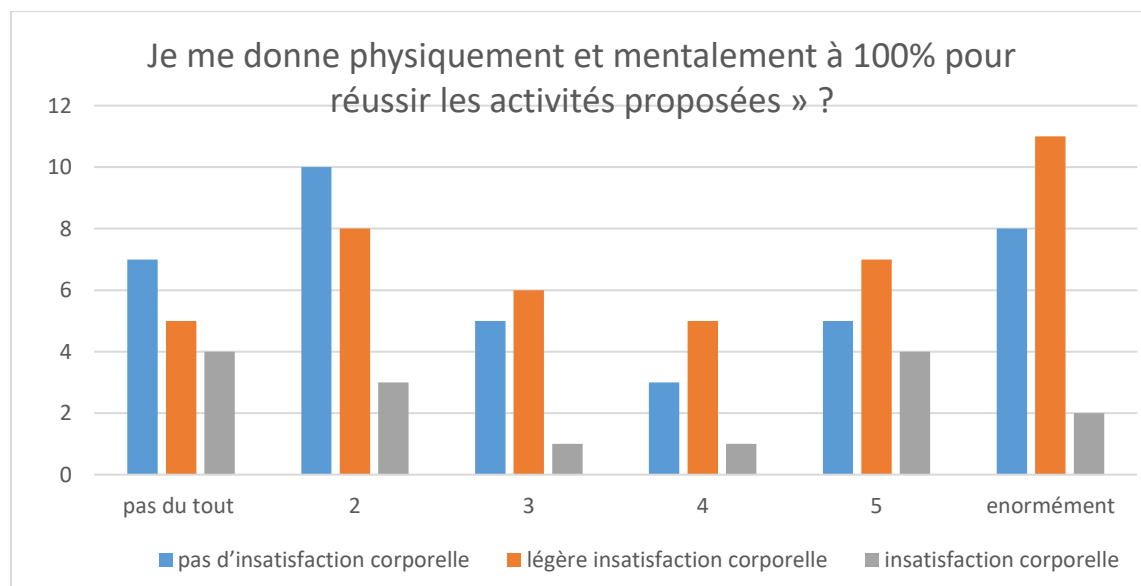
Graphique 9 : Représente les réponses des élèves au question :de préservation dans le cours d’EPS ?

PARTIE PRATIQUE

Tableau15 : Représente les résultats de test student a propos : de préservation dans le cours d'EPS ?

Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	signification
3,7	3,6	0,301	108	0,05	1,98	N,significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponses dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 3,7$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($X_i=3,6$), malgré que la Moyenne échantillon est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=0,301$) inférieur que le ($T_{tab}=1,98$)($ddl=108/\alpha+0,05$), Aucune corrélation significative n'a été faite entre des élèves en général et les élèves insatisfaits dans la persévérance pour réussir au cours d'EPS.



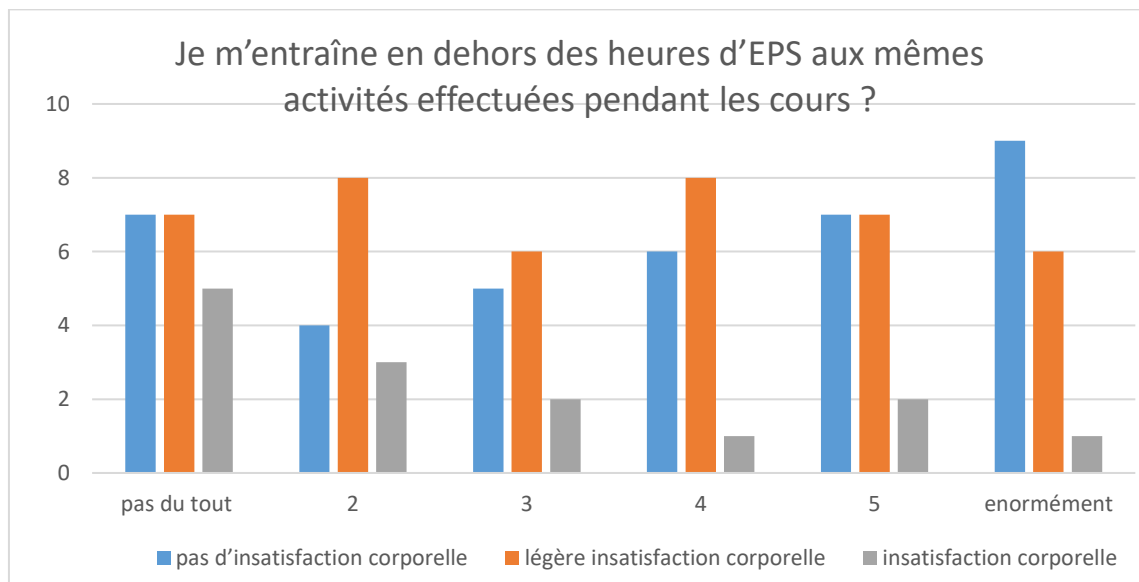
Graphique 10 : Représente les réponses des élèves au question :de l'engagement physique et mental dans le cours d'EPS ?

PARTIE PRATIQUE

Tableau16 : Représente les résultats de test student a propos : de l'engagement physique et mental dans le cours d'EPS ?

Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	Signification
3,5	3,2	0,444	108	0,05	1,98	N,significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponse dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 3,5$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($Xi=3,2$), malgré que la Moyenne échantillon est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($Tcal=0,444$) inférieur que le($Ttab=1,98$) ($ddl=108/\alpha+0,05$) , Aucune corrélation significative n'a été faite entre des élèves en général et les élèves insatisfaits dans l'engagement physique et mental pour réussir les activités proposée durant la séance d'EPS.



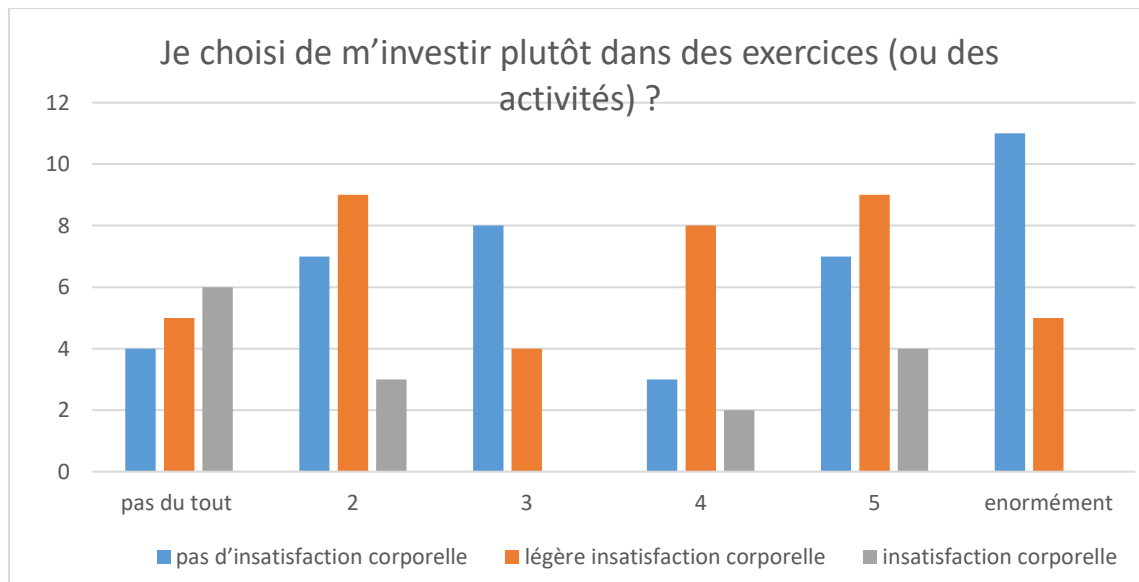
Graphique 11 : Représente les réponses des élèves au question :de la motivation à poursuivre les activités proposées dans le cours d'EPS ?

PARTIE PRATIQUE

Tableau17 : représente les résultats de test student a propos : de la motivation à poursuivre les activités proposées dans le cours d'EPS ?

Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	signification
3,6	2,9	1,317	108	0,05	1,98	N,significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponses dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 3,6$) et la moyenne des réponses des insatisfaits (15)est ($X_i=2,9$), malgré que la Moyenne échantillon est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=0,444$) inférieur que le ($T_{tab}=1,98$) ($ddl=108/\alpha+0,05$), Aucune corrélation significative n'a été faite entre des élèves en général et les élèves insatisfaits dans la motivation à poursuivre les activités proposées en dehors du cours d'EPS.



Graphique 12 : Représente les réponses des élèves au question :de la direction et le choix de la personne dans le cours d'EPS ?

PARTIE PRATIQUE

Tableau18 : Représente les réponses des élèves au question :de la direction et le choix de la personne dans le cours d'EPS ?

Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	Signification
3,5	2,6	1,800	108	0,05	1,98	N,significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponse dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 3,5$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($X_i=2,6$), malgré que la Moyenne échantillon est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=1,8$) inférieur que le($T_{tab}=1,98$)($ddl=108/\alpha+0,05$), Aucune corrélation significative n'a été faite entre des élèves en général et les élèves insatisfaits dans la direction et le choix de la personne de s'engager ou non dans certaines activités.

4-5) Lien entre l'insatisfaction corporelle et l'engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS :

Il n'existe pas de corrélation entre l'insatisfaction corporelle et les 5 critères de la motivation de Famose (2001).

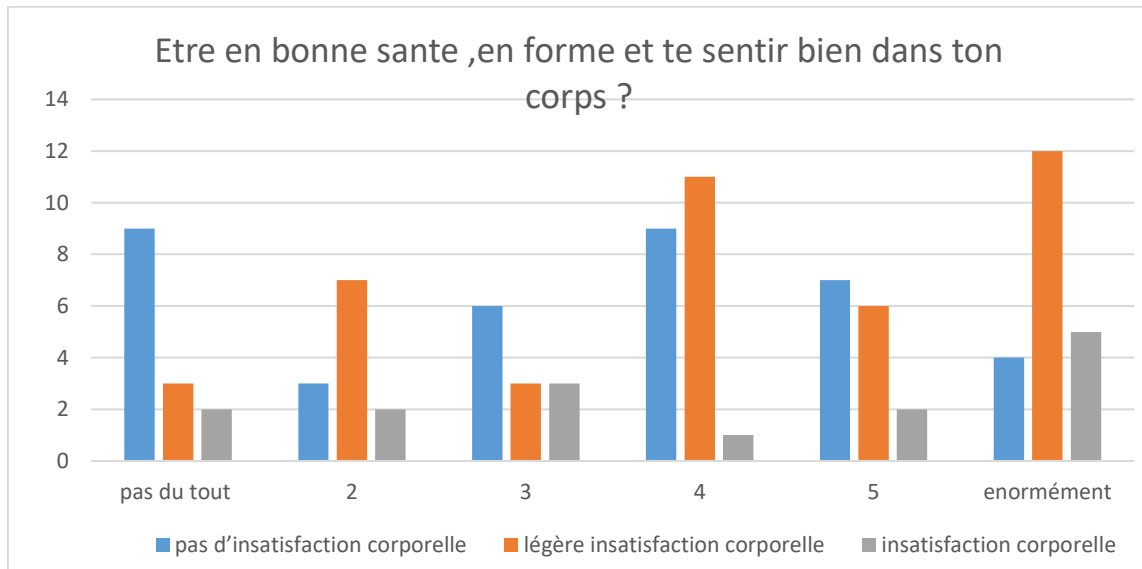
Il n'est donc pas possible d'affirmer qu'un lien existe entre l'insatisfaction corporelle et l'engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS pour l'ensemble de notre échantillon.

PARTIE PRATIQUE

5) Les orientations motivationnelles :

Les réponses des élèves sur chacune des questions relatives à l'orientation motivationnelle.

-au cours d'EPS à l'école, tu fais du sport pour ... ?



Graphique 13 : Représente les réponses des élèves au question :je pratique le sport au cours d'EPS pour être en bonne sante, en forme et me sentir bien dans mon corps ?

Tableau19 : Représente les réponses des élèves au question : je pratique le sport au cours d'EPS pour être en bonne sante, en forme et me sentir bien dans mon corps ?

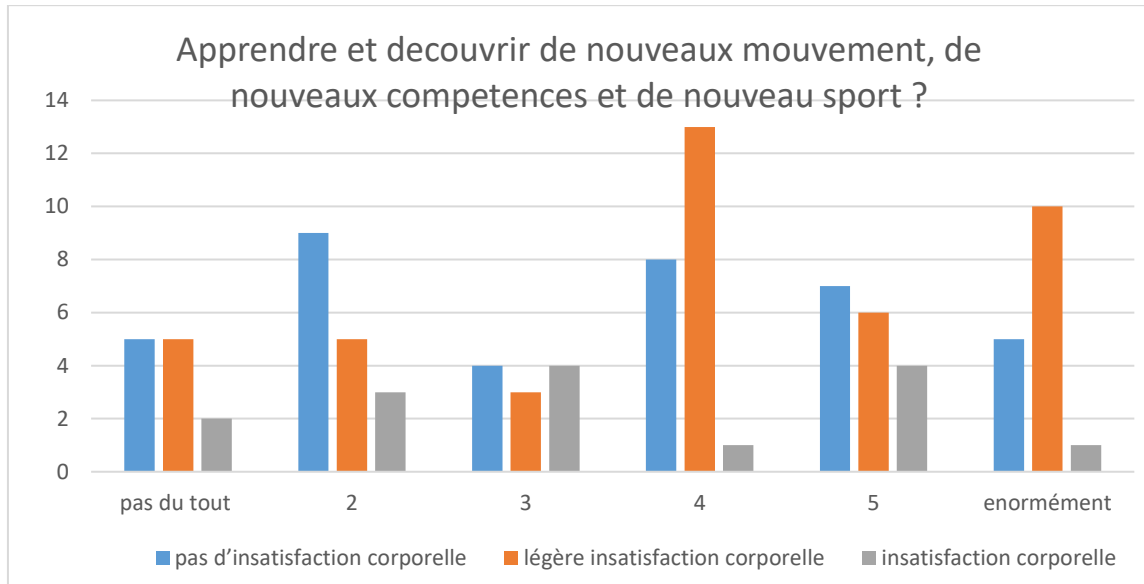
Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	Signification
3,8	4	0,327	108	0,05	1,98	N,significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponses dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 3,8$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($X_i=4$) , la Moyenne échantillon est moines que la moyenne des réponses des insatisfaits et les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=0,327$) inférieur que le($T_{tab}=1,98$)($ddl=108/\alpha+0,05$) , Aucune corrélation

PARTIE PRATIQUE

significative n'a été faite entre des élèves en général et les élèves insatisfaits a propos de se sentir bien, être en forme et en bonne santé au cours d'EPS à l'école.

-au cours d'EPS à l'école, tu fais du sport pour ... ?



Graphique14 : Représente les réponses des élèves au question :je pratique le sport au cours d'EPS pour apprendre et découvrir de nouveaux mouvement

Tableau20 : Représente les réponses des élèves au question : je pratique le sport au cours d'EPS pour apprendre et découvrir de nouveaux mouvement

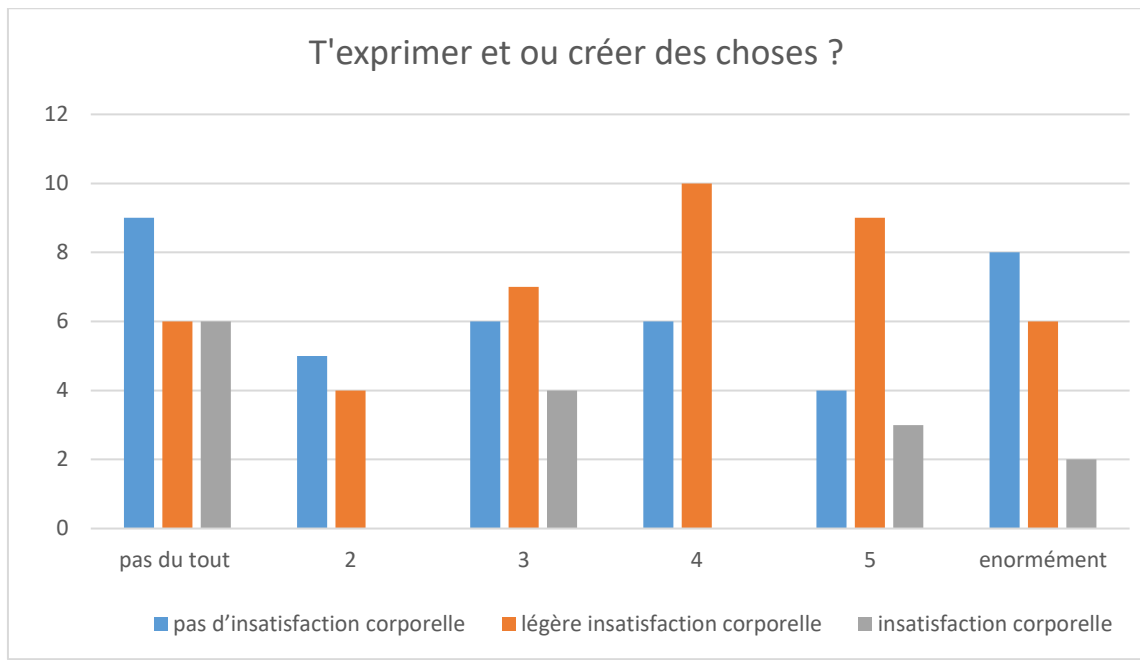
Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	signification
3,7	3,3	0,74	108	0,05	1,98	N,significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponse dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 3,7$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($X_i=3,3$), malgré que la Moyenne échantillon est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=0,74$) inférieur que le ($T_{tab}=1,98$)(ddl=108/ $\alpha+0,05$), Aucune

PARTIE PRATIQUE

corrélation significative n'a été faite entre des élèves en général et les élèves insatisfaits à la Expérimentation, découverte et apprentissage au cours d'EPS à l'école.

-au cours d'EPS à l'école, tu fais du sport pour ... ?



Graphique 15 : Représente les réponses a propos de : l'expression et ou création des choses

Tableau21 : Représente les réponses des élèves au question : l'expression et ou création des choses

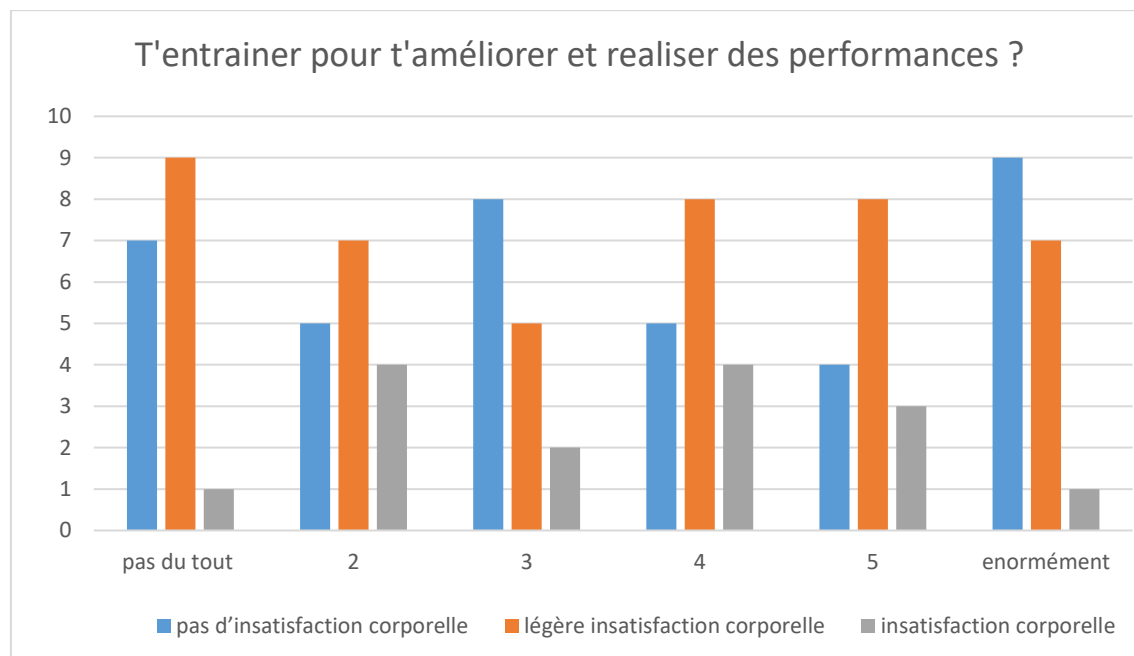
Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	Signification
3,5	2,9	1,089	108	0,05	1,98	N,significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponses dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 3,5$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($X_i=2,9$), malgré que la Moyenne échantillon est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=1,089$) inférieur que le ($T_{tab}=1,98$)($ddl=108/\alpha+0,05$), Aucune

PARTIE PRATIQUE

corrélation significative n'a été faite entre des élèves en général et les élèves insatisfaits a la Création et l'expression au cours d'EPS à l'école.

-au cours d'EPS à l'école, tu fais du sport pour ... ?



Graphique 16 : Représente les réponses à propos de : S'entraîner et accomplir des performances

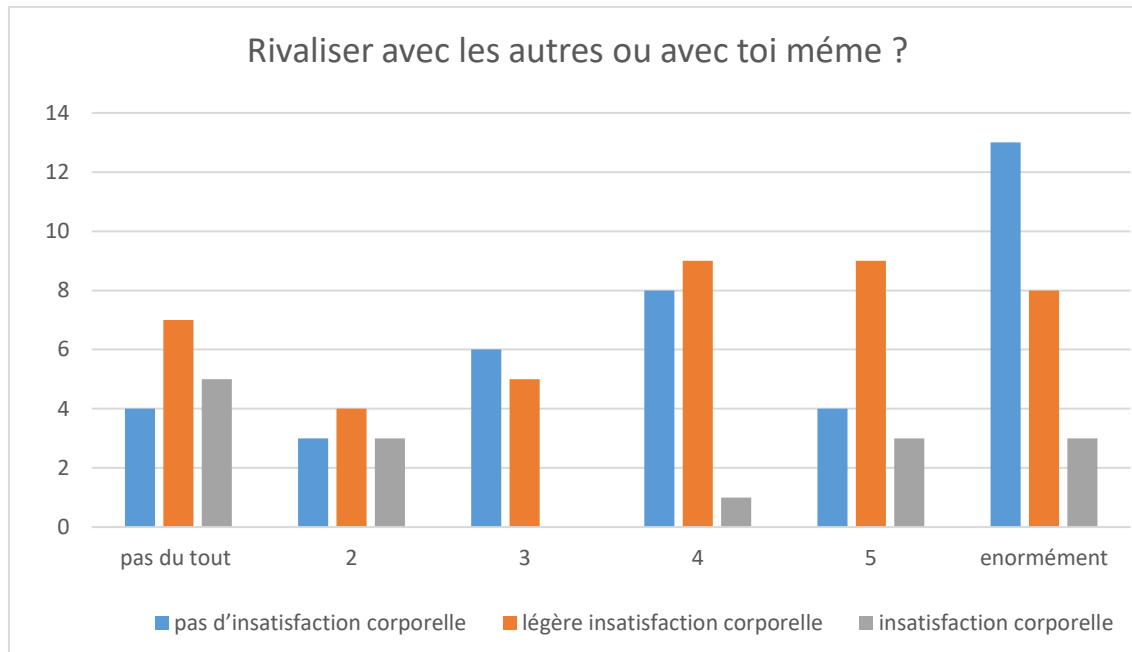
Tableau22 : représente les réponses des élèves au question : S'entraîner et accomplir des performances

Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	Signification
3,4	3,4	0,052	108	0,05	1,98	N,significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponse dans notre échantillon(95) ($X_e = 3,4$) et la moyenne de réponse des insatisfaits est la même (15) ($X_i = 3,4$), les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal} = 0,052$) inférieur que le ($T_{tab} = 1,98$) ($ddl = 108/\alpha + 0,05$), Aucune corrélation significative n'a été faite entre des élèves en général et les élèves insatisfaits a la l'entraînement et l'accomplissement des performances au cours d'EPS à l'école .

PARTIE PRATIQUE

-au cours d'EPS à l'école, tu fais du sport pour ... ?



Graphique 17 : Représente les réponses à propos de : Rechercher le défi et rivaliser

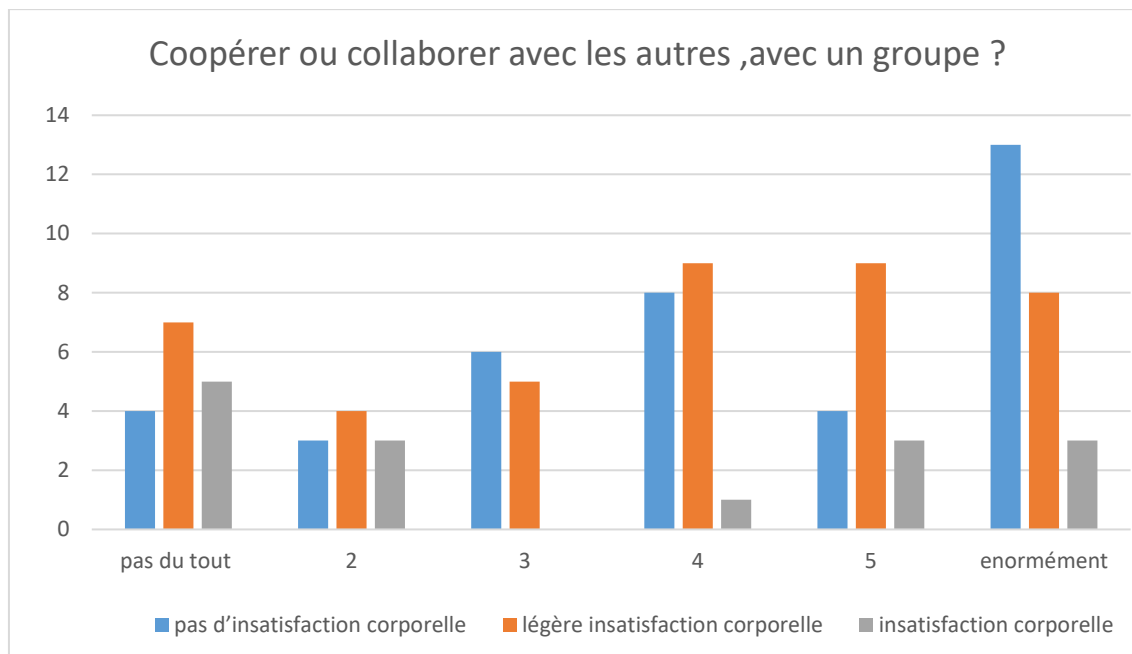
Tableau23 : représente les réponses des élèves au question : Rechercher le défi et rivalise.

Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	Signification
3,8	3,2	1,166	108	0,05	1,98	N,significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponses dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}= 3,8$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($X_i=3,2$), malgré que la Moyenne échantillon est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=1,166$) inférieur que le ($T_{tab}=1,98$)($ddl=108/\alpha+0,05$), Aucune corrélation significative n'a été faite entre des élèves en général et les élèves insatisfaits a la Recherche du défi et rivalité avec les autres au cours d'EPS.

PARTIE PRATIQUE

-au cours d'EPS à l'école, tu fais du sport pour ... ?



Graphique 18 : Représente les réponses à propos de : Participer et appartenir (collaborer – coopérer).

Tableau24 : représente les réponses des élèves au question : Participer et appartenir (collaborer – coopérer)

Moyenne des réponses d'échantillon(95)	Moyenne des réponses les insatisfaits(15)	T calcule	DDL	α	T taule	Signification
3,9	3,2	1,445	108	0,05	1,98	N,significative

Les résultats du tableau précédent démontrent que la moyenne des réponses dans notre échantillon(95) ($X\bar{e}=3,9$) et la moyenne de réponse des insatisfaits (15)est ($X_i=3,2$), malgré que la Moyenne échantillon est plus élevée que la moyenne réponse des insatisfaits les résultats du Test Student démontre que ($T_{cal}=1,445$) inférieur que le ($T_{tab}=1,98$)($ddl=108/\alpha+0,05$), Aucune corrélation significative n'a été faite entre des élèves en général et les élèves insatisfaits a la Participation et appartenance (collaborer – coopérer) au cours d'EPS à l'école .

5-1) Lien avec l'insatisfaction corporelle :

Il n'existe pas de corrélation entre l'insatisfaction corporelle et les orientations motivationnelles de la rosace des sens. Il n'est donc pas possible d'affirmer que les élèves insatisfaites de leur corps s'orientent plus vers l'une ou l'autre entrée de la rosace des sens lors des cours d'EPS.

Dans cette partie, nous avons présenté les principaux résultats de notre étude afin de procéder à une analyse pertinente en lien avec nos hypothèses de recherche.

PARTIE PRATIQUE

Discussion sur les résultats :

Dans cette partie, nous confronterons les résultats obtenus avec nos hypothèses afin de les valider ou de les réfuter.

Hypothèse 1

- il existe un lien entre l'indice de masse corporelle (IMC) et l'insatisfaction corporelle : plus l'IMC est élevée, plus d'insatisfaction corporelle est élevée

Cette hypothèse est partiellement refusée.

Hypothèse 2

-Les élèves insatisfaits de leur corps se dirigent vers des sports « non vus et non jugés » comme les sports collectifs, plus que les sports athlétiques qui sont des sports où l'apparence corporelle joue un rôle plus important.

Cette hypothèse est partiellement réfutée. Statistiquement, il n'existe pas de liens entre l'insatisfaction corporelle et le type de sport préféré au cours d'EPS. Par contre, moins les élèves sont satisfaits de leur corps et plus ils aiment pratiquer des sports athlétiques durant le cours d'EPS. Ce résultat n'est pas étonnant alors qu'il a été montré que les filles insatisfaites de leur corps et ayant des troubles alimentaires s'orientent souvent vers des sports de remise en forme dans le but de modeler et sculpter leur silhouette (Ohl, F, V. Lentillon-Kaestner, et al.2012)

Hypothèse 3

-il existe un lien entre l'insatisfaction corporelle et l'engagement dans la pratique Sportive en cours d'EPS : plus l'insatisfaction corporelle est élevée, moins les adolescents s'engagent dans la pratique sportive en EPS.

Cette hypothèse est partiellement refusée, En effet, nous avons utilisé plusieurs indicateurs pour vérifier cette hypothèse et tous convergent vers le même constat malgré certaines nuances à préciser.

-Le rapport au sport

Le rapport au sport (à l'école ou en général) c'est un indicateur d'engagement dans la pratique sportive en EPS mesuré dans cette étude. Globalement, la majorité des élèves de notre échantillon ont une attitude positive face à la pratique sportive puisque la plupart aime le sport que cela soit dans le cadre scolaire ou en dehors. Ils sont toutefois plus nombreux à aimer le sport hors du cadre scolaire. Aucun lien n'a été remarqué entre l'insatisfaction corporelle et le fait d'aimer le sport à l'école. Ainsi, il n'est pas possible d'affirmer que les élèves insatisfaits de leur corps aiment plus le sport à l'école que les autres

Par contre et même s'il ne s'agit que d'une tendance, un lien existe entre l'insatisfaction corporelle et l'aimés de sport en générale : moins les élèves sont satisfaits de leur corps et plus ils aiment l'activité sportive en général. Ce qui réfute notre hypothèse.

-La quantité de pratique sportive (hormis EPS)

La quantité de pratique sportive (hormis EPS) concerne le 2^{ème} indicateur utilisé dans cette étude pour vérifier l'engagement dans la pratique sportive en EPS . En effet, nous partons du postulat qu'une élève s'adonnant à une pratique sportive en dehors de l'EPS prouve son intérêt pour le sport en général et sera donc plus propice à s'engager dans une pratique sportive en EPS. Toutefois, nous n'avons pas observé de lien statistique entre l'insatisfaction corporelle et la quantité de pratique sportive (hormis EPS). Les élèves satisfaits de leur corps ne s'entraînent pas plus d'heures en dehors des cours d'EPS que ceux qui ne se sentent pas bien dans leur corps.

Hypothèse 4

-les orientations motivationnelles en EPS des adolescents insatisfaits de leur corps concernent « se sentir bien, être en forme et en bonne santé »

Cette hypothèse est partiellement réfutée. Les résultats statistiques ont montré que les élèves insatisfaits de leur corps ne s'orientent pas plus vers l'une ou l'autre entrée de la rosace des sens lors des cours d'EPS.

CUNCLUSION

Conclusion

Le but de notre recherche est d'étudier le lien entre le rapport au corps (indice de masse corporel) et l'insatisfaction corporelle des élèves ainsi que l'insatisfaction corporelle et l'engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS.

Les apports d'un tel travail de recherche se retrouvent d'abord sur le plan théorique puisque cet écrit permet de sensibiliser les enseignant(e)s d'EPS à l'insatisfaction corporelle des élèves, Ensuite et sur le plan pratique, il nous a été possible de proposer quelques pistes d'action pour améliorer son enseignement durant les leçons d'EPS.

La plupart de nos hypothèses ont été réfutées, d'après nos analyses qualitatives et quantitatives détaillée des quelques élèves considérées comme insatisfaits de leur corps.

Les raisons des refus de nos hypothèses sont du a notre image qu'on a aperçu à propos de l'insatisfaction corporelle et ses causes. D'après notre étude théorique nous avons imaginé que l'obésité était parmi les facteurs déclenchant d'insatisfaction corporelle mais nos résultats ont démontré le contraire, En effet presque la plupart des élèves (selon leurs poids idéals) sont à la recherche de la prise de masse (surtout les filles).

Au final, il faut indiquer que le rôle de l'enseignant est primordial pour motiver les élèves insatisfaits, cette motivation doit être selon les orientations motivationnelles de la rosace des sens. Pour l'amélioration de leurs engagements dans les activités physiques et sportives au cours d'EPS et en général dans la pratique sportive.

BIBLIOGRAPHIE

1. Bevans, K.L.-A. Fitzpatrick et al. (2010) "Individual and instructional determinants of student engagement in Physical Education." *Journal of teaching in Physical éducation.* P 399-416.
2. Chen, L.J.K. R. Fox, et al. (2010): "Body image and physical activity among overweight and obese girls in Taiïwan." *Women's Studies international Forum* P234-243.
3. Cloutier, R. and S. Drapeau. (2008) *Psychologie de l'adolescent*, 3ème édition. Montréal, Gaëtan Morin Editeur, Chenelière éducation.
4. Dany, L. and M. (2010). Morin. "Image corporelle et estime de soi: étude auprès de lycéens français." *Bulletin de psychologie* P321-334.
5. D'après le cours universitaire de Grégoire Zimmerman (2007) : *Psychologie de l'enfant et de l'adolescent*.
6. Ernst, K. and W. Bucher (2000). "Eclairage théorique, enjeux pour la pratique." *Manuel 1, brochure 1.* Commission fédérale du sport, Berne.
7. Ednos : troubles des conduites alimentaires non spécifiées, selon le DSM IV-TR (2004).
8. Filaire, E., M. Rouveix, et al. (2008). "Troubles du comportement alimentaire chez le sportif." *Sciences et sports*, p.55).
9. Filaire, E., M. Rouveix, et al. (2008). "Troubles du comportement alimentaire chez le sportif." *Sciences et sports* 23: P49-60.
10. Famose, J.-P. (2001). *La motivation en éducation physique et en sport.* Paris, p.36
11. hamrouni saber – cours de la psychologie de l'adolescent ISS EP. Tunis
12. (Kurz .1995)
13. Lawler, M. and E. Nixon (2011). "Body dissatisfaction among adolescent boys and girls: the effects of body mass, peer appearance culture and internalization of appearance ideals." *J Youth Adolescence* 40(1):P 59-71.
14. -McArdle, W. D., F. I. Katch, et al. (2004). *Nutrition et performances sportives.* Bruxelles, Editions De Boeck Université.
15. Michaux, P.-A. (2000). "Sport et adolescence." *Espace pédagogique*
16. Ohl, F., V. Lentillon-Kaestner, et al. (2012). *Troubles anorexiques et pratiques sportives : le sport au service de la minceur. Rapport de recherche financé par l'Office Fédérale de la santé publique (OFSP).* Lausanne, Institut des Sciences du Sport de l'Université de Lausanne. Décembre
17. P. Parlebas.(1981). *Introducción a la praxiología motriz*

BIBLIOGRAPHIE

18. (Ridley et Wahlter. 1995), Behaviour & Discipline in Schools, Two: Practical, Positive & Creative
19. Rousseau, A., S. Rusinek, et al. (2011). "Influences socioculturelles médiatiques et insatisfaction corporelle chez les adolescentes françaises." *neuropsychiatrie de l'enfance et de l'adolescence* 59: 163-168.
20. SMASH (2002). Santé et styles de vie des adolescents âgés de 16 à 20 ans en Suisse (2002), CHUV de Lausanne, Institut für psychologie, Universität Bern, Ufficio di promozione e di valutazione sanitaria cantone ticino, Bellinzona, 211.
21. Sanahuja, A. and P. Cuyenet (2011). "L'image du corps chez l'adolescente obèse." *Perspective psy* 50(2): 117-127.
22. (Stice & Shaw, 2002; Wertheim, Paxton & Blaney, 2009) Activité physique et insatisfaction de l'image corporelle chez un groupe d'adolescentes.
23. Taylor, C., T. Sharpe, et al. (1998). "Factors associated with weight concerns in adolescent girls." *international journal of eating disorders* 24(31-42).
24. zazzo.(1972 la psychologie clinique Année 1996 pp. 216-224

ANNEXE

Université Abderrahman MIRA – Bejaia
Faculté des Sciences Humaines et Sociales
Département : STAPS
Questionnaire de recherche Sur le thème

Insatisfaction corporelle et engagement dans la pratique sportive en EPS

Dans le cadre de la préparation de notre mémoire de fin de cycle, nous vous prions de bien vouloir répondre objectivement à notre questionnaire, afin de collecter et réunir les données nécessaires, pour la réalisation de cette étude.

Nous vous garantissons l'anonymat des informations que vous allez nous fournir et qui seront utilisées à des fins purement scientifique.

Veillez cocher la bonne réponse pour chaque question suivante.

Préparé par :

-Deflaoui Kaci

-Saouli Eldjamai

Encadré par le Dr :

- Dr. Idir A

Année d'étude :2018 /2019

QUESTIONNAIRE MEMOIRE PROFESSIONNEL

A. Ton engagement dans la pratique sportive

1. Les propositions qui suivent se réfèrent à ton rapport à l'activité sportive

Pour chacune des propositions, indique à quel point c'est vrai pour toi

Pas du tout

Enormément

1. Aimes-tu le sport (en général) ?	1	2	3	4	5	6
2. Aimes-tu le sport à l'école (le cours d'EPS) ?	1	2	3	4	5	6

2. Combien d'heures de sport pratiques-tu par semaine (hormis les heures d'EPS) ?

0 à 2h	2 à 4h	4 à 6h	plus de 6 h
1	2	3	4

3. Au cours d'EPS, tu fais du sport pour... :

Pour chacune des propositions, indique à quel point c'est vrai pour toi

Pas du tout

Enormément

1. Etre en bonne santé, en forme et te sentir bien ton corps	1	2	3	4	5	6
2. Apprendre et découvrir de nouveaux mouvements, de nouvelles compétences et/ou de nouveaux sports	1	2	3	4	5	6
3 T'exprimer, et/ou créer des choses	1	2	3	4	5	6
4. T'entraîner pour t'améliorer et réaliser des performances	1	2	3	4	5	6
5. Rivaliser avec les autres et/ou avec toi-même	1	2	3	4	5	6

QUESTIONNAIRE MEMOIRE PROFESSIONNEL

6. Coopérer ou collaborer avec les autres, avec un groupe	1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---	---

4. Aimes-tu pratiquer ces types d'activités sportives au cours d'EPS ?

Pour chacune des propositions, indique à quel point c'est vrai pour toi

	Pas du tout			Enormément		
1. Les sports athlétiques : course à pied, lancer du poids, saut en hauteur, saut en longueur, ...	1	2	3	4	5	6
2. Les jeux : basketball, football, handball, volleyball, ...	1	2	3	4	5	6

5. Les propositions qui suivent se réfèrent à ton engagement dans le cours d'EPS

Pour chacune des propositions, indique à quel point c'est vrai pour toi

	Pas du tout			Enormément		
1. Je participe, m'engage et m'investis toujours à 100% dans le cours d'EPS	1	2	3	4	5	6
2. Je persévère lorsque je n'arrive pas un exercice	1	2	3	4	5	6
3. Je me donne physiquement et mentalement à 100% pour réussir les activités proposées »	1	2	3	4	5	6
4. Je m'entraîne en dehors des heures d'EPS aux mêmes activités effectuées pendant les cours	1	2	3	4	5	6
5. Je choisis de m'investir plutôt dans des exercices (ou des activités)	1	2	3	4	5	6

QUESTIONNAIRE MEMOIRE PROFESSIONNEL

B. Ton rapport au corps

Nous aimerions connaître comment tu t'es sentie par rapport à ta silhouette au cours des dernières quatre semaines. Lis chaque question et choisis entre les six propositions (de « Jamais » à « toujours ») celle qui te semble le plus juste.

	Jamais	Rarement	Quelque-fois	Souvent	Très souvent	Toujours
1. As-tu eu peur de devenir gros(se) (ou plus gros(se)) ?	1	2	3	4	5	6
2. Te sentir rempli(e) (après un copieux repas par exemple) t'a-t-il fait te sentir gros(se) ?	1	2	3	4	5	6
3. Penser à ta silhouette, trouble-t-il ta capacité à te concentrer (pendant que tu regardes la télévision, que tu lis, ou que tu écoutes une conversation ?)	1	2	3	4	5	6
4. T'es-tu senti(e) excessivement gros(se) ou rond(e) ?	1	2	3	4	5	6
5. Voir ton reflet (dans un miroir ou une vitrine de magasin) t'a-t-il fait te sentir mal à l'aise au sujet de ta silhouette ?	1	2	3	4	5	6
6. As-tu été particulièrement préoccupé(e) par ta silhouette quand tu étais en compagnie d'autres personnes ?	1	2	3	4	5	6

QUESTIONNAIRE MEMOIRE PROFESSIONNEL

C. TES DONNEES PERSONNELLES

1. Sexe : Féminin Masculin
2. Année de naissance :
3. Taille :.....
4. Poids actuel :.....
5. Poids idéal (recherché) :
6. Niveau de classe :

Nous te remercions sincèrement pour ta contribution !!!

Le questionnaire fait par (Allain Mélanie.2013)

QUESTIONNAIRE MOTIVATION ET PRATIQUE SPORTIVE / HEP

A. TON ENGAGEMENT DANS LA PRATIQUE SPORTIVE

1. Les propositions qui suivent se réfèrent à ton rapport à l'activité sportive

:

1. Pour chacune des propositions, indique à quel point c'est vrai pour toi

	Pas du	tout			Tout a fait	vrai
J'aime le sport (en général)	1	2	3	4	5	6
J'aime le sport à l'école (le cours d'EPS)	1	2	3	4	5	6

2. Combien d'heures de sport pratiques/tu par semaine (hormis les heures d'EPS à l'école) ?

0 à 2h 2h à 4h 4h à 6 plus de 6

3. Quel(s) sport(s) pratiques/tu en dehors de l'école ?

.....

4. Si tu pratiques un (ou des) sport(s) en dehors de l'EPS à l'école, tu le fais pour ... :

Pour chacune des propositions, indique à quel point c'est vrai pour toi

	pas	Du tout			Tout a fait	vrai
1. Etre en bonne santé et te sentir bien dans ton corps	1	2	3	4	5	6
2. Apprendre et découvrir de nouveaux mouvements, de nouvelles compétences et/ou	1	2	3	4	5	6

de nouveaux sports						
3.T'exprimer, et/ou créer des choses	1	2	3	4	5	6
4.T'entraîner pour t'améliorer et réaliser des performances	1	2	3	4	5	6
5.Rivaliser avec les autres et/ou avec toi même	1	2	3	4	5	6
6.Coopérer ou collaborer avec les autres, avec un groupe	1	2	3	4	5	6

5.Au cours d'EPS à l'école, tu fais du sport pour... :

Pour chacune des propositions, indique à quel point c'est vrai pour toi

	pas	Du tout			Tout a fait	vrai
1.Etre en bonne santé et te sentir bien dans ton corps	1	2	3	4	5	6
2.Apprendre et découvrir de nouveaux mouvements, de nouvelles compétences et/ou de nouveaux sports	1	2	3	4	5	6
3.T'exprimer, et/ou créer des choses	1	2	3	4	5	6
4.T'entraîner pour t'améliorer et réaliser des performances	1	2	3	4	5	6
5.Rivaliser avec les autres et/ou avec toi même	1	2	3	4	5	6

6. Coopérer ou collaborer avec les autres, avec un groupe	1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---	---

J'aime pratiquer les activités suivantes au cours d'EPS...

Pour chacune des propositions, indique à quel point c'est vrai pour toi

	pas	Du tout			Tout a	Fait vrai
1. Les sports d'expression : danse, chorégraphies, ...	1	2	3	4	5	6
2. Les sports esthétiques : agrès (anneaux, saut, barres parallèles, sol, miniMtrampoline, ...)	1	2	3	4	5	6
3. Les sports athlétiques : course à pied, lancer du poids, saut en hauteur, saut en longueur, ...	1	2	3	4	5	6
4. Les jeux : basketball, football, handball, volleyball, badminton, ...	1	2	3	4	5	6
5. Les sports aquatiques : natation, plongeon, waterpolo, ...	1	2	3	4	5	6
6. Les sports de plein air : course d'orientation, ski, ...	1	2	3	4	5	6
7. Les sports de remise en forme	1	2	3	4	5	6
8. Les sports de remise en	1	2	3	4	5	6

7. Les propositions qui suivent se réfèrent à ton engagement dans le cours d'EPS

Pour chacune des propositions, indique à quel point c'est vrai pour toi

	Pas de	tout		tout	A fait	vrai
1. Je choisis de m'investir dans certains exercices (ou activités sportives) plus que d'autres	1	2	3	4	5	6
2. Je me donne physiquement et mentalement à 100% pour réussir les activités proposées en cours d'EPS	1	2	3	4	5	6
3. Lorsque j'éprouve des difficultés, je persévère pour réussir les exercices (ou les activités sportives) proposé(e)s	1	2	3	4	5	6
4. Je m'entraîne en dehors des heures d'EPS aux mêmes activités sportives effectuées pendant les cours d'EPS	1	2	3	4	5	6
5. Je choisis de m'investir plutôt dans des exercices (ou des activités sportives)...	1	2	3	4	5	6

B. TON RAPPORT AU CORPS

Nous aimerions connaître comment tu t'es sentie par rapport à ta silhouette au cours des dernières quatre semaines. Lis chaque question et choisis entre les six propositions (de « jamais » à « toujours ») celle qui te semble le plus juste.

	Jamais					TT J
AsMtu eu peur de devenir gros(se) (ou plus gros(se)) ?	1	2	3	4	5	6
Te sentir rempli(e) (après un copieux repas par exemple) t'aMtMil fait te sentir gros(se) ?	1	2	3	4	5	6
Penser à ta silhouette, troubleMtMil ta capacité à te concentrer (pendant que tu regardes la télévision, que tu lis, ou que tu écoutes une conversation ?)	1	2	3	4	5	6
AsMtu imaginé de faire enlever des parties grosses de ton corps ?	1	2	3	4	5	6
T'esMtu senti(e) excessivement gros(se) ou rond(e) ?	1	2	3	4	5	6
AsMtu pensé que tu avais la silhouette que tu mérites à cause d'un manque de contrôle sur toiMmême ?	1	2	3	4	5	6
Voir ton reflet (dans un miroir ou une vitrine de magasin) t'aMtMil fait te sentir mal à l'aise au sujet de ta silhouette ?	1	2	3	4	5	6
AsMtu été particulièrement préoccupé(e) par ta silhouette quand tu étais en compagnie d'autres personnes ?	1	2	3	4	5	6

D. TES DONNEES PERSONNELLES

1. Sexe : !1 Féminin !2 Masculin

2. Année de naissance :

3. Taille (cm) :.....

4. Poids actuel (kg) :.....

5. Poids idéal (recherché) (kg) :

6. Niveau de classe :

Nous te remercions sincèrement pour ta participation !!!

Résumé :

L'objectif de notre recherche était d'identifier le lien entre IMC et insatisfaction corporel des adolescents et le lien entre l'insatisfaction corporelle et l'engagement dans la pratique sportive au cours d'EPS.

Dans ce travail, nous avons fais une étude théorique après nous avons procédé à une étude quantitative par questionnaire pour valider nos hypothèses, cette étude a été réalisé par un stage dans une établissement secondaire a bejaia.

A la fin de notre recherche on est arriver a un résultat que la plu part de nos hypothèses ont été rejeté donc il n'existe pas de lien statistique entre l'insatisfaction corporelle et l'engagement dans la pratique sportive en EPS.

La déférence entre l'engagement de la société occidental envers l'EPS et l'engagement de la société algérienne ont très influencé nos résultats.

Abstract :

The objective of our research was to identify the link between body mass index(BMI) and adolescent body dissatisfaction and the link between body dissatisfaction and engagement in sport during physical education and sports.

In This work, we made a theoretical study after we proceeded to a quantitative study by questionnaire to validate our hypotheses, this study was realized by an traineeshap in a secondary school in bejaia.

The deference between Western society's commitment to physical education and sports and the commitment of Algerian society has greatly influenced our results.