

# Agir sur sa motivation et celle de ses joueurs

Mai 2023



## Durée

2 jours  
(14 heures)



## Public visé

Entraîneurs sportifs



## Pré requis

Aucun



## Modalités pédagogiques

Présentiel



## Prix

1600 euros

### « Mes joueurs n'ont pas envie » ; « Ils ne font pas les efforts » !

Comme l'a révélé notre enquête, le manque de motivation des joueurs apparaît comme le problème n°1 rencontré par les entraîneurs. C'est aussi leur plus grande source de frustration. Ils ne comprennent et n'acceptent pas que leurs joueurs ne soient ni motivés pour jouer au football, ni pour faire les efforts nécessaires à leur progression.

Pour beaucoup, la motivation est une simple question de volonté, d'envie, de choix. La réalité et les principes de la motivation sont autrement plus complexes. Car si on ne peut forcer un joueur à être motivé, on peut, en revanche, créer les conditions pour qu'il développe sa motivation par lui-même.

Dans ce module, les apprenants découvrent et décryptent les différentes sources et causes de motivation - et de démotivation. Ils comprennent mieux le fonctionnement de leurs joueurs, définissent et travaillent sur les leviers qui vont satisfaire leurs besoins et nourrir leur motivation. Effet positif garanti !



## Objectifs pédagogiques et contenu

### 1. IDENTIFIER LES 6 TYPES DE MOTIVATION SELON LA THÉORIE DE L'AUTODÉTERMINATION

- Placer les 6 types de motivation selon leur niveau d'autodétermination
- Lier des situations vécues à chaque type de motivation
- Différencier motivation contrôlée/autonome et extrinsèque/ intrinsèque
- Évaluer l'impact de chaque type de motivation sur les émotions

### 2. DÉTERMINER LES BESOINS NÉCESSAIRES À UNE MOTIVATION AUTONOME

- Analyser les raisons et les causes d'une faible motivation
- Lister les différents besoins humains
- Définir l'impact de la non satisfaction de chaque type de besoins
- Évaluer le niveau de satisfaction des besoins de chaque joueur

### 3. ANALYSER L'IMPACT DE L'ENTRAÎNEUR ET DE L'ENVIRONNEMENT SUR LA MOTIVATION DU JEUNE

- Lister les différentes postures et réactions utilisées par les entraîneurs pour agir sur la motivation
- Analyser l'impact de chaque posture et réaction sur la motivation des joueurs
- Évaluer l'influence de l'environnement du club sur la motivation des joueurs

### 4. APPLIQUER LES LEVIERS DE MOTIVATION AUTONOME AUPRÈS DE SES JOUEURS

- Créer les conditions qui permettent à chacun de satisfaire les besoins essentiels à la motivation autonome
- Adopter une approche individualisée, selon le niveau de satisfaction de ses joueurs
- Adapter les leviers utilisés selon le type d'activité effectuée

## Moyens pédagogiques

- Méthode interrogative et méthode active privilégiées : lien constant avec les situations vécues sur le terrain par nos apprenants
- Interactions permanentes, l'apprenant est considéré comme acteur de son apprentissage
- Activités de réflexion et de partage en groupe
- Ateliers autour de vidéos pédagogiques, permettant aux apprenants d'identifier concrètement les notions abordées.

## Évaluation

- Quiz
- Études de cas
- Mise en situation sur le terrain



## Contact

Frédéric HAMELIN  
06 28 57 85 98  
frederichamelin@liberoformations.fr

“

**Ne vous demandez pas comment vous pouvez motiver les autres. À la place, demandez-vous : comment pouvez-vous créer les conditions dans lesquelles les autres pourront se motiver eux-mêmes ?** (Edward DECI, chercheur en psychologie et sciences sociales)

”