

Pg.	Titre/Auteur
2	Editorial
3	L'apprentissage moteur et l'enseignement des coups fondamentaux du tennis pour les enfants âgés de 3 et 4 ans Carlos Avilés, Sergio Las Heras et Abraham Ávila (ESP)
6	Tennis en fauteuil roulant : jouer au premier ou au deuxième rebond Alejandro Sánchez-Pay, David Sanz-Rivas et Gema Torres-Luque (ESP)
9	L'application du concept de regroupement de l'information au tennis E. Paul Roetert, Ronald B. Woods, Duane Knudson et Scott W. Brown (USA)
14	La préparation mentale à l'Académie de tennis Sánchez-Casal en Floride Eva Borrás (ESP)
17	Examen des blessures dans le tennis junior et universitaire Oriol Amer Orfila et Josep Campos-Rius (ESP)
20	Initiation au tennis : aperçu de la situation au Brésil et évaluation des possibilités Caio Corrêa Cortela, Guy Ginciene, Michel Milistetd, Silvio Pinheiro de Soza et Carlos Adelar Abaide Balbinotti (BRA)
23	Les défis du développement du tennis à la base au Brésil Caio Corrêa Cortela, Guy Ginciene, Michel Milistetd, Silvio Pinheiro de Souza et Carlos Adelar Abaide Balbinotti (BRA)
26	Recours à du matériel de tennis adapté : le point de vue des entraîneurs Karl Davies (USA)
30	Effets de la menace du stéréotype sur la performance à des tests de motricité spécifique du sport Jo Ward et Richard M. Buscombe (GBR)
33	Matches truqués : une menace pour l'intégrité du tennis Alejandro Valiño (ESP)
36	Livres électroniques recommandés Editeurs
37	Liens web recommandés Editeurs
38	Directives pour la soumission d'articles à la revue ITF Coaching & Sport Science Review Editeurs

La publication officielle de la Fédération Internationale de Tennis sur la science et la formation sportives

EDITORIAL

Nous sommes heureux de vous présenter le numéro 77 de ITF Coaching and Sport Science Review. Au sommaire, vous trouverez des articles traitant de différents thèmes en lien avec le tennis tels que l'apprentissage moteur chez les très jeunes joueurs, le tennis en fauteuil roulant, la mise en œuvre d'un programme de préparation mentale dans une académie réputée, les blessures fréquentes dans le tennis junior et universitaire, le développement du tennis à la base au Brésil, l'utilisation de matériel adapté dans le tennis du point de vue des entraîneurs, les effets des stéréotypes de genre sur la performance et, enfin, les matchs truqués.

Devant le succès rencontré par la première édition en 2018, l'ITF a confirmé le retour en 2019 de la Conférence internationale ITF sur la pratique : cette nouvelle édition se tiendra les 7 et 8 juillet prochains au stade Stamford Bridge du Chelsea Football Club à Londres, au Royaume-Uni. Vous pouvez dès à présent vous y [inscrire en cliquant ici](#). Destinée à toutes les personnes amenées à prendre des décisions dans le domaine de la pratique sportive, la conférence s'appuiera sur les premières discussions qui ont eu lieu lors de l'édition 2018 dans le but d'offrir un forum interactif axé sur le partage des pratiques et la diffusion des idées, notamment en ce qui concerne les questions liées à la fidélisation et à la pratique d'activités physiques. Le tennis sera bien sûr au centre des thèmes débattus grâce à la présence d'experts issus du milieu sportif, mais aussi de spécialistes externes.

L'année 2019 sera marquée par une nouvelle édition du Congrès international des entraîneurs par BNP Paribas qui aura lieu du 25 au 27 octobre à Bangkok, en Thaïlande. Vous trouverez tous les renseignements sur les modalités d'inscription sur le site Web du congrès, que vous pourrez accéder à travers du site [Web du ITF Coaching](#) dès Mai. À cette époque, nous lancerons également un appel à communications pour la conférence.

L'un des principaux objectifs stratégiques de l'ITF pour 2019 est le projet d'évaluation universelle des joueurs de tennis, intitulé « World Tennis Rating », dont le but est de permettre à chaque joueur de disposer d'un indicateur simple de son niveau de jeu. Appelée à être mise en œuvre dans le monde entier grâce à l'appui et à la collaboration de diverses fédérations nationales et continentales, ainsi que d'organisations sportives et universitaires de premier plan, cette initiative offrira aux joueurs de tous niveaux, allant des débutants aux professionnels, des occasions de pratiquer le tennis dans des conditions adaptées et agréables. Le projet est déjà bien avancé,



puisque un algorithme d'évaluation du niveau de jeu en simple et en double, un système informatique et une application mobile sont en cours de développement. L'ITF lancera ce projet avec le soutien des grandes fédérations de tennis dans le monde au cours de l'année 2019.

Le site « ITF Academy » (Académie de l'ITF) vient d'être lancé : il est appelé à remplacer Tennis iCoach à titre de plate-forme officielle de formation en ligne des entraîneurs de l'ITF. Tout en conservant le contenu et en tirant parti des fonctionnalités de Tennis iCoach, ce nouveau site a pour objectif de fournir des informations, des possibilités d'apprentissage et de certification, ainsi qu'un soutien à la formation professionnelle continue des entraîneurs au moyen d'une approche d'apprentissage mixte. Deux cours en ligne sont proposés à titre d'essai : le premier aborde la question de l'éthique dans l'enseignement du tennis et le second offre une présentation générale du tennis. Vous aurez besoin de créer un nouveau compte, même si vous disposez d'un compte sur l'ancien site Tennis iCoach. Si vous êtes titulaire d'un compte Tennis iCoach actif, vos droits d'abonnement seront transférés vers votre nouveau compte ITF Academy à condition que vous utilisiez la même adresse de courrier électronique lors de votre inscription. Pour accéder au site Web ITF Academy, [veuillez cliquer ici](#).

Pour finir, nous tenons à remercier tous les auteurs des articles publiés, ainsi que tous ceux qui nous ont soumis des propositions. Il nous reste à vous souhaiter une lecture agréable du 77^e numéro de ITF Coaching and Sport Science Review.

L'apprentissage moteur et l'enseignement des coups fondamentaux du tennis pour les enfants âgés de 3 et 4 ans

Carlos Avilés, Sergio Las Heras et Abraham Ávila (ESP)

ITF Coaching and Sport Science Review 2019; 77 (27): 3-5

RÉSUMÉ

Dans le présent article, nous proposons une approche de l'enseignement qui se veut moins prescriptive que les approches habituelles. Notre démarche didactique se divise en trois étapes progressives et complémentaires. La première encourage l'enfant à explorer l'environnement d'apprentissage et à découvrir ses habiletés motrices ; la deuxième constitue une phase intermédiaire, durant laquelle l'enfant se familiarise avec différentes façons de se comporter et de frapper la balle ; la dernière aide chaque enfant à découvrir naturellement les mouvements et les frappes qui lui conviennent le mieux.

Mots clés : acquisition, enseignement non prescriptif, pédagogie non linéaire

Article reçu : 24 Sep. 2018

Adresse électronique de l'auteur : caviles@pdi.ucm.es

Article accepté : 20 Nov. 2018

INTRODUCTION

Dans les clubs de tennis, il est fréquent de voir des élèves du primaire faire leurs premiers pas dans le tennis avec des filets, des raquettes et des balles qui sont adaptés à leur stade de développement. Mais imaginons que l'on nous confie un groupe d'enfants de 3 ou 4 ans au début de la saison. C'est une situation qui est loin d'être facile à gérer, car nous n'y sommes généralement pas préparés ou nous ne savons pas comment stimuler les enfants pour les amener à développer leurs habiletés motrices et à apprendre les coups fondamentaux du tennis. Ce manque de connaissances soulève des questions auxquelles il convient d'apporter des réponses. Cet article est le fruit de notre expérience pratique avec des élèves de maternelle et s'appuie sur les connaissances actuelles dans le domaine de l'apprentissage moteur. Il a été rédigé dans le but d'inciter les entraîneurs et les enseignants à inclure dans leurs leçons des activités ludiques qui tiennent compte du développement psychologique de l'enfant.

L'acquisition d'une nouvelle habileté motrice relève d'un processus complexe fait de changements non linéaires et dynamiques, car l'interaction de plusieurs variables ou contraintes entraîne une coordination motrice particulière (Newell, 2016). Le processus d'apprentissage n'est pas linéaire, et il peut être influencé par quantité de contraintes, étant donné que de multiples facteurs peuvent venir modifier l'environnement dans lequel on évolue. Ainsi, pour qu'un enfant apprenne à frapper une balle, l'entraîneur ou l'enseignant doit créer des situations d'apprentissage qui modifient ces contraintes.

Il est également primordial de donner un retour d'information positif et de faire comprendre à l'enfant qu'il est normal de faire des erreurs dans le cadre d'un processus axé sur l'apprentissage. Par ailleurs, la latéralité n'est pas encore bien établie chez des enfants de 3 ou 4 ans : même s'ils peuvent sembler avoir une préférence naturelle pour un côté plus que l'autre, il n'est pas rare de les voir changer leur raquette de main pour frapper la balle. Au début, les enfants réduisent l'amplitude de leurs gestes, et on observe une certaine rigidité musculaire qui leur permet de se sentir plus à l'aise et davantage en contrôle.

Pendant longtemps, on a enseigné le tennis selon une méthode traditionnelle qui consistait à répéter la même frappe de manière ininterrompue et mécanique dans le but de reproduire le geste technique idéal dans des situations d'entraînement générales (Crespo, 2009). À l'inverse, nous préconisons un enseignement individualisé, moins directif et plus souple, qui laisse suffisamment de place à la spontanéité et à la découverte de ce que ressent chaque enfant. Les méthodes traditionnelles que sont l'enseignement axé sur la technique et la spécialisation précoce ne sont pas les plus recommandées en matière d'apprentissage moteur.

PROPOSITION DIDACTIQUE

Notre proposition est fondée sur l'approche méthodologique de l'équipe des conseillers pédagogiques en EPS du Bas-Rhin (2015), qui a été mise au point pour les cours d'éducation physique et sportive destinés aux enfants âgés de 2 à 6 ans. Nous l'avons adaptée à l'enseignement des habiletés motrices, y compris des coups fondamentaux du tennis, chez les enfants âgés de 3 à 4 ans (tableau 1).

1 ^{re} étape : découverte	2 ^e étape : diversification	3 ^e étape : structuration
L'enseignant organise et configure les différentes zones de jeu. Il encourage l'enfant à découvrir des mouvements spontanés.	L'enseignant organise, modifie et reconfigure les situations d'apprentissage, de sorte que l'enfant se comporte de plusieurs façons et puisse avoir des expériences différentes.	L'enseignant organise les activités et guide l'enfant pour l'aider à acquérir les comportements attendus ou des comportements plus spécifiques.
L'enfant explore l'environnement. C'est lui qui décide non seulement à quoi il joue, mais aussi comment, quand et combien de temps il joue.	L'enfant s'adapte, décide comment jouer et comment résoudre les problèmes qu'il rencontre sur le plan moteur.	L'enfant sélectionne de manière naturelle les gestes qui lui conviennent le mieux.
Jeux et habiletés motrices : entre autres, la réception, le lancer, la course, la rotation, la frappe (avec et sans instrument) et le saut.	Jeux et habiletés motrices : coups fondamentaux du tennis (à une main ou à deux mains, à l'aide de différents équipements, avec et sans déplacement, etc.).	Jeux et habiletés motrices : coups fondamentaux du tennis (selon les préférences ou les spécificités de chaque enfant).
<i>Exemple :</i> dix enfants jouent librement dans différents environnements d'apprentissage. Dans la zone des ballons gonflables, un enfant se rend compte qu'il est capable de frapper des ballons plusieurs fois de suite avec la paume de la main.	<i>Exemple :</i> l'enseignant prépare plusieurs rampes, plus ou moins inclinées. L'enfant place la balle sur la rampe pour la frapper et la diriger vers des plots. Cet exercice lui permet de frapper un coup droit de plusieurs façons : avec un rebond, sans rebond, avec une raquette sans cordage et à une main, avec une raquette de tennis et à deux mains, etc.	<i>Exemple :</i> dans une situation de coopération, deux enfants font des échanges en faisant passer une balle lente (au rebond plus bas) au-dessus d'un filet de mini-tennis. L'un des deux a toujours tendance à frapper ses coups droits après un seul rebond. L'autre aussi, mais il lui arrive de frapper la balle après le deuxième rebond, ce qui indique que son coup est en phase de structuration.

Tableau 1. Proposition didactique par étapes, adaptée pour les clubs et les écoles.

L'idée maîtresse de notre approche est que, durant le processus d'apprentissage, l'enfant passe par trois étapes qui se caractérisent par leur nature temporaire et non permanente. Dans notre modèle, les processus d'expérimentation et de sélection des habiletés motrices se produisent progressivement ; ils s'apparentent à un entonnoir, allant du plus varié au plus spécifique. L'enfant se familiarise avec toutes sortes d'habiletés motrices et d'habiletés de frappe, en particulier lors des deux premières étapes, jusqu'à ce qu'il atteigne une troisième étape, durant laquelle il utilisera les mouvements qui s'avèrent les plus naturels et les plus efficaces pour lui.

DIRECTIVES MÉTHODOLOGIQUES PAR ÉTAPES ET EXEMPLES PRATIQUES

Première étape : découverte

Pendant une partie de la leçon, l'enseignant crée des situations stimulantes et sans risques qui invitent l'enfant à découvrir ce qu'il est en mesure de faire. L'idée est de favoriser l'émergence spontanée des mouvements, dans la mesure où chaque enfant décide de lui-même le jeu auquel il va jouer. Exemple : l'enseignant crée cinq zones ou environnements d'apprentissage avec différents équipements sur une moitié du court. Dans l'autre moitié, des filets de tennis sont installés pour l'autre partie de la leçon ou pour que les enfants puissent effectuer des rotations de temps à autre. Les zones d'entraînement spontanées proposeront les équipements suivants : 1) des balles souples et des raquettes sans cordage, 2) des obstacles et des élastiques à sauter, 3) des costumes pour jouer aux pirates, 4) des instruments de musique pour inciter les enfants à chanter et à danser, 5) des tapis pour permettre aux enfants de se reposer ou de jouer, de sorte qu'on ne les oblige pas à participer.

Deuxième étape : diversification

L'enseignant modifie les situations et donne de nouvelles instructions aux enfants pour les amener à se comporter de différentes manières. Il explique l'objectif à atteindre, mais ne donne pas la solution à l'avance : « l'objectif du jeu est de frapper la balle pour qu'elle passe au-dessus du filet et qu'elle touche la poupée, mais c'est à vous de découvrir comment faire ». L'enseignant prépare l'équipement pour que les enfants puissent frapper la balle de différentes façons. Pour le revers, par exemple : les enfants pourront d'abord utiliser une housse de raquette de tennis, ce qui favorise les frappes à une main, puis une raquette sans cordage et, enfin, une raquette de tennis, ce qui favorise les frappes à deux mains.

L'enseignant peut également poser des questions simples aux enfants et recourir à des comparaisons afin de stimuler leur créativité et les associations d'idées pour les aider à trouver la solution au problème : si l'objectif est d'amener les enfants à faire la distinction entre les différentes hauteurs possibles des frappes, vous pouvez par exemple leur demander de frapper



les balles comme si c'était des fusées à envoyer dans les airs en suivant un chemin qui ressemble à un arc-en-ciel (Atencio, Chow, Tan et Lee, 2014, p. 8). Il est également utile d'effectuer des rotations : l'enseignant A stimule les habiletés motrices générales des enfants du sous-groupe A sur une partie du court avec différentes activités ludiques (zones d'apprentissage, jeu libre, jeux symboliques, chansons, jeu contrôlé, etc.), tandis que l'enseignant B enseigne les coups fondamentaux du tennis aux enfants du sous-groupe B dans le cadre d'un circuit d'activités motrices, de sorte que les enfants aient moins de temps à attendre après chaque frappe.

Troisième partie : structuration

L'enseignant organise les situations et guide les enfants, pour les aider à prendre conscience des mouvements qui leur sont propres ou qu'ils préfèrent. Il s'agit des coups ou des formes de frappes que les enfants ont choisis eux-mêmes après une séance d'apprentissage et qui ne leur ont pas été imposés de manière autoritaire. Même si l'enseignant a en tête un geste technique idéal, il ne doit pas donner d'instructions techniques précises. La principale consigne est d'atteindre l'objectif de la tâche, et c'est ce qui guidera les actions des enfants. Il ne faut pas trop verbaliser les instructions, contrairement à ce que l'on fait dans l'enseignement traditionnel ; il faut donner des instructions simples, au bon moment, en utilisant des mots qui soient amusants pour les enfants. On peut utiliser des enchaînements simples sur le court : une frappe de revers pour commencer, puis une frappe de coup droit à mi-court et, pour conclure, une volée facile près du filet. Il est également recommandé de faire en sorte que les enfants puissent disputer des échanges et effectuer des exercices de coopération adaptés.

DIRECTIVES D'APPLICATION

1) L'enchaînement des étapes peut se faire de manière flexible. Dans le cas d'un groupe d'enfants, il est possible de combiner deux des trois étapes dans une ou plusieurs séances : on pourrait, par exemple, regrouper les étapes de découverte et de diversification pour les enfants les plus jeunes au sein du groupe, et les étapes de diversification et de structuration pour les enfants qui sont déjà à un stade plus avancé.

2) Lorsqu'un groupe compte beaucoup d'enfants, il est préférable de le confier à deux enseignants, si possible ; durant la partie principale du cours, les enseignants peuvent ainsi envoyer plus de balles aux enfants et leur donner la chance de s'exercer davantage. Si un enseignant doit s'occuper seul du groupe, il est recommandé, pour les activités de jeu libre, de demander aux enfants de frapper les balles avec la main plutôt qu'avec la raquette, car c'est moins dangereux.



3) Au début de la leçon, on mettra l'accent sur le développement de la motricité générale. Ensuite, durant la partie principale de la leçon, les activités seront davantage centrées sur l'exécution des coups fondamentaux du tennis. La dernière partie de la leçon est le moment idéal pour amener les enfants à prendre conscience des solutions qu'ils ont trouvées et de ce qu'ils ont réussi à accomplir, puis à le verbaliser.

4) Nous suivons la progression pédagogique proposée par Sanz et Fuentes (2008), en l'adaptant aux enfants d'un jeune âge : a) coups de fond de court (coup droit, service à la cuillère et revers), b) coups au filet, et c) service standard. Ce dernier coup est très difficile pour les enfants, bien qu'il favorise la coordination et la dissociation des segments, car les enfants doivent apprendre à lancer la balle d'une main et à la frapper de l'autre.

5) Pour être efficaces dans le domaine de l'enseignement des habiletés motrices, comme la frappe, les enseignants doivent faire preuve d'innovation et de créativité. Ils doivent apprendre à adapter les activités au fur et à mesure, en fonction du niveau de motivation et de concentration des enfants. Ils doivent également modifier les contraintes (variables), de façon à les adapter aux habiletés motrices propres à chaque enfant. Par exemple, pour stimuler les habiletés perceptivo-motrices des enfants âgés de 3 ans, ils pourraient mettre en place des exercices avec des bulles de savon.

6) Pour que les enfants puissent développer leur autonomie et frapper plus de balles, il peut être bon d'avoir recours à des dispositifs qui permettent aux enfants de recevoir des balles à frapper sans devoir attendre que l'entraîneur soit là (poteaux avec des balles suspendues, filets rebondissants, etc.). L'enseignant peut mettre en place plusieurs rampes qui permettent de faire glisser la balle jusqu'à l'enfant sans avoir à la lancer ou il peut utiliser des systèmes plus évolués, comme une machine qui projette de l'air pour maintenir la balle en suspension (Justine Henin Academy site web, 2018).

CONCLUSIONS

La réussite de notre proposition pédagogique dépend des enseignants. Ces derniers doivent en effet envisager le processus d'apprentissage sous un angle de vue différent : ils doivent laisser faire les enfants, leur permettre de donner libre cours à leur créativité, de découvrir leurs habiletés motrices et les coups qui leur sont propres ; ils doivent les guider sans leur imposer des solutions à l'avance, tout en prêtant constamment attention à leur comportement moteur et émotionnel.

Remerciements : nous tenons à remercier Nicolás Garrote, professeur à l'Université Complutense de Madrid, pour sa collaboration.

RÉFÉRENCES

- Atencio, M., Chow, J. Y., Tan, W. K. C., & Lee, C. Y. M. (2014). Using a complex and nonlinear pedagogical approach to design practical primary physical education lessons. *European Physical Education Review*, 20, 244-263.
- Crespo, M. (2009) Tennis coaching in the era of dynamic systems. *Journal of Medicine and Science in Tennis*, 14, 20-25.
- Équipe des conseillers pédagogiques en EPS du Bas-Rhin. (2015). *Agir dans le monde 2 à 6 ans*. Schiltigheim: Accès Éditions.
- Justine Henin Academy Website [Internet]. [cited 2018]. Available from: <https://www.facebook.com/JustineHeninAcademy/videos/1729017943859855/>
- Newell, K. M. (2016). Change in movement and skill: Learning, retention and transfer. In M. L. Latash & M. T. Turvey (Eds.), *Dexterity and its development* (pp. 393-430). New York: Routledge.
- Sanz, D. & Fuentes, J.P. (2008). Descripción de las diferentes fases de las empuñaduras y ejecución de los golpes fundamentales del tenis. En D. Sanz (Eds.), *El tenis en la escuela* (pp. 83-114). Barcelona: Paidotribo.

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS COACH (CLIQUEZ)



Tennis en fauteuil roulant : jouer au premier ou au deuxième rebond

[Alejandro Sánchez-Pay, David Sanz-Rivas et Gema Torres-Luque \(ESP\)](#)

ITF Coaching and Sport Science Review; 77 (27): 6-8

RÉSUMÉ

L'objectif de cet article est d'analyser l'influence du jeu après le premier ou le deuxième rebond dans le tennis en fauteuil roulant pendant un tournoi, et de déterminer les différences qui existent à cet égard entre le gagnant et le perdant d'un set. La collecte et l'analyse des données ont porté sur 16 matchs de niveau international. Les variables étudiées étaient le type de coup exécuté et le nombre de rebonds avant que la balle ne soit frappée. Les résultats ont montré que les joueurs de tennis en fauteuil roulant frappent généralement la balle après le premier rebond (dans 80,95 % des cas) et que 97,19 % des retours sont exécutés après le premier rebond. Les observations ont permis de mettre en lumière le fait que les gagnants d'un set avaient recours au deuxième rebond de manière importante. Par ailleurs, on note que le fait de jouer au deuxième rebond plutôt qu'au premier rebond se traduit par une réduction du nombre d'erreurs et une augmentation du nombre de coups gagnants.

Mots clés : tennis adapté, règlement, tactique

Adresse électronique de l'auteur : aspay@um.es

Article reçu : 5 Juin 2018

Article accepté : 2 Juil. 2018

INTRODUCTION

Les instances dirigeantes de certains sports ont adapté leurs règles pour les personnes présentant diverses formes de handicaps. En ce qui concerne le tennis, les règles du jeu en fauteuil roulant sont très proches de celles du tennis conventionnel, la principale modification apportée étant que les joueurs ont droit de frapper la balle après le deuxième rebond (ITF, 2017). À ce jour, aucune étude n'a cherché à évaluer la performance des joueurs selon que la balle est jouée après le premier ou le deuxième rebond ; notre but était donc d'analyser l'influence de cet aspect du jeu sur les performances de haut niveau dans le tennis en fauteuil roulant.

MÉTHODE

Au total, l'analyse a porté sur 32 sets disputés dans le cadre de 16 matchs de simple des championnats nationaux chez les hommes. Les rencontres mettaient aux prises 8 des meilleurs joueurs au classement national : quatre de ces joueurs étaient classés au-delà du top 100 tandis que les autres figuraient au-delà du top 200 du classement établi par l'ITF.

Toutes les rencontres étaient disputées sur surface dure en indoor au meilleur des trois manches, avec un super tie-break en 10 points en guise de manche décisive. Chaque match était filmé au moyen d'un caméscope grand-angle Panasonic HC-V700 (Panasonic, Japon) qui était placé dans un coin du court de sorte à avoir une vue d'ensemble du terrain.

Une feuille Excel a été conçue dans le but de coder les actions selon le processus suivant : 1) Joueur, 2) Nombre de rebonds, 3) Type de coup exécuté (retour, coup de fond de court ou coup

joué au filet), 4) Résultat du coup joué (erreur, poursuite du jeu ou coup gagnant) et 5) Gagnant du set.

Avant de procéder au codage des matchs, deux observateurs ont été formés. L'accord entre observateurs ainsi que l'accord intra-observateur ont été évalués au moyen du kappa de Cohen à 0,97 et 0,93 respectivement, ce qui correspond à un accord presque parfait ($> 0,80$) (Landis et Koch, 1977).

Les données de 5 720 coups ont été collectées lors de 32 sets disputés dans le cadre de 16 matchs. Dans le contexte de l'étude, seuls 4 021 coups ont été analysés puisqu'il n'était pas tenu compte des premiers et deuxièmes services (coups frappés sans rebond). Les données ont ensuite été exportées dans le logiciel SPSS version 22.0 afin de calculer le pourcentage, la valeur moyenne et l'écart-type pour chaque variable. La comparaison des différences entre le nombre de rebonds (0, 1 ou 2) et le résultat (gagnant ou perdant du set) a été effectuée au moyen du test du χ^2 (appelé « khi-deux » ou « khi carré »). Le seuil de signification a été fixé à une valeur de $p < 0,05$.

RÉSULTATS

Le tableau 1 montre, en pourcentage, le nombre de rebonds utilisés par les joueurs pour chaque type de coup. En retour, les joueurs frappent la balle après le premier rebond dans la très grande majorité des cas (97,19 %). En ce qui concerne les coups de fond de court, les observations sont comparables, bien qu'un plus grand nombre de coups soient joués au deuxième rebond (75,19 % de coups après le premier rebond contre 24,81 % après le deuxième rebond).

	Nombre de rebonds		
	0	1	2
Retours (%)	0,00	97,19	2,81
Coups de fond de court (%)	0,00	75,19	24,81
Coups au filet (%)	94,07	5,93	0,00

Tableau 1. Relation entre le nombre de rebonds et le type de coup.



Le tableau 2 montre les différences entre le gagnant et le perdant d'un set en ce qui concerne le nombre de rebonds avant l'exécution des coups. Les coups frappés avant rebond représentent 2,81 % du total, tandis que 81 % des coups sont joués après le premier rebond et 16 % après le deuxième. Par rapport au perdant, le gagnant d'un set joue beaucoup moins de coups avant rebond (39,8 % contre 60,2 %) et un pourcentage plus élevé de coups après le deuxième rebond (55,4 % contre 44,6 %).

	Résultat du set		Total % du total/de la colonne
	Perdant	Gagnant	
0 rebond			
Décomptes	68	45	113
% de coups 0 rebond	60,2 %*	39,8 %	2,81%
Résidus ajustés	2,2	-2,2	
1 rebond			
Décomptes	1 657	1 598	3 255
% de coups 1 rebond	50,9 %*	49,1 %	80,95 %
Résidus ajustés	2,0	-2,0	
2 rebonds			
Décomptes	291	362	653
% de coups 2 rebonds	44,6 %	55,4 %*	16,24 %
Résidus ajustés	-3,1	3,1	
Total			
Décomptes	2 016	2 005	4 021
% de tous les coups	50,1 %	49,9 %	100,0 %

* Seuil de signification à une valeur de $p < 0,05$

Tableau 2. Différences entre le gagnant et le perdant d'un set en ce qui concerne le nombre de rebonds avant l'exécution des coups.

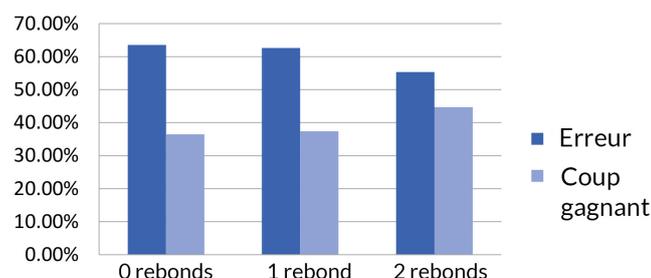


Figure 1. Répartition de la conclusion d'un point (erreur ou coup gagnant) en fonction du moment où la balle est jouée (avant rebond, après le premier rebond ou après le deuxième rebond).

La figure 1 montre que les joueurs de tennis en fauteuil roulant commettent plus d'erreurs qu'ils ne réussissent de coups gagnants, et ce, indépendamment du nombre de rebonds. L'écart le plus important a été observé sur les coups joués avant rebond.

COMMENTAIRES ET CONCLUSIONS

L'objet de la présente étude est d'analyser les conséquences que peut avoir le fait de jouer la balle au premier ou au deuxième rebond dans le tennis en fauteuil roulant, et d'observer les différences possibles à cet égard entre le gagnant et le perdant d'un set. À notre connaissance, il s'agit de la première étude qui s'intéresse aux variables liées au jeu après un ou deux rebonds dans le tennis en fauteuil roulant.

Les joueurs de tennis en fauteuil roulant frappent le plus souvent la balle après le premier rebond (tableau 1) : ainsi, plus de 97 % des retours sont joués après le premier rebond. Avec ce type de retour, le relanceur réduit le temps de réaction du serveur qui vient de mettre la balle en jeu. Cette stratégie est très importante dans le tennis en fauteuil roulant car, après avoir servi, le joueur se trouve dans une position plus statique ; il lui est donc plus difficile de donner de l'élan au fauteuil : en effet, la technique de propulsion la plus efficace consiste à obtenir le maximum de vitesse en un minimum de poussées (Goosey-Tolfrey et Moss, 2005). Les choses sont plus faciles à partir d'une position dynamique, à l'instar de ce qui se passe dans le tennis conventionnel avec le saut d'allègement qui permet une reprise



d'appuis dynamique. Le fait de jouer le retour au premier rebond pourrait être l'une des raisons pour lesquelles les joueurs de tennis en fauteuil roulant réussissent un plus grand nombre de coups gagnants en retour que les joueurs valides (Sánchez-Pay, Torres-Luque, Cabello Manrique, Sanz-Rivas et Palao, 2015).

Il est ressorti de notre étude qu'environ 25 % des coups de fond de court sont joués après le deuxième rebond (tableau 1). En règle générale, la balle est frappée au deuxième rebond lorsque les joueurs se tiennent plus en retrait de la ligne de fond pour jouer un style de jeu plus défensif (Sanz, 2003) ; il s'agit d'une zone où les joueurs passent plus de temps durant les points (Filipčić & Filipčić, 2009). Toutefois, les données du tableau 2 montrent que le gagnant d'un set joue un plus grand nombre de coups après le deuxième rebond que le perdant (55 % contre 45 %). Cela pourrait être dû à une meilleure gestion de l'espace, mais pourrait également s'expliquer par le niveau de jeu des joueurs. À cet égard, on pourrait penser que les joueurs de niveau inférieur frappent la balle avec moins de puissance, ce qui oblige l'adversaire à relancer après le deuxième rebond si la balle atteint la zone de la ligne de fond. De la même manière, il est raisonnable de penser que les joueurs de plus haut niveau frappent avec plus de puissance, ce qui signifie que l'adversaire devra frapper la balle après le premier rebond, même s'il se tient plus loin derrière la ligne de fond. Même si le pourcentage de coups après le deuxième rebond n'est que de 16 %, on remarque que l'écart entre les points qui se concluent sur une erreur ou sur un coup gagnant est plus grand lorsque la balle est jouée au premier rebond que lorsqu'elle est jouée au deuxième rebond (30 % contre 10 %) (figure 1).

Un autre constat est que les coups au filet ne semblent pas être très courants dans les matchs de tennis en fauteuil roulant : on en observe grosso modo 3 fois par set (tableau 2). Ces valeurs sont comparables à celles d'autres études (Sánchez-Pay, Torres-Luque, Fernández-García, Sanz-Rivas et Palao, 2017). Par ailleurs, le taux de réussite des joueurs au filet est rarement excellent : dans notre étude, on a observé davantage de coups au filet joués par les perdants d'un set (60 %) que par les gagnants (40 %). La figure 1 montre également que le jeu au filet avant rebond se conclut par un pourcentage plus élevé d'erreurs et un plus petit pourcentage de coups gagnants que lorsque la balle est jouée après un ou deux rebonds. Ce faible taux de réussite au filet pourrait être dû à plusieurs facteurs : les joueurs de tennis en fauteuil roulant ont besoin de plus de temps pour monter au filet que les joueurs valides, leur position est plus basse par rapport à des joueurs qui se tiennent debout et il est plus facile de mettre la balle hors de leur portée grâce à des lobs ou des passing-shots.

Les résultats de notre étude permettent de mieux comprendre le jeu après un ou deux rebonds dans le tennis en fauteuil roulant. Bien que la balle soit le plus souvent jouée après le premier rebond, il semble que les gagnants d'un set maîtrisent mieux le jeu au deuxième rebond d'un point de vue tactique. D'autres travaux pourraient être menés pour étudier le lien entre le

nombre de rebonds et la zone du court à partir de laquelle les coups sont exécutés de sorte à établir une relation avec le niveau des joueurs. Il serait aussi nécessaire d'analyser le nombre de rebonds utilisés par rapport aux différents niveaux de jeu puisque la puissance de frappe d'un joueur pourrait avoir une incidence sur le fait que son adversaire frappe la balle au premier ou au deuxième rebond. De même, il serait intéressant que des études portent sur les particularités du jeu dans les catégories du simple femmes, du double et du quad afin qu'il soit possible de concevoir des programmes d'entraînement mieux adaptés.

RÉFÉRENCES

Filipčič, T., & Filipčič, A. (2009). Analysis of movement velocity and distance covered in wheelchair tennis. *Kinesiologia Slovenica*, 32, 25-32.

Goosey-Tolfrey, V. L., & Moss, A. D. (2005). Wheelchair velocity of tennis players during propulsion with and without the use of racquets. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 22, 291-301.

Landis, J. R., & Koch, G. G. (1977). The measurement of observer agreement for categorical data. *Biometrics*, 33(1), 159. <http://doi.org/10.2307/2529310>

Sánchez-Pay, A., Torres-Luque, G., Cabello Manrique, D., Sanz-Rivas, D., & Palao, J. M. (2015). Match analysis of women's wheelchair tennis matches for the Paralympic Games. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 15(1), 69-79.

Sánchez-Pay, A., Torres-Luque, G., Fernandez-García, Á. I., Sanz-Rivas, D., & Palao, J. M. (2017). Differences in game statistics between winning and losing for male wheelchair tennis players in Paralympics Games. *Motriz: Revista de Educação Física*, 23(3), 1-6.

Sanz, D. (2003). *Wheelchair tennis*. Barcelona: Paidotribo.

[SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS COACH \(CLIQUEZ\)](#)



L'application du concept de regroupement de l'information au tennis

E. Paul Roetert, Ronald B. Woods, Duane Knudson et Scott W. Brown (USA)

ITF Coaching and Sport Science Review; 77 (27): 9-13

RÉSUMÉ

Le présent article a pour objet d'examiner les liens qui existent entre, d'une part, trois stades d'apprentissage moteur reconnus et étudiés ainsi que le concept de « regroupement mental de l'information » et, d'autre part, l'acquisition d'habiletés tennistiques et l'accélération du processus d'apprentissage au tennis. En plus de s'intéresser aux stades de l'apprentissage, les auteurs abordent le rôle des situations de jeu réel par rapport à l'entraînement et se penchent sur l'interaction entre la biomécanique et l'apprentissage moteur. Ils formulent également des conseils à l'intention des entraîneurs.

Mots clés : regroupement, stades d'apprentissage, performance motrice

Adresse électronique de l'auteur : eproetert@gmail.com

Article reçu : 15 Jan. 2019

Article accepté : 7 Fev. 2019

INTRODUCTION

Lorsque nous passons en revue les résultats des tournois du Grand Chelem de la dernière décennie, nous constatons que certains nouveaux joueurs prometteurs ont obtenu d'excellents résultats. Cependant, ce qui frappe le plus, c'est la longévité exceptionnelle et la réussite constante de plusieurs « vieux » joueurs. Qu'il s'agisse de Serena et Venus Williams, de Roger Federer, de Rafael Nadal, de Novak Djokovic ou encore des frères Bryan, tous sont au sommet du tennis, ou tout près du sommet, depuis largement plus de dix ans. Nous savons que chacun d'eux possède des compétences et un talent exceptionnels de même qu'une incroyable volonté de réussir et de demeurer au plus haut niveau. Cependant, il en va de même pour de nombreux autres joueurs qui ne sont jamais parvenus à remporter plusieurs titres majeurs ou ne serait-ce qu'un seul. Alors, qu'est-ce qui distingue ces grands noms du tennis des autres joueurs professionnels ainsi que des athlètes d'autres sports qui prennent souvent leur retraite avant l'âge de 30 ans ?

L'une des raisons qui pourrait expliquer la constance des résultats de ces grands joueurs au fil du temps et leur longévité sur le plan des aptitudes physiques réside peut-être dans leur plus grande capacité à intégrer et à « regrouper » mentalement les innombrables informations qu'ils doivent traiter durant leurs matchs. Le « regroupement » consiste à prendre plusieurs éléments d'information distincts et à les rassembler en un plus petit nombre de grands blocs formant des unités de sens, c'est-à-dire des unités ayant du sens pour la personne qui les utilise ; ainsi, les blocs d'informations varient d'une personne à l'autre en fonction de l'expérience antérieure de chacun et de la manière dont on utilise le processus de regroupement (Schmidt et Lee, 1999). En intégrant de nombreux éléments tactiques et techniques dans des blocs d'information plus grands, il devient plus facile d'assimiler l'information ainsi regroupée, de s'en souvenir et de s'en servir lors de l'exécution d'habiletés motrices. Les joueurs de tennis les plus compétents ont compris comment créer ces grands blocs d'information et y accéder de la manière la plus efficace et la plus efficiente possible, de sorte qu'ils donnent l'impression de pouvoir réaliser leurs mouvements sur le court et leurs frappes sans aucun effort, tout en étant capables de les adapter aux situations d'urgence (Roetert et al, 2009b). Selon les spécialistes de l'apprentissage moteur, la capacité à regrouper efficacement l'information est une caractéristique importante d'une performance motrice de haut niveau (stade autonome), comme la conduite d'une voiture, la lecture d'un livre ou la préparation d'un repas pour des invités. Fitts et Posner (1967) ont avancé l'idée que l'acquisition des habiletés motrices s'effectuait en trois stades : un stade cognitif, un stade associatif et un stade autonome. Des recherches considérables en kinésiologie/sciences de l'activité physique et en psychologie ont permis de corroborer l'existence de ces stades et le rôle important que

joue le regroupement dans l'assimilation de la grande quantité d'informations liées à la performance de haut niveau dans des sports dynamiques, comme le tennis, ou même dans la pratique médicale (Cohen et Sekuler, 2010 ; Renshaw et al, 2010 ; Wulf et al, 2010 ; Taylor et Ivry, 2012 ; Wulf, 2013 ; Tenison et Anderson, 2016 ; Whitehead et al, 2016).

Malheureusement, bien que ces connaissances relatives aux sciences de l'apprentissage soient facilement accessibles dans la littérature, leur application à l'enseignement et à l'entraînement dans le cadre des différents stades de l'apprentissage moteur dans le tennis fait défaut, sauf dans quelques rares cas, comme dans certains chapitres d'ouvrages sur le tennis (Groppe et al., 1989 ; Woods et Fernandez, 2001). Par conséquent, il peut s'avérer instructif de chercher à savoir quels sont les liens qui existent entre chacun de ces stades d'apprentissage moteur ainsi que le regroupement mental de l'information et l'acquisition d'habiletés tennistiques, dans le but de comprendre, de guider et d'accélérer l'apprentissage et la performance de haut niveau en tennis. La première étape consiste à analyser plus en détail chacun des stades. La deuxième étape consiste à comprendre le rapport entre les situations de jeu réel et l'entraînement et, enfin, à reconnaître l'interaction entre les modifications techniques (biomécanique) et l'apprentissage moteur.

LES STADES D'APPRENTISSAGE DES HABILÉTÉS TENNISTIQUES

Pour donner envie aux gens de continuer à pratiquer le tennis, l'un des meilleurs moyens consiste à leur apprendre, dès le début, à jouer des échanges. L'un des rôles essentiels d'un entraîneur de tennis est d'aider les joueurs à maîtriser les différentes habiletés et la stratégie assez rapidement et à appliquer ces acquis dans des situations de compétition. L'entraîneur doit veiller à ne pas donner trop d'instructions détaillées et résister à la tentation de partager « tout ce qu'il sait » avec des débutants, et ce, même si cette phase de l'apprentissage correspond au stade cognitif. Il doit plutôt se contenter de donner quelques indications essentielles



et organiser des séances d'entraînement qui favorisent un apprentissage progressif, par étapes.

Conseil à l'intention des entraîneurs : introduisez les habiletés d'une manière qui favorise un apprentissage rapide, donne confiance aux joueurs et renforce leur motivation à continuer de jouer.

Lorsque les gens apprennent rapidement les habiletés fondamentales du tennis, ils prennent davantage de plaisir et ont une plus grande confiance en eux, ce qui se traduit souvent par un meilleur niveau de jeu et par une envie de jouer davantage. Un apprentissage rapide présente cependant peu d'intérêt si les joueurs ne sont pas capables de conserver durablement les habiletés acquises et de les mettre en application lorsqu'ils sont soumis à la pression d'un match. C'est en partant de ce principe que la Fédération internationale de tennis a lancé une campagne mondiale en faveur de l'adaptation de l'équipement utilisé pour enseigner le tennis aux enfants. Il s'agissait notamment de modifier les dimensions du court, la taille des raquettes et le type de balles. Plusieurs études ont permis de conclure que ces efforts avaient eu un effet positif sur l'apprentissage des habiletés tennistiques chez les enfants par rapport à l'enseignement traditionnel au moyen d'équipements standard (Buszard et al., 2014a, 2014b, 2016 ; Farrow et Reid, 2010 ; Kachel et al, 2014).

Conseil à l'intention des entraîneurs : initiez les enfants au tennis en les faisant jouer sur un terrain aux dimensions réduites, avec du matériel adapté à leur taille et des balles de tennis faiblement pressurisées, de sorte qu'ils puissent acquérir une bonne technique, obtenir des résultats plus rapidement, prendre plus de plaisir à jouer et ainsi être plus susceptibles de continuer à pratiquer le tennis.

De nombreux entraîneurs de tennis appliquent certains principes de l'apprentissage moteur pour accélérer l'apprentissage des habiletés tennistiques, comme les coups de fond de court, le service et la volée. Par exemple, il n'est pas rare de voir des programmes d'enseignement du tennis dans le cadre desquels les entraîneurs initient les élèves aux différentes frappes en leur apprenant des gestes simples dans un premier temps, avant de passer à des gestes plus complexes. Une autre approche consiste à présenter une habileté donnée dans son intégralité, puis à la décomposer en plusieurs éléments plus simples pour en faciliter l'apprentissage et, enfin, à remettre tous les éléments ensemble. Lorsqu'on a recours à cette méthode pour l'enseignement d'une habileté, Martens (2012) prévient qu'il faut bien réfléchir au nombre d'éléments qui composent une tâche donnée et tenir compte de la difficulté de la tâche sur le plan mental. Par exemple, il peut être assez facile de décomposer le service en deux éléments, à savoir le lancer et le geste de frappe, mais il est préférable d'éviter de séparer les phases de préparation et de déclenchement de la phase d'accompagnement, car elles sont beaucoup plus étroitement liées.

Conseil à l'intention des entraîneurs : lorsque vous enseignez une nouvelle habileté tennistique, nous vous recommandons de commencer par montrer à vos élèves l'habileté au complet, pour qu'ils aient une vue d'ensemble du mouvement et qu'ils sachent à quoi devrait ressembler le résultat final (tâche complète). Ensuite, si nécessaire, décomposez l'habileté en plusieurs éléments en fonction des changements à apporter dans l'exécution ou de la complexité de la tâche (tâche partielle). Enfin, remettez tous les éléments ensemble pour parvenir à une exécution conforme à celle attendue en compétition (tâche complète).

On peut appliquer le concept de « regroupement de l'information » aux instructions que l'on donne aux joueurs pour les aider à assimiler dans son intégralité le schéma moteur des différents coups de fond de court. Il est par exemple possible de regrouper tous les éléments nécessaires à l'exécution d'un coup de fond de court en trois sous-unités distinctes : préparation, déclenchement



et accompagnement/replacement. Ainsi, les joueurs peuvent se concentrer sur un nombre restreint de sous-unités, qu'ils finiront par bien maîtriser et qu'ils pourront combiner pour exécuter un coup de fond de court efficace. La phase de préparation comprend l'anticipation du coup à venir, l'évaluation de la trajectoire, de la vitesse et de la rotation de la balle ainsi que le déplacement pour se mettre en bonne position afin d'amorcer une rotation du corps et de frapper la balle en mouvement. L'exécution du coup dans son ensemble suppose d'utiliser une prise appropriée, d'ajuster le geste de préparation, de déclencher la frappe et de frapper la balle. Enfin, le joueur termine la frappe en effectuant un geste d'accompagnement, puis commence à se replacer pour jouer le coup suivant. Le joueur doit veiller à rester en équilibre tout au long du processus, à maintenir la tension musculaire à un niveau approprié et à garder la tête immobile du début à la fin de l'exécution du coup.

Devoir mettre au point tout un programme d'apprentissage moteur pour l'enseignement d'un seul coup peut paraître compliqué, mais en regroupant ces nombreux éléments techniques en trois grands blocs, on permet aux joueurs de s'en souvenir plus facilement lors du stade initial ou « cognitif » de l'apprentissage. Du point de vue du joueur, la tâche est plus simple puisqu'il doit seulement se concentrer sur la préparation, le déclenchement/la frappe, et le replacement.

Une fois l'étape initiale de l'apprentissage moteur franchie, les joueurs passent au stade associatif ou moteur : ils répètent les mouvements qu'ils ont appris et peaufinent leur exécution dans le but de parvenir à reproduire le schéma moteur souhaité. À ce stade, la répétition permet également d'assurer la rétention de l'apprentissage, condition sine qua non avant de pouvoir passer à l'étape suivante, à savoir le stade autonome, que les athlètes n'atteignent en général qu'après de nombreuses heures d'entraînement.

Aux stades associatif et autonome de l'apprentissage, les informations qui sont regroupées en blocs sont plus faciles à retenir, à répéter et, finalement, à exécuter sans réflexion consciente. Ce processus s'inscrit dans la droite ligne du concept de l'apprentissage implicite, selon lequel le joueur assimile une nouvelle information sans avoir conscience de manière explicite des détails de l'information en question (Buszard et al, 2013). D'après le modèle de Fitts et Posner, il s'agit d'un changement d'accent dans le contrôle, dans le cadre duquel le contrôle initial et explicite cède la place à des formes plus automatiques de contrôle. De fait, lorsqu'on demande à des athlètes de haut niveau, lors des interviews d'après-match, comment ils ont fait pour réussir un coup en particulier, qui semblait avoir été un tournant du match, ils répondent souvent qu'ils n'en ont aucune idée, qu'ils ont simplement frappé la balle comme à l'entraînement. Cet aveu concorde tout à fait avec les conclusions de recherches menées sur la nature de l'expertise (Chi, Glaser et Farr, 1988).

Conseil à l'intention des entraîneurs : lors de séances d'entraînement avec des joueurs confirmés, mettez l'accent autant sur les forces que sur les faiblesses. Le fait de travailler les points forts est bénéfique pour la confiance d'un joueur et contribue à une automatisation de l'exécution des frappes.

LE RÔLE DES SITUATIONS DE JEU PAR RAPPORT À L'ENTRAÎNEMENT

Il existe une grande différence entre disputer des jeux ou des matchs et simplement apprendre à exécuter des déplacements, des gestes et des coups. La plupart des joueurs commencent par s'entraîner à frapper des coups de fond de court et à se renvoyer la balle avec un partenaire pour travailler la régularité et limiter les erreurs d'exécution. Toutefois, lorsqu'ils décident de disputer des points complets, chaque échange débute par un service et un retour de service – ce qui suppose la maîtrise de deux nouvelles habiletés – suivis par une ou plusieurs frappes dont l'exécution requiert alors des compétences tactiques. Si un point dure suffisamment longtemps, d'autres habiletés peuvent devenir nécessaires, comme les coups d'approche, les volées, les smashes ou les lobs. Là encore, les joueurs se trouvent confrontés à un nouveau défi puisqu'ils doivent jouer un point et non pas seulement exécuter des coups de manière isolée. Dans le tennis de haut niveau, les joueurs doivent être en mesure de coordonner rapidement et automatiquement une grande variété d'habiletés, et cela durant chaque point. Et ce n'est pas tout : dans la mesure où chaque point se déroule selon son propre schéma et selon un enchaînement particulier de coups en fonction de l'adversaire et de l'environnement, le degré de complexité augmente encore. Une nouvelle fois, le concept de « regroupement » d'une grande quantité d'informations en plusieurs blocs moins nombreux et plus faciles à gérer peut s'avérer d'une grande utilité pour les entraîneurs et les joueurs.

Bien souvent, les joueurs apprennent de nouvelles habiletés tennistiques en les exécutant de manière répétitive dans le cadre d'entraînements dits « bloqués ». L'entraîneur leur envoie des balles et ils doivent répéter sans cesse le même coup jusqu'à ce qu'ils atteignent un certain degré de maîtrise technique. L'entraîneur comme les joueurs sont alors satisfaits du résultat et ont l'impression que le coup a été bien assimilé en un court laps de temps grâce à la répétition. Cependant, lorsque le joueur dispute un match pour la première fois, ses coups se révèlent souvent inefficaces, car il les a appris dans des conditions stables et non dans un contexte plus dynamique et imprévisible comme celui que l'on rencontre en match.

Pour apprendre à disputer des points de manière efficace, les joueurs doivent suivre des « entraînements aléatoires » (plutôt que bloqués), dans le cadre desquels le coup suivant est imprévisible, ce qui peut nécessiter une série de choix et d'ajustements rapides avant de pouvoir relancer la balle. Autre complication : il est bien

plus difficile de réagir à un coup imprévisible d'un adversaire que de relancer une balle dont la trajectoire est constante du fait qu'elle est projetée par une machine ou lancée à la main par un entraîneur. Lorsque les joueurs atteignent les stades associatif/moteur et autonome, ils devraient passer la majeure partie de leur entraînement à effectuer des exercices avec une mise en jeu dynamique des balles ou à disputer des échanges plutôt qu'à s'entraîner avec des « balles sans vie » (envoyées par l'entraîneur).

Conseil à l'intention des entraîneurs : lors des stades associatif et autonome de l'apprentissage, il est recommandé de consacrer la plus grande partie de l'entraînement à des exercices où la balle est mise en jeu de manière dynamique pour simuler les situations de jeu rencontrées en match.

Grâce à la technique du regroupement de l'information, les joueurs d'un certain niveau sont capables, durant les exercices où les balles sont mises en jeu de façon dynamique, de décider rapidement quel est le meilleur coup à jouer et avec quelle puissance, avec quel effet et avec quelle profondeur ils devraient le frapper. Ils sont également en mesure d'estimer la marge d'erreur qu'ils sont prêts à accepter compte tenu du score et de l'instant du match.

Le fait de disputer des échanges permet également d'introduire deux concepts : d'une part, la stratégie générale et, d'autre part, les schémas tactiques spécifiques permettant de mettre cette stratégie à exécution durant un match. Bien que l'on utilise souvent ces termes indifféremment, ils n'ont pas la même signification. La stratégie constitue un plan de jeu global fondé sur les lois de la physique et sur les forces et les aptitudes relatives du joueur et de son adversaire. En général, lors d'échanges de fond de court, il est préférable d'opter pour des frappes croisées puisque la balle passe alors au-dessus de l'endroit où le filet est le plus bas et que la distance jusqu'à la ligne de fond opposée est plus longue dans la diagonale (25,9 m) que le long de la ligne (environ 23,7 m). Ces deux facteurs contribuent normalement à limiter les risques d'erreurs. La tactique, en revanche, consiste à adapter la stratégie en fonction de plusieurs facteurs liés à la situation. Par exemple, les forces et faiblesses de votre adversaire, la surface de jeu, le score et les conditions météorologiques sont autant de facteurs qui peuvent entrer en ligne de compte et déterminer si la diagonale devrait ou non être la cible principale à viser dans les échanges de fond de court.

Pour prendre des décisions stratégiques et tactiques durant un match ou à l'intérieur d'un point, un joueur doit être capable de se rappeler rapidement et avec précision des différentes possibilités qui s'offrent à lui. Là encore, le regroupement de l'information pendant le processus d'apprentissage facilitera la phase d'exécution en aidant les joueurs à se souvenir des options stratégiques à leur disposition, puis à évaluer les ajustements tactiques à opérer en l'espace de quelques secondes seulement. Si un joueur avance vers le filet par exemple, il se peut que son adversaire tente de le lobber. Dans un tel cas, la réaction la plus courante serait d'intercepter la balle dans les airs pour effectuer un smash et conclure le point. Imaginons cependant que le lob soit très haut et que la balle soit difficile à voir à cause du soleil ou que les conditions soient très venteuses, il serait alors judicieux d'un point de vue tactique de laisser la balle rebondir et de la smasher après le rebond pour avoir un coup moins difficile à jouer. La capacité à prendre des décisions en une fraction de seconde, comme dans ce cas de figure, peut être renforcée et intégrée grâce au regroupement des choix tactiques possibles en plusieurs blocs, de sorte que les décisions puissent être prises de manière automatique.

Conseil à l'intention des entraîneurs : lors des matchs d'entraînement, faites bien la distinction entre les erreurs d'exécution et les erreurs stratégiques ou tactiques. Aidez les joueurs à repérer les différents types d'erreurs et à choisir le meilleur coup au bon moment.



À chacune des étapes de l'acquisition des habiletés motrices, les entraîneurs observent et évaluent la technique de frappe et, après un diagnostic, peuvent intervenir pendant l'entraînement pour aider les joueurs à améliorer leurs coups. Cette compétence professionnelle, que l'on désigne sous le nom de « diagnostic qualitatif du mouvement » (Knudson, 2013), revêt une grande importance et doit aller au-delà de l'approche traditionnelle consistant simplement à détecter les erreurs commises et à donner un retour d'information aux joueurs. Il s'agit d'orienter les joueurs en leur donnant des consignes dans les domaines de l'entraînement, de la préparation physique ou de la technique, ce qui suppose par conséquent de faire preuve d'une grande vigilance. Bien qu'il y ait un consensus général dans le domaine de la recherche biomécanique sur la bonne exécution des habiletés tennistiques (voir Knudson, 2006), les chercheurs n'ont pas encore étudié ce qui était optimal ou préférable à des stades donnés du développement. À titre d'exemple, une étude récente a mis en évidence le fait que les tâches couramment réalisées à l'entraînement n'étaient souvent pas représentatives des types de mouvements et de frappes généralement observés en match. C'est pourquoi il conviendrait d'accorder un plus grand soin à la conception des séances d'entraînement (Krause et al., 2018). D'une manière générale, les entraîneurs devraient prendre en considération le niveau des joueurs, de sorte qu'ils puissent leur donner des instructions adaptées ou modifier l'entraînement, tout en prenant soin d'observer, d'évaluer et de diagnostiquer en permanence la performance des joueurs. Durant les matchs, les joueurs de tennis les plus compétents sont mieux à même de traiter de grandes quantités d'informations (à savoir des blocs d'informations plus grands qui ont un sens pour eux) que les joueurs moins compétents ou moins expérimentés ; c'est pourquoi la communication et l'intervention des entraîneurs auprès de ces joueurs ne sont pas les mêmes que dans le cas de joueurs de niveau débutant ou intermédiaire.

Conseil à l'intention des entraîneurs : lorsque vous travaillez avec des joueurs confirmés, décidez d'un commun accord du meilleur moment pour intervenir et procéder à des modifications techniques et à quel moment laisser le joueur faire son propre diagnostic et ses propres ajustements. Le fait d'apporter des ajustements techniques à des habiletés qui sont déjà bien assimilées rendra leur réapprentissage difficile et risquera, dans un premier temps, de se traduire par une perte d'efficacité. Efforcez-vous de trouver quel pourrait être le moment idéal pour intervenir sur les plans tactique, psychologique ou de la préparation physique.

Si l'on compare les tout meilleurs joueurs aux joueurs moins bien classés, les premiers se distinguent notamment par le fait qu'ils parviennent à regrouper et à encoder les informations plus efficacement pour ensuite les récupérer plus rapidement (Knudson, 2013). Par exemple, le service au tennis nécessite un enchaînement synchronisé des forces de différentes parties du corps pour optimiser la vélocité de la raquette au moment de l'impact. La coordination des segments corporels, dans un sens essentiellement proximo-distal (jambes, tronc et bras/raquette), de même que l'enchaînement de ces forces doivent être parfaitement synchronisés, au millième de seconde près, pour une exécution optimale (Roetert, et al. 2009a). La synchronisation des variables biomécaniques des coups de fond de court peut s'avérer encore plus complexe, étant donné que, la plupart du temps, ces coups ne sont pas frappés depuis une position stationnaire et que différents appuis peuvent être utilisés (Roetert et al, 2009b). En fait, les joueurs confirmés sont mieux à même d'anticiper les situations de jeu, et de réagir et d'adapter leurs mouvements face à ces situations. Vernon et al. (2018) attribuent cette capacité à des informations de nature à favoriser l'anticipation, qui se présentent sous la forme de données cinématiques et contextuelles, qui parviennent à un

joueur à divers moments avant même que l'adversaire ne frappe la balle dans des situations de jeu marquées par des contraintes de temps.

Gardez à l'esprit que, outre les disparités qui peuvent exister sur le plan des habiletés à l'intérieur de certains groupes, comme chez les jeunes joueurs, il existe aussi des disparités entre différents groupes, par exemple entre les jeunes joueurs et les joueurs professionnels. Souvent, ces écarts entre jeunes joueurs et joueurs professionnels en ce qui concerne les caractéristiques des performances en compétition sont mal compris. Les études menées par Kovalchik et Reid (2017) indiquent que le fait de bien comprendre dans quelle mesure la compétitivité, les exigences du jeu et les caractéristiques physiques des coups diffèrent entre les jeunes joueurs et les joueurs professionnels peut aider à définir des attentes réalistes et à mettre en place un programme d'entraînement approprié au niveau de développement pour les joueurs qui passent d'un niveau à l'autre. Dans ce cas en particulier, bien que les joueurs des deux groupes aient atteint le stade autonome de l'apprentissage, des corrections et des ajustements devraient être apportés en tenant compte de l'expérience, de la maturité et des besoins de chaque joueur.

OBSERVATIONS FINALES

Si l'on se place sous l'angle de l'entraînement, il apparaît évident que les joueurs de tennis professionnels ont atteint le stade autonome de l'apprentissage, caractérisé par un niveau de performance optimal. Le tennis de haut niveau exige des qualités d'adresse et des habiletés exceptionnelles, mais les meilleurs joueurs professionnels sont souvent en mesure de regrouper la multitude d'informations à traiter pour prendre les décisions nécessaires sur les plans de la tactique, des mouvements et des frappes, ce qui leur permet de jouer de manière efficace et de réussir des coups qui semblent pourtant impossibles à réaliser. Les sous-unités du geste de frappe étant organisées en blocs d'informations, qui s'activent de manière automatique la plupart du temps à ce stade, l'exécution des mouvements requiert peu ou pas d'attention cognitive. Comme l'a fait remarquer Wulf (2007), les joueurs peuvent prêter une plus grande attention à d'autres aspects (tactique, motivation, etc.) de leur performance. Les joueurs de tennis en formation, qui se trouvent au stade associatif, ne maîtrisent peut-être pas encore parfaitement les diverses habiletés, mais ont atteint un certain niveau de maîtrise et de constance dans l'exécution de leurs coups. Il est ainsi possible de procéder à des ajustements subtils puisque le processus de regroupement de l'information en « blocs » n'est pas encore achevé. Durant le stade cognitif, les joueurs s'appliquent encore à exécuter les coups étape par étape tout en s'efforçant de trouver la meilleure façon d'améliorer leur performance. Ce stade exige une plus grande attention cognitive puisque les joueurs ne sont capables d'exécuter automatiquement que très peu de mouvements, voire aucun.

Les entraîneurs doivent tenir compte de ces différents stades de l'apprentissage et s'intéresser de près aux progrès réalisés tout au long de ce processus. À mesure que l'exécution d'une habileté, d'un coup ou de composants d'un geste de frappe devient plus automatique, les informations sont regroupées en blocs logiques de plus grande taille. Ainsi, l'efficacité, la précision et la qualité d'exécution générale de ces diverses habiletés peuvent progresser tout en nécessitant moins d'attention. En d'autres termes, le joueur atteint un niveau d'exécution plus fluide. N'oubliez pas que, même si la nature et la complexité des habiletés motrices varient énormément, le processus d'apprentissage par lequel les joueurs passent pour acquérir ces habiletés est similaire (Wulf, 2007). Les entraîneurs de tennis les plus compétents seront des guides efficaces sur le court, qui sauront à quel moment et comment intervenir durant les séances d'entraînement.

RÉFÉRENCES

- Buszard, T., Reid, M., Farrow, D. & Masters, R. (2013). Implicit motor learning: Designing practice for performance. *ITF Coaching and Sport Science Review*. 60(21):3-5.
- Buszard, T., Farrow, D., Reid, M. & Masters, R.S.W. (2014a). Scaling sporting equipment for children promotes implicit processes during performance. *Consciousness and Cognition*. 30:247-255.
- Buszard, T., Farrow, D., Reid, M. & Masters, R.S. (2014b). Modifying equipment in early skill development: A tennis perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 85(2):218-225.
- Buszard, T., Reid, M., Masters, R. & Farrow, D. (2016). Scaling the equipment and play area in children's sport to improve motor skill acquisition: A systematic review. *Sports Medicine*. 46(6).
- Chi, M., Glaser, R., & Farr, M.J. (1988). *The Nature of Expertise*. Lawrence Erlbaum Associates: Hillsdale, NJ.
- Cohen, N.R. & Sekuler, R. (2010). Chunking and compound cueing of movement sequences: learning, retention, and transfer. *Perceptual Motor Skills*. 110:736-50.
- Farrow, D. & Reid, R. (2010). The effect of equipment scaling on the skill acquisition of beginning tennis players. *Journal of Sports Sciences*, 28:7, 723-732.
- Fitts P.M. & Posner M.I. (1967). *Human performance*. Brooks/Cole Pub. Co: Belmont, CA.
- Groppe J.L., Loehr, J.E., Melville, D.S. & Quinn, A.M. (1989). *Science of coaching tennis*. Leisure Press: Champaign, IL.
- Kachel, K., Buszard, T. & Reid, R. (2014). The effect of ball compression on the match-play characteristics of elite junior tennis players. *Journal of Sports Sciences*. 33(3):1-7.
- Knudson D. (2006). *Biomechanical principles of tennis technique*. Racquet Tech Publishing. Vista, CA.
- Knudson D.V. (2013). *Qualitative diagnosis of human movement*. 3rd ed. Human Kinetics: Champaign, IL.
- Kovalchik, S.A. and Reid, M. (2017). Comparing match play characteristics and physical demands of junior and professional tennis athletes in the era of big data. *Journal of Sports Science and Medicine*. 16, 489-497.
- Krause, L., Farrow, D., Buszard, T., Pinder, R. & Reid, M. (2018). Application of representative learning design for assessment of common practice tasks in tennis. *Psychology of Sport and Exercise*. 41. DOI: 10.1016/j.psychsport.2018.11.008.
- Martens R. (2012). *Successful Coaching*. 4th ed. Human Kinetics: Champaign, IL.
- Renshaw I., Chow, J.Y., Davids, K.W. & Hammond, J (2010). A constraints-led perspective to understanding skill acquisition and game play: A basis for integration of motor learning theory and physical education praxis? *Physical Education and Sport Pedagogy* 15:117-137.
- Roetert E.P., Ellenbecker T.S. & Reid M. (2009a). Biomechanics of the tennis serve: Implications for strength training. *Strength and Conditioning Journal*. 31(4): 35-40.
- Roetert E.P., Kovacs, M., Knudson, D. & Groppe, J.L. (2009b). Biomechanics of the tennis groundstrokes: Implications for strength training. *Strength and Conditioning Journal*. 31(4): 41-48.
- Roetert, E.P., Kovacs, M. & Crespo, M. & (2009). Talent development in tennis – Speaking the language. *ITF Coaching and Sport Science Review*. 16(49):2-4.
- Schmidt, R. A. and T. D. Lee (1999). *Motor control and learning: A behavioral emphasis*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Taylor, J. A., & Ivry, R. B. (2012). The role of strategies in motor learning. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1251, 1-12.
- Tenison, C. & Anderson, J.R. (2016). Modeling the distinct phases of skill acquisition. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*. 42(5):749-767.
- Vernon, G., Farrow, D. & Reid M. (2018). Returning serve in tennis: A qualitative examination of the interaction of anticipatory information sources used by professional tennis players. *Frontiers in Psychology*. 9:895. doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00895.
- Whitehead, A.E., Taylor, J.A. & Polman, R.C.J. (2016). Evidence for skill level differences in the thought processes of golfers during high and low pressure situations. *Frontiers in Psychology*. January. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01974>.
- Woods R. & Fernandez, M.J. (2001). Finding the best learning style. In P. Roetert and J. Groppe (Eds) *World-Class Tennis Technique* (p. 3-17) Human Kinetics: Champaign, IL.
- Wulf G. (2007). *Attention and Motor Skill Learning*. Human Kinetics: Champaign, IL.
- Wulf G. (2013). Attentional focus and motor learning: A review of 15 years. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 6(1): 77-104.
- Wulf, G., Shea, C.H. & Lewthwaite, R. (2010). Motor skill learning and performance: A review of influential factors. *Medical Education*. 44(1):75-84.

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH (CLIQUEZ)



La préparation mentale à l'Académie de tennis Sánchez-Casal en Floride

[Eva Borrás \(ESP\)](#)

ITF Coaching and Sport Science Review; 77 (27): 14-16

RÉSUMÉ

À l'Académie de tennis Sánchez-Casal, située à Naples (Floride), la préparation mentale constitue l'un des quatre piliers du système d'entraînement, lequel repose également sur le travail technique, l'enseignement tactique et la préparation physique. L'imbrication de ces quatre piliers est l'un des points forts du système. Tous les intervenants travaillent en équipe et prêtent une très grande attention à chacune de ces facettes de l'entraînement.

Mots clés : Préparation mentale, entraînement complet, équipe, communication, objectifs/buts, processus

Article reçu : 1 Fev. 2019

Adresse électronique de l'auteur : evaborras@gmail.com

Article accepté: 6 Mars 2019

INTRODUCTION

L'Académie de tennis Sánchez-Casal, située à Naples (Floride), est un centre d'entraînement de tennis qui est également doté de sa propre école, l'Emilio Sánchez International School (ESIS). Elle accueille actuellement 65 joueurs qui travaillent toute l'année et qui viennent des quatre coins de la planète. Ces élèves poursuivent en général deux objectifs différents : certains espèrent jouer au sein d'une université américaine, tandis que d'autres ambitionnent d'intégrer le circuit professionnel. Chacun d'eux bénéficie d'un entraînement complet, qui aborde les quatre piliers du système : technique, tactique, physique et mental. Pour assurer la bonne exécution de son programme d'entraînement, l'Académie s'est attaché les services d'une équipe de professionnels spécialisés dans chacun des domaines de travail du système : des entraîneurs de tennis, des préparateurs physiques et des psychologues du sport. Tous ces intervenants travaillent sous la houlette du directeur du centre : Emilio Sánchez. Les élèves de l'Académie sont pour la plupart âgés de 12 à 18 ans. Leur journée de travail se déroule comme suit :

- à 6 h, ils se lèvent, prennent leur petit-déjeuner, puis se préparent avant d'aller sur le court ;
- à 7 h, ils commencent leur échauffement ;
- de 7 h 15 à 10 h 15, ils s'entraînent sur le court ;
- de 10 h 50 à 12 h 30, ils vont à l'école ;
- de 12 h 30 à 13 h, ils déjeunent ;
- de 13 h à 16 h 30, ils retournent à l'école ;
- de 16 h 45 à 18 h 15, ils s'entraînent physiquement.

La préparation mentale a lieu chaque jour pendant les trois heures d'entraînement sur le court ainsi que les mercredis après-midi pendant deux heures après l'école. Il s'agit d'un processus complet, qui se déroule sous la conduite des psychologues du sport, mais qui est également suivi et facilité par les autres membres de l'équipe. L'objectif principal est de créer un environnement motivationnel, dans le cadre duquel on encourage l'ardeur au travail et on met l'accent sur la tâche à accomplir. La préparation mentale repose sur l'enseignement et l'apprentissage de tout un éventail d'habitudes, de stratégies et de valeurs. Elle est centrée non seulement sur les périodes d'entraînement et de compétition des joueurs, mais aussi sur les différents moments de leur vie quotidienne (lorsqu'ils se lèvent, aux repas, durant les périodes de préparation et de récupération, à l'école ou à la maison).

L'intention première est de créer une structure mentale et d'amener les élèves à développer un sentiment durable de

confiance et d'indépendance, non seulement sur les courts de tennis, mais aussi dans leur vie personnelle.

LE SYSTÈME DE PRÉPARATION MENTALE DE L'ACADÉMIE SÁNCHEZ-CASAL

La préparation mentale à l'Académie est structurée selon une approche qui aborde le joueur sous différents angles de vue, depuis les aspects les plus ordonnés, au niveau du groupe, jusqu'aux besoins individuels propres à chaque joueur.

1. Les règles et les normes qui sont appliquées aussi bien sur le court qu'en dehors constituent l'un des principaux piliers du système de préparation mentale. Le fait que les joueurs évoluent dans un cadre aux limites bien définies et qu'ils connaissent les conséquences s'ils sortent de ce cadre facilite la gestion du groupe tout en créant un climat de confiance pour les joueurs.
2. Évaluation psychologique. Chaque joueur qui entre à l'Académie fait l'objet d'une évaluation, au cours de laquelle il fournit ses renseignements personnels et se voit remettre plusieurs questionnaires tirés du domaine de la psychologie du sport. Il s'agit simplement de recueillir des données, qui ne seront utilisées qu'à titre de référence pour faire connaissance avec les joueurs et les mettre progressivement en confiance par rapport à la psychologie du sport.

Ce processus visant à apprendre à mieux connaître les joueurs se poursuit chaque jour sur le court et en dehors à mesure qu'ils s'entraînent, disputent des matchs, socialisent, gèrent les situations auxquelles ils sont confrontés, trouvent des solutions, communiquent et se préparent.

3. À chaque fois qu'un élève arrive à l'Académie, on lui remet, lors d'une de ses premières séances de préparation mentale, une fiche qui lui servira à établir ses objectifs personnels pour



la saison. Ainsi, chaque joueur doit prendre le temps de réfléchir aux aspects qu'il pense devoir améliorer. Il doit aborder les aspects techniques, tactiques, physiques et psychologiques. Des objectifs personnels sont ensuite préparés en tenant compte des données recueillies auprès de chaque joueur et de tous les professionnels de l'équipe ; les objectifs sont assortis d'un calendrier distinct pour la réalisation des tâches et l'atteinte des résultats attendus, et ce, dans les quatre domaines de travail : technique, tactique, physique et mental.

La fiche sera remise à chacun des élèves et constituera une feuille de route à suivre.

4. Les joueurs inscrits à l'Académie sont répartis en plusieurs groupes selon leur âge et leur niveau de jeu. Chaque groupe, en concertation avec l'entraîneur/le formateur, le préparateur physique et le psychologue du sport, dresse une liste d'objectifs communs qui visent à améliorer la performance du groupe.

Ces objectifs communs sont axés sur les besoins des joueurs compte tenu de leur âge et de leurs particularités. Cette tâche est réalisée en collaboration avec le formateur/l'entraîneur du groupe en question.

5. Le programme de préparation mentale est défini sur la base des objectifs globaux de l'Académie. Ceux-ci sont divisés en plusieurs périodes distinctes, selon le moment de la saison. Ainsi, durant les phases de pré-saison, de pré-compétition ou de compétition, le programme de préparation général de l'Académie évoluera en fonction de ces objectifs globaux.

6. Communication. Il s'agit d'un outil important qui permet de s'assurer que tout fonctionne bien. Il s'articule autour de deux axes :

- Communication avec les parents : au quotidien, par l'intermédiaire d'une application qui met en évidence les aspects qui les concernent ; et, chaque mois, par la diffusion d'un rapport qui évalue les quatre piliers de l'entraînement (technique, tactique, physique et mental).
- Communication avec les entraîneurs dans le cadre de deux réunions quotidiennes. Ces réunions ont lieu avant et après l'entraînement, et de manière continue, pour assurer la préparation et le suivi des élèves du groupe.

7. Un programme de motivation est mis en place pour renforcer le développement des aspects qui dépendent des joueurs eux-mêmes. Concrètement, ce programme permet d'encourager encore davantage les joueurs à atteindre les principaux objectifs qu'ils visent, par exemple par l'attribution de récompenses du type « joueur du mois » ou « joueur de l'année ».

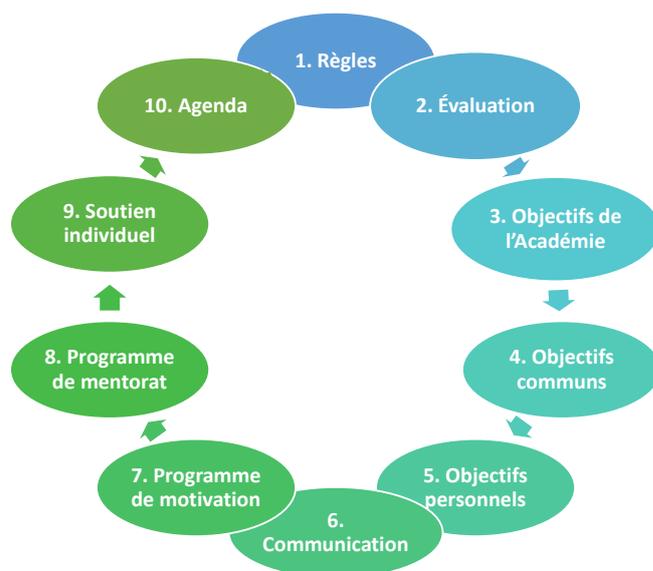


Figura 1. Les stades du système de préparation mentale de l'Académie Sánchez-Casal

8. Programme de mentorat « Student Ambassador ». Ce programme a pour objet d'aider les nouveaux élèves de l'Académie à s'adapter grâce au soutien de joueurs plus anciens, auxquels on confie le rôle d'« ambassadeur auprès des élèves ». Les professionnels de l'Académie veillent chaque jour à la bonne intégration des nouveaux venus, mais ce programme facilite la socialisation des nouveaux joueurs au sein de leur groupe. En d'autres termes, les joueurs plus anciens apportent leur contribution en faisant office de mentors auprès des élèves qui viennent d'arriver. Par exemple, ils mangent avec eux lors des repas, ils font des activités avec eux les week-ends ou ils organisent des jeux de groupe. Choisis parce qu'ils possèdent toutes les qualités requises pour s'acquitter efficacement de leur rôle, ces mentors reçoivent des directives à suivre pour rendre la période d'adaptation des nouveaux plus agréable.

9. Un soutien individuel est fourni aux joueurs qui ont besoin de conseils personnalisés pour résoudre un problème d'ordre sportif, scolaire ou personnel.

La préparation mentale qui est offerte est vaste et complète, mais il y a des moments particuliers ou des situations où les joueurs ont besoin d'un accompagnement ciblé de la part du psychologue du sport.

10. Pour finir, l'outil le plus important du système de préparation mentale de l'Académie est l'agenda, appelé « planner ». Cet outil permet d'organiser et de résumer toutes les activités de préparation mentale que chacun des joueurs de l'Académie doit effectuer. Il rassemble l'ensemble des éléments indispensables aux élèves :

- les objectifs concernant le travail à accomplir et les résultats à atteindre durant les différentes périodes de la saison ;
- leurs routines : avant, pendant et après l'entraînement sur le court ;
- leur plan de match, établi selon leurs forces et leurs faiblesses : en fond de court, au service et en retour de service ;
- les objectifs quotidiens qu'ils se fixent avant d'aller sur le terrain, que ce soit pour une séance d'entraînement ou un match ;
- la description quotidienne de leurs émotions et de leurs sentiments avant de se rendre sur le court ;

- l'apprentissage de l'analyse quotidienne de leur performance, au moyen d'une évaluation réalisée par rapport aux objectifs établis précédemment ;
- l'apprentissage de l'analyse de leur performance en match au moyen du rapport de tournoi ;
- le système de contrôle et la communication avec le formateur de chaque groupe.

L'un des principaux objectifs de cet outil est d'apprendre aux joueurs à être autonomes et, ce faisant, à être moins hésitants et plus sûrs d'eux. C'est un support pédagogique, qui les encourage non seulement à jouer chaque jour afin d'acquérir une routine efficace qu'ils pourront appliquer avant, pendant et après leur entraînement sur le court, mais aussi à s'efforcer d'améliorer leur performance et à l'analyser au quotidien. Un autre objectif consiste à donner aux élèves l'habitude de déterminer comment ils se sentent et de définir des objectifs en conséquence. Un autre aspect important est d'apprendre aux élèves à auto-analyser et à auto-évaluer la qualité de leur travail par rapport aux objectifs qui avaient été établis au préalable, plutôt que de se soucier de savoir si le résultat du match était bon ou mauvais. Au bout du compte, ce système offre deux avantages aux joueurs : ils savent qu'ils disposent d'un plan qui a été préparé par des personnes de confiance vers lesquelles ils peuvent se tourner dès qu'ils en ont besoin, et ils travaillent dans un cadre structuré et bien pensé, fondé sur un suivi régulier et des communications quotidiennes.

CONCLUSION

Les joueurs qui passent par l'Académie et son système de préparation mentale bénéficient d'un entraînement psychologique, dans le cadre duquel ils acquièrent tout un ensemble d'habitudes et de stratégies ainsi qu'une structure mentale dont ils pourront tirer parti non seulement pour relever de futurs défis sportifs, mais aussi pour franchir les prochaines étapes de leur vie.

[SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH \(CLIQUEZ\)](#)

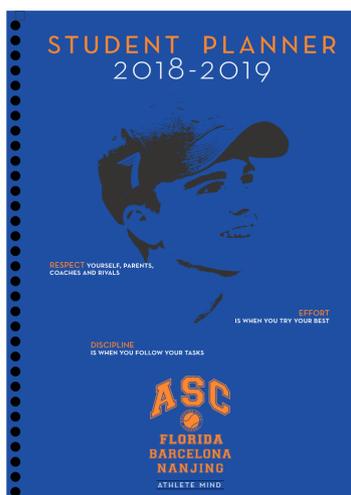


Figure 2. L'agenda étudiant des joueurs de l'ASC.

Examen des blessures dans le tennis junior et universitaire

Oriol Amer Orfila et Josep Campos-Rius (ESP)

ITF Coaching and Sport Science Review; 77 (27): 17-19

RÉSUMÉ

Dans le présent article, nous dresserons un état des lieux des blessures chez les joueurs de tennis adolescents, dans le but de déterminer quelles sont les blessures les plus courantes. Nous procéderons à l'analyse de plusieurs articles traitant de diverses études et interventions, analyse qui nous permettra de conclure que les blessures à la cheville, à l'épaule, au dos et au genou sont celles qui surviennent le plus souvent chez les joueurs de tennis junior et les joueurs universitaires.

Mots clés : incidencia lesiva, tipologia lesiva, tenis adolescente

Article reçu : 17 Janv. 2019

Adresse électronique de l'auteur : oriolamerorfila@gmail.com y josepcampos@gmail.com

Article accepté : 20 Fév. 2019

INTRODUCTION

Le tennis est l'un des sports les plus populaires au monde. Praticué, entre autres, dans les 200 pays affiliés à la Fédération internationale de tennis (ITF, 2017), il attire des personnes de tous les groupes d'âge. L'évolution à laquelle on assiste ces dernières années, qui transforme le tennis en un sport toujours plus rapide et plus physique, a entraîné l'apparition de nouvelles pathologies, qui se manifestent dans bien des cas à un stade plus précoce que jamais auparavant (Clínica MAPFRE de Medicina del Tenis et Fundación MAPFRE, 2015). C'est pourquoi il est important que les entraîneurs et les préparateurs physiques soient bien informés de la situation actuelle en ce qui concerne l'incidence des blessures dans le tennis, depuis les catégories junior jusqu'au niveau universitaire.

Les auteurs du présent article souhaitent analyser la documentation scientifique abordant la question des blessures chez les joueurs de tennis de niveau junior et universitaire en vue de déterminer quelles sont les blessures les plus courantes.

MÉTHODE

Les auteurs ont procédé à un examen de la littérature consacrée à l'étude des blessures chez les jeunes joueurs de tennis (âgés de 10 à 22 ans). Ils ont notamment passé en revue des articles traitant de recherches scientifiques expérimentales ainsi que d'autres articles de revues systématiques. Les parties qui ont été incluses et analysées comprennent celles portant sur les blessures, leur classification et leur localisation anatomique.

INCIDENCE DES BLESSURES

À l'heure actuelle, les statistiques dont on dispose sur les blessures subies par les jeunes joueurs de tennis sont très disparates, et ce,



pour deux raisons principales. Tout d'abord, une grande partie des travaux de collecte de données statistiques sur les joueurs de tennis de la catégorie junior ont été réalisés de 1989 à 2015 (Lanese et al., 1990 ; Weijermans et al., 1998 ; Spinks et al., 2006 ; Hjelm et al., 2010 ; Colberg et al., 2015 ; Pluim et al., 2016), ce qui a conduit à une grande divergence dans les résultats, dans la mesure où les données issues des premières études étaient générales, tandis que celles recueillies dans les dernières années étaient de nature plus spécifique. Ensuite, aucun critère n'a été

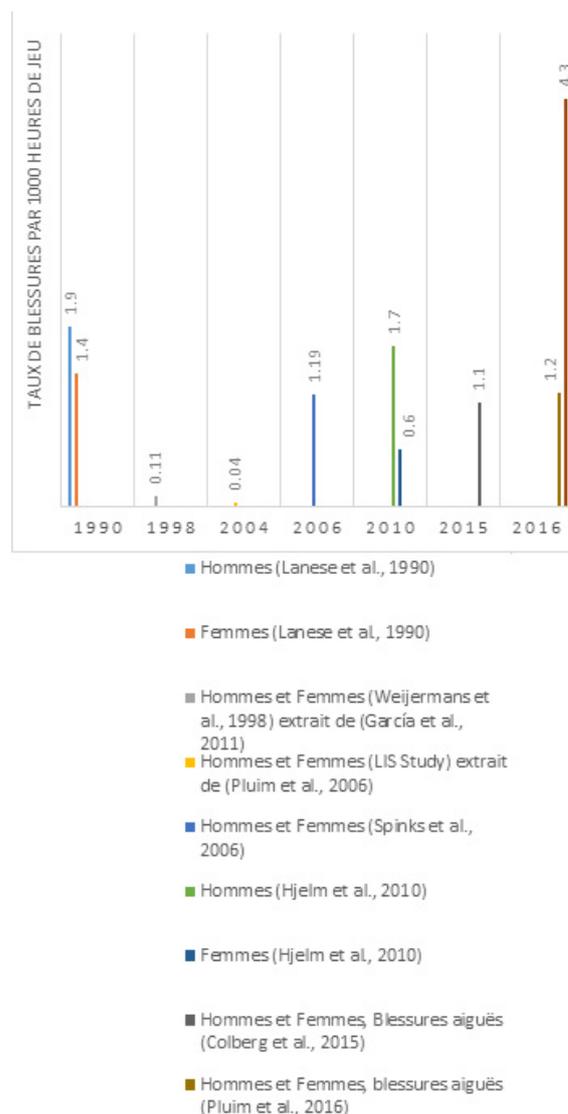


Figure 1. Incidence des blessures pour 1 000 heures de pratique du tennis au niveau junior et au niveau universitaire.

défini parmi les chercheurs pour déterminer ce qu'on entend par « blessure », ce qui explique qu'on observe des écarts entre les études concernant le choix des blessures prises en compte, comme le met en évidence la figure 1.

CLASSIFICATION DES BLESSURES

Les divergences entre les différents types de blessures analysés peuvent être dues à plusieurs facteurs, tels que : l'année de réalisation de l'étude, les caractéristiques physiques des joueurs étudiés, la variété des surfaces de jeu couvertes par l'étude ou encore le critère de sélection utilisé par chaque chercheur pour déterminer les données à enregistrer.

Le tableau 1 présente les données tirées de chacun des articles ayant servi à l'analyse statistique et ayant conduit aux constatations suivantes :

- sur l'ensemble des blessures, 20,5 % sont graves, 59,15 % sont chroniques et les 20 % restants sont de nature inconnue ou de moindre intérêt ;
- parmi les blessures graves, il apparaît que les plus fréquentes dans le tennis sont les lésions musculaires, comme les claquages, les elongations et les déchirures (de 12,52 à 30,9 %), suivis par les entorses (de 4,28 à 17 %) ;
- les fractures (de 2 à 2,8 %), les dislocations (de 0,4 à 3,3 %) et les traumatismes (de 1,1 à 1,8 %) sont très rares dans ce sport.

LOCALISATION ANATOMIQUE DES BLESSURES

Ces dernières années, diverses études ont été publiées sur les joueurs de tennis de niveau junior et de niveau universitaire (Hutchinson et al., 1995 ; Silva et al., 2003 ; Hjelm et al., 2010 ; Lynam et al., 2015 ; MAPFRE et al., 2015 ; Colberg et al., 2015 ; Plum et al., 2016 ; Sluis et al., 2017), dans le cadre desquelles les chercheurs ont dressé un inventaire des blessures selon leur emplacement anatomique. On trouvera au tableau 2 une synthèse des données enregistrées de 1989 à 2016, qui ont permis de dégager les conclusions suivantes :

- la fourchette d'incidence de lésions la plus large s'observe au niveau des membres inférieurs (de 2 à 42,7 %), suivis par les membres supérieurs (de 1,1 à 33,7 %) et par le tronc (de 3 à 17,6 %) ;
- les parties du corps les plus sujettes aux blessures sont la cheville (21,6 ± 10,04 %), l'épaule (16,2 ± 6,97 %), le dos (13,8 ± 4,84 %) et le genou (12,7 ± 7,55 %).



	(Hutchinson et al., 1995)	(Silva et al., 2003)	(Hjelm et al., 2010)	(Lynam et al., 2015)	(Plum et al., 2016)	(Sluis et al., 2017)
Blessures graves (type non précisé)				Masc. Fem.	25/187 (13,3%)	
Blessures chroniques (en raison d'un surmenage)	84/143 (58,6%)		54/100 (54%)		88/187 (47%)	88/113 (77%)
Traumatismes			46/100 (46%)			
Entorses		12/280 (4,28%)		26/181 (14,4%) 34/227 (15%)		
Déchirements musculaires	18/143 (12,55%)	35/280 (12,52%)		56/181 (30,9%) 66/227 (29,1%)		
Contractures musculaires		76/280 (27,14%)				
Fractures				5/181 (2,8%) 5/227 (2,2%)		
Traumatismes crâniens				2/181 (1,1%) 4/227 (1,8%)		
Dislocations	1.32/143 (1%)			6/181 (3,3%) 1/227 (0,4%)		
Lombalgies				4/181 (2,2%) 4/227 (1,8%)		
Autres	10/143 (7%)			33/181 (18,2%) 52/227 (22,9%)		

Tableau 1 : Classification des blessures dans le tennis junior et universitaire sur la période allant de 1995 à 2017.

	(Hutchinson et al., 1995)	(Hjelm et al., 2010)	(Clínica MAPFRE de Medicina del Tenis & Fundación MAPFRE, 2015)	(Colberg et al., 2015)	(Lynam et al., 2015)	(Plum et al., 2016)	Blessures graves	Blessures chroniques
		Hommes Femmes	Débutants	Compétition de haut niveau	Hommes Femmes			
Cheville et pied	26/143 (18%)	16/73 (22%) 3/27 (11%)	17,40%	42,70%	7/39 (18%)	22/181 (12,7%) 47/227 (20,8%)	9/25 (36%)	11/88 (12,5%)
Hanche et aine	15/143 (10%)		5,60%	15,50%	1/39 (3%)	16/181 (8,8%) 15/227 (6,6%)	5/25 (20%)	4/88 (4,5%)
Genou	3/143 (2%)	9/73 (12,3%) 5/27 (18,5%)	9,40%	28,50%	5/39 (13%)	14/181 (7,7%) 13/227 (5,7%)	3/25 (12%)	16/88 (18,2%)
Poignet et main	14/143 (9,8%)		13,20%	33,70%	1/39 (3%)	17/181 (9,4%) 14/227 (6,2%)	2/25 (8%)	8/88 (9%)
Épaule	13/143 (9%)	15/73 (20,5%) 6/27 (22%)	15,10%	29,80%	7/39 (18%)	26/181 (14,4%) 27/227 (12%)		14/88 (16%)
Dos	17/143 (12%)		3,70%	14,20%	6/39 (15,4%)	30/181 (16,6%) 40/227 (17,6%)		15/88 (17%)
Coude	11/143 (7,7%)		7,30%	22%	2/39 (5%)	17/181 (9,4%) 13/227 (5,7%)		7/88 (8%)
Jambe	3/143 (2%)							7/88 (8%)
Membres supérieurs		19/73 (26%) 6/27 (22%)						
Cuisse	27/143 (19%)				3/39 (8%)	11/181 (6,1%) 18/227 (8%)		
Partie inférieure de la jambe (non précisé)						12/181 (6,6%) 26/227 (11,5%)		
Avant-bras					1/39 (3%)			
Abdominaux					1/39 (3%)			
Non déterminé	4/143 (3%)				1/39 (3%)			
Autres						3/181 (1,7%) 7/227 (3,1%)	4/25 (16%)	6/88 (6,8%)

Tableau 2 : Localisation anatomique des blessures dans le tennis junior et universitaire sur la période allant de 1995 à 2017.

CONCLUSION

Le présent examen a permis d'établir les constats suivants :

Il est impossible de dégager une tendance en ce qui concerne l'incidence des blessures au fil des années.

- Les blessures chroniques (59,1 %) sont plus fréquentes que les blessures graves (20,5 %). Parmi les blessures graves, les plus courantes sont les déchirures musculaires (de 12,52 à 30,9 %), suivies par les entorses (de 4,28 à 17 %). Les fractures, contusions et traumatismes sont très rares en raison de la nature du jeu.

- Finalement, la fourchette d'incidence de lésions la plus large s'observe au niveau des membres inférieurs (de 2 à 42,7 %), suivis par les membres supérieurs (de 1,1 à 33,7 %) et par le tronc (de 3 à 17,6 %). La cheville ($21,6 \pm 10,04$ %), l'épaule ($16,2 \pm 6,97$ %), le dos ($13,8 \pm 4,84$ %) et le genou ($12,7 \pm 7,55$ %) sont les parties du corps qui sont le plus souvent sujettes à des blessures dans l'échantillon analysé.

RÉFÉRENCES

- Clínica MAPFRE de Medicina del Tenis & Fundación MAPFRE. (2015). Las lesiones en el tenis y su prevención, 1-20. Recogido de https://www.fundacionmapfre.org/documentacion/publico/i18n/catalogo_imagenes/grupo.cmd?path=1087681
- Colberg, R., Aune, K., Choi, A. & Fleisig, G. (2015). Incidence and Prevalence of Musculoskeletal Conditions in Collegiate Tennis Athletes. *Medicine & Science in Tennis*, 20(3).
- Hjelm, N., Werner, S. & Renstrom, P. (2010). Injury profile in junior tennis players: a prospective two-year study. *Knee surgery, sports traumatology, arthroscopy*, 18(6), 845-850.
- Hutchinson, M., Laprade, R., Burnett, Q., Moss, R. & Terpstra, J. (1995). Injury surveillance at the USTA Boys' Tennis Championships: a 6-yr study. *Medicine and science in sports and exercise*, 27(6), 826-831.
- International Tennis Federation (2017). National Association Updates. Recogido de <http://www.itftennis.com/about/misc/national-association-updates.aspx>
- Lanese, R., Strauss, R., Leizman, D. & Rotondi, A. (1990). Injury and disability in matched men's and women's intercollegiate sports. *American Journal of Public Health*, 80(12), 1459-1462.
- Lynall, R. C., Kerr, Z. Y., Djoko, A., Pluim, B., Hainline, B. & Dompier, T. P. (2015). Epidemiology of National Collegiate Athletic Association men's and women's tennis injuries, 2009/2010–2014/2015. *British Journal Sports Medicine*.
- Pluim, B., Loeffen, F., Clarsen, B., Bahr, R. & Verhagen, E. (2016). A one-season prospective study of injuries and illness in elite junior tennis. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 26(5), 564-571.
- Silva, R., Takahashi, R., Berra, B., Cohen, M. & Matsumoto, M. (2003). Medical assistance at the Brazilian juniors tennis circuit—a one-year prospective study. *Journal of science and medicine in sport*, 6(1), 14-18.
- Sluis, A., Brink, M., Pluim, B. Verhagen, E. Elferink-Gemser, M. & Visscher, C. (2017). Is risk taking in talented junior tennis players related to overuse injuries? *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 27(11), 1347-1355.
- Spinks, A., Macpherson, A., Bain, C. & McClure, R. (2006). Injury risk from popular childhood physical activities: results from an Australian primary school cohort. *Injury Prevention*, 12(6), 390-394.
- Weijermans, D. & Van Mechelen, W. (1998). Blessures bij outdoor tennis. *Geneesk Sport*.

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS COACH (CLIQUEZ)



Initiation au tennis : aperçu de la situation au Brésil et évaluation des possibilités

Caio Corrêa Cortela, Guy Ginciene, Michel Milistetd, Silvio Pinheiro de Souza et Carlos Adelar Abaide Balbinotti (BRA)

ITF Coaching and Sport Science Review; 77 (27): 20-22

RÉSUMÉ

La manière dont on initie les enfants et les jeunes au tennis joue un rôle essentiel dans leur développement futur. Les méthodes utilisées à ce stade peuvent déterminer si l'enfant poursuivra ou non la pratique de ce sport. Si le travail d'initiation est accompli correctement, outre le fait qu'il permettra éventuellement de former des joueurs de haut niveau, il aura une influence sur la pratique d'autres activités de loisirs par les enfants de niveau débutant.

Mots clés: tennis, initiation au sport, Tennis10s

Adresse électronique de l'auteur : capacitacao@fpt.com.br

Article reçu : 3 Dic. 2018

Article accepté : 8 Janv.2019

INTRODUCTION

Il y a un peu plus de dix ans, l'ITF donnait le coup d'envoi à la campagne Play and Stay, dont l'objectif principal était de promouvoir le tennis dans le monde entier en mettant l'accent sur l'augmentation du nombre de pratiquants et du taux de fidélisation. Dans le cadre de la campagne, le volet axé sur le travail avec les enfants âgés de 10 ans et moins, qui allait par la suite prendre le nom « Tennis10s », est aujourd'hui le plus connu. Les mesures proposées, telles que les stades rouge, orange et vert ainsi que l'utilisation d'un matériel adapté en fonction de la catégorie d'âge, ont fait l'objet d'une diffusion importante, et les slogans clés de la campagne (« le tennis est un sport amusant », « le tennis est un sport facile », « la pratique du tennis en compétition peut être amusante », « le tennis est un sport sain » et « le tennis est un sport pour tous »), ont été relayés auprès des entraîneurs (Buszard et al., 2018).

Compte tenu que nous savons que l'initiation à un sport, si elle est vécue comme une expérience positive, peut avoir des effets bénéfiques sur la pratique sportive, voire sur le développement personnel grâce à l'acquisition d'habiletés fondamentales, il apparaît essentiel d'avoir une idée précise de la situation à cet égard dans son propre pays, dans ce cas le Brésil, afin de favoriser de nouvelles propositions, études, initiatives en matière de formation des éducateurs ainsi que d'autres interventions dans le domaine de l'enseignement du tennis (Coté et al., 2014). Dans ce but, notre intention dans cet article est d'explorer les possibilités de la structure existante au Brésil, telles qu'elles nous sont relatées par les professionnels chargés de la mise en œuvre des programmes d'initiation au tennis conçus pour les enfants.

MÉTHODES

Cette étude qualitative (Sparkes et Smith, 2014) visait à examiner les perceptions de coordinateurs chargés de la mise en œuvre de programmes d'initiation au tennis. À cette fin, 14 coordinateurs issus de clubs reconnus dans le domaine des programmes de développement à la base ou d'initiation au tennis, sélectionnés par la Confédération brésilienne de tennis, ont été interrogés.

Afin d'examiner les résultats, une « analyse thématique » (Sparkes et Smith, 2014), visant à coder les réponses obtenues selon des thèmes comparables, a été effectuée. Les éléments cités par au moins trois coordinateurs ont été retenus. L'analyse a ainsi permis de révéler trois catégories principales, illustrées dans la figure 1 ci-dessous.

Potentialités : Initiation au tennis au Brésil	
Coordinateurs	Catégories
(S1 ; S2 ; S3 ; S6 ; S11 ; S12)	Utilisation d'un matériel adapté et du programme Tennis10s
(S1 ; S4 ; S5 ; S6)	Formation des entraîneurs nationaux
(S1 ; S2 ; S9)	Meilleur accès à l'information

Figure 1. Catégories révélées par l'analyse.

RÉSULTATS ET EXAMEN

Les réponses des coordinateurs interrogés ont fait ressortir comme éléments principaux l'utilisation d'un matériel adapté et le recours aux idées qui sont au cœur du programme Tennis10s.

« [...] Le principal changement qui s'est opéré ces dernières années, selon moi, est l'utilisation d'un matériel adapté. Ça s'est fait progressivement, mais il y a eu pas mal de résistance au début dans les clubs traditionnels comme le nôtre. » (S12 – 13 min 20 s)

« [...] Je crois qu'on a fait beaucoup de progrès, [par exemple] en ce qui concerne l'utilisation des différents stades, le stade de la balle rouge, le stade de la balle orange, le stade de la balle verte, avant le passage au grand terrain. Beaucoup de personnes mettent ça en pratique aujourd'hui. C'est bien, c'est vraiment un point positif. » (S11 – 12 min 30 s)

Malgré le nombre limité d'études sur l'influence de l'utilisation d'un matériel adapté sur l'acquisition des fondamentaux techniques et tactiques liés au tennis, les résultats jusqu'à présent font état d'effets positifs ; en effet, l'utilisation d'un matériel modifié favoriserait un apprentissage plus rapide ainsi





que le développement de schémas techniques et tactiques plus perfectionnés et représentatifs du jeu tel qu'il devra être pratiqué par la suite (Buszard et al., 2016).

Outre le recours au matériel adapté, d'autres éléments du programme Tennis10s ont été cités par les coordinateurs : le principe de l'enseignement progressif entre les différents stades, l'utilisation de méthodes pédagogiques adaptées, telles que l'approche fondée sur le jeu, ou encore la compréhension des aspects tactiques et la contextualisation de l'enseignement technique. Le fait que les idées centrales du programme Tennis10s aient été mises de l'avant dans les réponses des coordinateurs interrogés est un signe encourageant ; cela montre qu'il y a un élan en faveur de l'adoption de critères minimums visant à définir la situation au Brésil en matière de programmes de développement du tennis à la base ou d'initiation, de même qu'en faveur de l'établissement de lignes directrices au niveau national.

Les principes pédagogiques que l'on retrouve dans le programme Tennis10s sont conformes à d'autres propositions modernes en matière d'enseignement sportif, par exemple l'approche « Teaching Games for Understanding » (Apprendre et comprendre par le jeu), aussi connue sous l'abréviation « TGfU » (Cortela et al., 2012 ; Thorpe, Bunker et Almond, 1986), ou des variantes de cette approche (Harvey et Jarrett, 2013). Ces principes fournissent un modèle général et peuvent servir de cadre à la normalisation des méthodes d'enseignement au Brésil.

Le deuxième élément clé que les réponses des coordinateurs ont mis en évidence concerne la formation des entraîneurs qui interviennent dans les activités d'initiation au tennis.

« [...] La formation des professionnels chargés de travailler dans ce domaine est beaucoup plus développée aujourd'hui qu'elle ne l'était il y a cinq ou dix ans. Ce changement au niveau de la formation professionnelle est vraiment très positif, car vous avez maintenant des enseignants qui s'occupent de ce secteur [développement du tennis à la base], qui sont responsables des programmes d'initiation au tennis dans les clubs. Ces personnes se consacrent pleinement à ces tâches et le font avec énormément de brio. Avant, ça n'existait tout simplement pas. » (S1 - 18 min 30 s).

De fait, les occasions de formation, aussi bien dans un contexte formel que dans un contexte non formel, sont devenues plus nombreuses au cours des deux dernières décennies. Dans un contexte formel, l'obligation de détenir une formation initiale en éducation physique pour pouvoir exercer le métier d'entraîneur au Brésil (une exigence qui est entrée en vigueur en 1998) a eu des effets sur le nombre de professionnels diplômés, entraînant un changement du profil des entraîneurs qui travaillent dans le secteur (Cortela et al., 2013) ainsi qu'une évolution des perceptions de compétence dans le domaine des connaissances et des habiletés requises pour l'exercice du métier d'entraîneur (Cortela et al., 2017).

Dans un cadre non formel, les possibilités d'apprentissage sont liées aux activités du département responsable de la formation des entraîneurs au sein de la Confédération brésilienne de tennis. À l'heure actuelle, le programme proposé par la Confédération brésilienne de tennis comprend plus de 300 heures de formation, dans des domaines allant de l'initiation au tennis au haut niveau ; la formation continue est devenue plus fréquente chez les entraîneurs brésiliens (Cortela, et al., 2013).

Le troisième élément jugé important par les coordinateurs interrogés est le meilleur accès à l'information. En effet, selon eux, la possibilité d'avoir accès à des études, qui passe notamment par l'accès à Internet, leur a permis de disposer d'une plus grande quantité d'informations et de se mettre plus rapidement à niveau par rapport aux autres professionnels de leur secteur.

« [...] L'autre élément essentiel, c'est que grâce à Internet et à YouTube, tout le monde a accès à ce qui se fait ailleurs. En fonction de vos intérêts, vous pouvez mettre les choses que vous voyez en pratique. Selon moi, c'est un point clé. » (S2 - 8 min 04 s).

La recherche de matériels didactiques sur Internet constitue l'une des principales sources d'apprentissage informel dont se servent les entraîneurs. Lorsqu'ils recherchent des informations sur le Web, les enseignants sont le plus souvent en quête de solutions à des problèmes qu'ils rencontrent dans le cadre de leur activité professionnelle au quotidien, ce qui a des effets bénéfiques sur leur apprentissage.

Dans le cas des entraîneurs au Brésil, Internet a permis non seulement de rattraper le temps perdu, mais aussi de combler l'écart qui existait en matière d'accès à l'information puisque cet accès est devenu moins cher. Grâce à des plates-formes en ligne telles que Tennis iCoach, les entraîneurs du pays peuvent se tenir informés, quasiment instantanément, des principaux événements et tendances dans le domaine de l'enseignement du tennis à l'échelle internationale.

CONCLUSION

Les réflexions des coordinateurs témoignent des nombreuses potentialités qui existent au Brésil à l'égard de la structure existante dans le domaine de l'initiation au tennis. Par ailleurs, il semblerait que certaines des actions accomplies ces dernières années - notamment la promotion du programme Tennis10s et des stages de formation - aient eu un effet direct sur les pratiques des entraîneurs sur le plan de la pédagogie. Cette information, en plus d'être pertinente quant à l'évaluation des mesures prises jusqu'ici, pourrait être utile dans le cadre d'initiatives futures.

Remarque : Les auteurs aimeraient remercier la Confédération brésilienne de tennis pour l'aide financière et le soutien logistique qu'elle a apportés dans le cadre de la présente étude.

RÉFÉRENCES

- Buszard, T., Farrow, D., & Westerbeek, H. (2018). Evaluation of the ITF Tennis Play and Stay campaign since its inception in 2007. Nieuwegein: Arko Sports Media.
- Buszard, T.; Reid, M.; Masters, R.; Farrow, D. (2016). Scaling the Equipment and Play Area in Children's Sport to improve Motor Skill Acquisition: A Systematic Review. *Sports Med.* 46(6), 829-843.
- Cortela, C. C., Fuentes, J. P., Aburachid, L. M. C., Kist, C., & Cortela, D. N. R. (2012). Sport initiation to tennis: an example of the Play and Stay program in the light of the pedagogy of the sport *Conexões*, 10(2), 214-234.
- Cortela, C. C., Aburachid, L. M. C., Sousa, S. P., Cortela, D. N. R., & Fuentes, J. P. (2013). Initial and continuing training of tennis coaches in Parana State. *Conexões*, 11(2), 60-84.

- Cortela, C. C., Balbinotti, C. A. A. B., Tozetto, V. B., Both, J., Milistetd, M. (2017). Association between Initial Training and Self-Perception of Professional Competence in Tennis Coaches. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 3(2), 32-42.
- Coté, J. Turnnidge, J. Evans, M. B. (2014). The dynamic process of development through sport. *Kinesiologia Slovenica*, 20(3), 14-26.
- Harvey, S., & Jarrett, K. (2013). A review of the game-centred approaches to teaching and coaching literature since 2006. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 1-23.
- Sparkes, A. C., & Smith, B. (2014). *Qualitative research methods in Sport, Exercise and Health*. London: Routledge.
- Thorpe, R., Bunker, D., & Almond, L. (1986). *Rethinking games teaching*. Leicestershire: Univesity of Loughborough.
- Walker. L. F; Thomas, R.; Driska, A. P. (2018). Informal and nonformal learning for sport coaches: A systematic review. *International Journal of Sports Science & Coaching*.

[SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH \(CLIQUEZ\)](#)



Les défis du développement du tennis à la base au Brésil

Caio Corrêa Cortela, Guy Ginciene, Michel Milistetd, Silvio Pinheiro de Souza et Carlos Adelar Abaide Balbinotti (BRA)

ITF Coaching and Sport Science Review; 77 (27): 23-25

RESUMEN

Si l'on souhaite augmenter le nombre d'enfants qui pratiquent le tennis et faire en sorte qu'ils continuent de jouer, il est indispensable de garantir leur réussite dès leurs premiers pas dans ce sport. Pour ce faire, les programmes doivent être conçus de manière à créer des conditions d'entraînement favorables et les entraîneurs doivent posséder les qualifications requises et être conscients du rôle qu'ils ont à jouer auprès des enfants. Lorsqu'ils sont bien pensés, les programmes permettent une initiation de qualité et favorisent la poursuite de la pratique du tennis, ce qui participe à la croissance et au développement du tennis en général.

Mots clés: tennis, initiation au sport, Tennis10s

Adresse électronique de l'auteur : capacitacao@fpt.com.br

Article reçu : 13 Janv. 2019

Article accepté : 22 Fev. 2019

INTRODUCTION

Comme nous l'avons mentionné dans l'article intitulé « Initiation au tennis : aperçu de la situation au Brésil et évaluation des possibilités », plusieurs facteurs sont favorables au développement de la pratique du tennis à l'heure actuelle au Brésil, notamment l'utilisation d'un matériel adapté, le recours au programme Tennis10s, la formation d'entraîneurs nationaux et le meilleur accès à l'information. Cela étant, un certain nombre de défis devront être relevés si l'on souhaite continuer de faire des progrès dans le domaine de l'initiation au tennis. À cet égard, l'objectif de cet article est de donner un aperçu des obstacles à surmonter et des possibilités à exploiter dans l'optique de donner un nouvel élan aux programmes d'initiation au tennis au Brésil.

MÉTODOS

Les méthodes appliquées sont identiques à celles qui ont été décrites dans l'article précédent et nous vous les présentons ici de nouveau de manière condensée. Nous avons interrogé 14 coordinateurs travaillant dans des clubs au Brésil au sein desquels les efforts de développement du tennis à la base (initiation au tennis) représentent une part importante des activités. Une analyse thématique a été réalisée (Sparkes et Smith, 2014), ce qui a permis de dégager trois grandes catégories, divisées selon deux axes principaux : (I) Les défis (a) des entraîneurs et (b) du développement du tennis auprès des enfants ; et (II) Les moyens de donner un nouvel élan (c) en obtenant de l'aide pour les clubs et les projets de niveau élémentaire.

PREMIER AXE – Les défis : développement du tennis à la base au Brésil

Coordinateurs	Catégorie
(S2 ; S5 ; S9 ; S12 ; S13)	Défis que doivent relever les entraîneurs
(S2 ; S4 ; S13)	Défis du développement du tennis auprès des enfants

Figure 1. Défis qui doivent être relevés dans le cadre des efforts d'initiation au tennis à l'échelle nationale.



SECOND AXE – II -Les moyens de donner un nouvel élan : développement du tennis à la base au Brésil

Coordinateurs	Catégorie
(S4 ; S5 ; S9 ; S12 ; S14)	Aide pour les clubs et les projets de base

Figure 2. Proposition pour donner un nouvel élan aux efforts d'initiation au tennis à l'échelle nationale.

RÉSULTATS ET EXAMEN

Défis

Alors que la formation des entraîneurs a été citée dans le précédent article comme étant l'un des points forts de la structure en place au Brésil en matière d'initiation au tennis et de développement de la pratique à la base, d'autres aspects liés aux entraîneurs constitueraient autant de défis à relever si l'on souhaite continuer de faire des progrès dans ce domaine. La pénurie d'entraîneurs qualifiés a notamment été mentionnée comme un facteur susceptible de freiner la croissance du tennis.

« [...] Nous n'avons pas énormément d'enseignants ici dans l'État de Rio Grande do Sul et je ne sais pas vraiment pourquoi. Il y a probablement plusieurs explications. Par exemple, le ramasseur de balles qui ne peut plus être entraîneur, il doit

(phrase inachevée). Avant, il y avait beaucoup de personnes [ramasseurs de balles] qui étaient probablement mieux formées que [les entraîneurs] aujourd'hui, qui n'avaient peut-être pas les connaissances physiologiques, mais qui possédaient de solides connaissances techniques car elles étaient sur le court avec un professionnel depuis l'âge de 10 ans. Au fil du temps, elles étaient capables d'assimiler des connaissances et finissaient par devenir enseignants ou joueurs. Ce profil d'entraîneur n'existe plus de nos jours. Maintenant, il y a beaucoup d'enseignants qui possèdent une formation universitaire solide, mais qui manquent d'expérience sur le terrain. En ce qui concerne les entraîneurs, voilà ce qui s'est passé et il faut reconnaître qu'il n'y en a pas beaucoup. » (S12 – 15 min 03 s).

Le problème soulevé ici semble être lié à la socialisation pré-professionnelle d'une part importante des entraîneurs brésiliens, due au fait qu'ils ont été ramasseurs de balles ; un phénomène qui est aujourd'hui en déclin au Brésil. Par ailleurs, il faut savoir que l'incorporation du tennis dans les programmes universitaires présente des difficultés considérables et qu'il est désormais obligatoire de détenir une formation de base en éducation physique pour pouvoir exercer légalement le métier d'entraîneur au Brésil, ce qui explique en partie la situation actuelle.

Un autre coordinateur (S2) a mentionné deux autres éléments en rapport avec les entraîneurs qui méritent d'être soulignés. La première observation concerne le rôle secondaire qui est souvent accordé aux personnes qui évoluent dans le domaine de l'initiation sportive ou qui participent aux stades initiaux du développement sportif à long terme. En effet, il est clair que les entraîneurs qui possèdent le plus d'expérience encadrent des joueurs de haut niveau, tandis que ceux qui ont moins d'expérience travaillent avec des joueurs plus jeunes au niveau élémentaire (RAMA, 2016).

« [...] Je pense qu'on devrait demander à nos meilleurs entraîneurs de travailler au niveau élémentaire. Selon ce que j'observe, les entraîneurs les plus compétents ne travaillent jamais au niveau de la formation élémentaire ; ils interviennent plutôt plus tard dans le processus. Par conséquent, je crois qu'il y a un manque réel dans le domaine du développement à la base. » (S2 – 7 min 14 s).

La deuxième observation faite par le même coordinateur peut être considérée soit comme le résultat de la situation décrite ci-dessus, soit comme l'un des facteurs responsables de cette situation.

« [...] Les entraîneurs qui travaillent au niveau débutant n'ont pas de bons revenus. Du moins, d'après ce que je sais. » (S2 – 8 min 33 s).



Dès lors, la question qu'il convient de se poser est la suivante : La raison pour laquelle les entraîneurs expérimentés ne travaillent pas au niveau élémentaire est-elle qu'ils seraient moins rémunérés ? Ou est-ce que les entraîneurs intervenant dans les programmes de formation sportive au niveau débutant sont moins payés du fait que leurs collègues plus chevronnés ne travaillent pas à ce niveau ? Toujours est-il que ces deux points soulevés sont intéressants et méritent d'être pris en considération dans le contexte de projets futurs.

La seconde catégorie révélée par l'analyse en ce qui concerne les défis à relever porte sur la nécessité d'amener plus d'enfants à jouer au tennis. Dans ce cas précis, le caractère élitiste du sport et les coûts liés à sa pratique semblent être les principaux facteurs limitants à surmonter.

« [...] Je reste d'avis que la pratique du tennis au Brésil coûte très cher, à moins que vous ne disposiez d'une structure au sein d'un club qui vous permette de jouer. Si vous n'avez pas accès à ça dans un club, il est alors difficile de se rendre dans une salle de sport ou ailleurs en raison du prix. C'est un vrai défi. Un autre défi à relever sera de rendre le tennis plus populaire. Le tennis au Brésil demeure un sport qui est réservé à une élite. » (S6 – 9 min 18 s).

Un autre facteur qui pourrait avoir un effet négatif sur l'augmentation du nombre d'enfants pratiquant le tennis est lié à la quantité d'activités auxquelles les enfants participent et au fait que la pratique sportive chez eux est constamment en déclin.

« [...] De nos jours, l'école prend beaucoup de temps aux enfants. C'est donc un défi pour nous. Auparavant, il était possible de prévoir des activités à partir de 14 h. Aujourd'hui, ça ne marche plus, sauf dans de rares cas. » (S1 – 16 min 21 s).

Enfin, les difficultés éprouvées par les enfants sur le plan moteur sont également un facteur à prendre en considération selon deux des coordinateurs interrogés (S1, S12). Le déclin des jeux en plein air, des jeux avec but et de l'offre d'expériences motrices, qui résulte des changements de mode de vie des enfants au cours des dernières décennies (Côté et al., 2007), est révélateur d'une tendance à la baisse des indices de performance motrice chez les enfants et les jeunes au Brésil, ce qui nécessite un effort de réflexion de la part des professionnels qui travaillent dans ce domaine (Ré et al., 2018).

Moyens de donner un nouvel élan

Lorsqu'ils ont été interrogés sur les moyens de donner un nouvel élan au volet consacré à l'initiation au tennis, les coordinateurs ont affirmé qu'il était nécessaire d'obtenir plus de soutien pour les clubs et les projets de niveau élémentaire. Il s'agit de la seule catégorie qui est ressortie de l'analyse pour ce facteur.

Ainsi, il est possible de percevoir la recherche de relations plus étroites avec la Confédération brésilienne de tennis (CBT), notamment dans le but de déterminer la manière dont elle pourrait aider les clubs dans le cadre de programmes d'initiation. Cette participation pourrait se manifester de différentes façons : établissement de principes généraux relatifs au travail d'initiation, mesures spécifiques telles que la programmation de visites et l'organisation de formations dans les clubs à l'intention des entraîneurs.

« [...] Il est essentiel que ce travail se fasse (faisant allusion aux visites), qu'on sente un intérêt, que la Confédération brésilienne de tennis se penche sur la question du développement à la base. Parce qu'en réalité, ce qui s'est passé, c'est que les fédérations ont étudié la question, la CBT a étudié la question, mais on n'est jamais allé plus loin. [...] Ce que nous avons besoin de savoir, c'est

ce que cherche exactement à accomplir la CBT maintenant, en ce qui a trait à la formation. » (S4 – 13 min 25 s).

CONCLUSION

Les résultats de la présente étude montrent que les principaux défis dans le contexte de l'initiation au tennis sont liés, d'une part, à la pénurie d'entraîneurs et, d'autre part, au nombre d'enfants qui pratiquent le tennis. En ce qui concerne le premier point, l'approche fondée sur le contexte universitaire semble inévitable compte tenu qu'une formation universitaire initiale est désormais exigée pour pouvoir exercer le métier d'entraîneur au Brésil. À cet égard, l'accès au marché du travail pour les nouveaux professionnels pourrait passer par la mise en place de programmes de stages et d'activités pratiques dans les clubs ou les salles de sport. En ce qui concerne le deuxième point, à savoir la nécessité d'accroître le nombre de pratiquants et de favoriser la formation tennistique des enfants qui jouent déjà, de nouvelles stratégies de développement devront être mises en œuvre.

Remarque : Les auteurs aimeraient remercier la Confédération brésilienne de tennis pour l'aide financière et le soutien logistique qu'elle a apportés dans le cadre de la présente étude.

RÉFÉRENCES

- Cortela, C. C., Aburachid, L. M. C., Sousa, S. P., Cortela, D. N. R., & Fuentes, J. P. (2013). Initial and continuing training of tennis coaches in Parana State. *Conexões*, 11(2), 60-84.
- Côté, J.; Baker, J.; Abernethy, B. (2007). Practice and Play in the development of sport expertise. In G. Tenenbaum, G., R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (pp. 184-202). Hoboken: John Wiley & Sons.

- Milistedt, M. (2015). The professional learning of sports coaches: Analysis of Initial Training Strategies in Physical Education. 141p. Thesis (Doctoral Degree in Physical Education) - Post-Graduation Program in Physical Education, Federal University of Santa Catarina, Florianópolis, Brazil.
- Rama, L. (2016). Teoria e metodologia do treino: modalidades individuais. In A. V. Raposo (Ed.), *Plano nacional de formação de treinadores: Manuais de formação Grau I* (pp. 1-103). Lisboa: Instituto Português de Desporto e Juventude.
- Ré et al. (2018). Motor competence of schoolchildren from public education in São Paulo city, Brazil. *J. Phys. Educ.* 29, 1-8. doi: 10.4025/jphyseduc.v29i1.2955.
- Sparkes, A. C., & Smith, B. (2014). *Qualitative research methods in Sport, Exercise and Health*. London: Routledge.

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH (CLIQUEZ)



Recours à du matériel de tennis adapté : le point de vue des entraîneurs

Karl Davies (USA)

ITF Coaching and Sport Science Review; 77 (27): 26-29

RÉSUMÉ

Les entraîneurs ont un rôle déterminant à jouer pour attirer et fidéliser un plus grand nombre de pratiquants de tous âges dans le tennis. Les outils auxquels ils ont recours peuvent les aider à s'acquitter plus efficacement de ce rôle. Au cours des dix dernières années, le matériel de tennis adapté a fait l'objet de recherches plus approfondies et d'une utilisation accrue de la part des entraîneurs. À ce stade, il apparaît donc intéressant de chercher à comprendre le point de vue des entraîneurs qui se servent de ce type d'équipement. Grâce aux observations recueillies, il sera possible d'établir des pratiques optimales et de les diffuser auprès d'autres entraîneurs pour optimiser le développement de notre sport.

Mots clés : entraîneurs, matériel de tennis adapté, approche par les contraintes, point de vue.

Article reçu : 5 Mars 2019

Adresse électronique de l'auteur : karl.davies@usta.com

Article accepté : 1 Avr. 2019

INTRODUCTION

Tous les entraîneurs devraient prendre en considération, dans leurs objectifs et dans leurs interventions, la nécessité de développer l'athlète dans son ensemble. Pour offrir un entraînement axé sur le développement global et le bien-être général des athlètes, il convient de tenir compte de l'identité affective, personnelle, culturelle et sociale de chaque athlète ainsi que de la manière dont cette identité influe sur le développement sportif et la performance sportive. Ce principe vaut pour l'ensemble du spectre de développement de l'athlète, du jeune enfant à l'athlète accompli. Un cadre est couramment utilisé pour couvrir tous les aspects assurant un développement complet de l'athlète : il s'agit du modèle des 4C (Comité olympique des États-Unis, 2017).



Aspects du développement de l'athlète	Description
Compétence	Habiletés propres au sport pratiqué, sur les plans de la technique, de la tactique et de la performance sportive ; état de santé général, condition physique et bien-être physique.
Confiance en soi	Croyance en ses propres capacités, résilience, force mentale et estime de soi.
Connexion	Compétences relationnelles, c'est-à-dire la capacité à nouer et à entretenir des relations profondes et positives avec autrui.
Caractère	Respect envers le sport et envers les autres, intégrité, autodiscipline et bien-être éthique et moral.

Tableau 1 : le modèle des 4C pour un développement complet de l'athlète (Comité olympique des États-Unis, 2017).

ADAPTATION AU CONTEXTE

À l'heure d'Internet, on peut trouver de multiples exemples d'activités d'entraînement en quelques clics. Ces méthodes d'entraînement prescriptives, bien qu'elles soient très faciles à évaluer, ne doivent pas être mises en œuvre sans tenir compte du contexte. Toute personne qui souhaite offrir un entraînement de qualité doit être en mesure d'adapter ses connaissances aux besoins particuliers de l'athlète et à l'environnement dans lequel elle enseigne (Comité olympique des États-Unis, 2017).

APPROCHE PAR LES CONTRAINTES

L'évolution constante des conditions de jeu signifie que la prise de décision et l'action qui en résulte doivent être effectuées en fonction du moment. La perception des principales sources d'information est le reflet de l'ajustement qui existe entre les caractéristiques propres du joueur et les propriétés de la tâche à exécuter (Davids, Araujo, Hristovski, Passos et Chow, 2012).

Lors d'un échange, les possibilités d'action offertes par la situation sont le résultat de la relation continue entre le joueur et son adversaire. Le joueur doit être en permanence attentif aux caractéristiques du match qui le renseignent sur la manière et le moment d'agir dans le but d'atteindre un objectif.

Le joueur ne doit pas attendre de recevoir l'information de manière passive, mais s'efforcer de la trouver. L'amélioration de la capacité à agir avec succès résulte essentiellement de l'augmentation de la sensibilité aux propriétés pertinentes de l'environnement qui guident l'action visant à atteindre un objectif.

L'ENTRAÎNEMENT : UN PROCESSUS DE MANIPULATION DES CONTRAINTES PERTINENTES

L'entraînement est une méthode centrée sur la manipulation des principales contraintes qui amplifie les sources d'information permettant aux joueurs d'atteindre leurs objectifs (Carvalho, Araújo, García-González et Iglesias, 2011). Le terme « contraintes » désigne les exigences qui déterminent l'action à exécuter, lesquelles peuvent être de diverses natures : instructions et retour d'information supplémentaire (« feedback augmenté ») donnés par l'entraîneur, mouvements des joueurs, type de

balle ou de raquette utilisé ou amplitude de mouvement d'une articulation donnée (Carvalho, Correia, et Araujo, 2013).

Ces contraintes, qui interagissent simultanément pour orienter le comportement, peuvent être classées, d'un point de vue théorique, dans trois catégories principales : 1) la tâche, 2) le joueur et 3) l'environnement. Ces trois types de contraintes exercent une influence sur l'entraînement et la performance.

Les contraintes relatives à la tâche à exécuter sont liées aux caractéristiques de cette dernière, telles que les objectifs, les règles et les moyens. La façon dont les joueurs interprètent cette action dépend du contexte dans lequel elle survient. La capacité à atteindre un objectif donné est limitée par les conditions dans lesquelles la tâche est exécutée. Par exemple, le comportement du joueur sera différent si on lui demande de jouer cinq coups de fond de court, en veillant à garder la balle en jeu, avant de déclencher un coup d'attaque. S'il réalise cette attaque à l'aide d'un coup droit, il marque un point. L'entraîneur peut recourir à différentes stratégies afin d'imposer des contraintes liées aux tâches, sachant que les contraintes sont en interaction constante, quelles que soient les catégories auxquelles elles appartiennent (Carvalho et al., 2013).

Le résultat de la manipulation des différentes contraintes liées aux tâches varie en fonction du niveau de jeu des joueurs. Les contraintes liées au joueur sont essentiellement :

- d'ordre structurel, c'est-à-dire les contraintes qui sont relativement constantes dans le temps, comme la morphologie, la composition corporelle, voire le niveau de compétence pour une tâche donnée ;
- d'ordre fonctionnel, c'est-à-dire les contraintes qui ont trait aux pensées, aux émotions, à la motivation, à la fatigue, à la vitesse et à la concentration.

Bien que les contraintes structurelles ne puissent être modifiées, il est possible de faire en sorte qu'elles soient présentes, et ce, par le choix des partenaires d'entraînement. Lorsqu'on travaille avec ces contraintes, on peut créer des situations d'entraînement de manière à limiter le fait qu'un joueur est plus grand, plus fort, plus fatigué ou moins performant. Par exemple, dans le cas d'un grand joueur doté d'un bon service, on peut ne lui donner le droit qu'à un seul service pour débiter les échanges, contre deux services habituellement autorisés selon les règles du jeu (Carvalho et al., 2013).

Les contraintes liées à l'environnement peuvent être à la fois d'ordre social et d'ordre physique. Le développement des joueurs est influencé par le climat d'entraînement instauré par l'entraîneur. Ce dernier peut établir deux types d'environnement différents sur le plan social : un environnement centré sur le moi ou un environnement centré sur la tâche à accomplir (Roberts, Treasure et Conroy, 2007).



Dans le cadre du premier, l'accent est mis sur l'environnement de compétition et sur la comparaison des performances du joueur avec celles des autres joueurs. Dans le cadre du second, on sollicite la motivation intrinsèque du joueur et on incite ce dernier à améliorer ses performances en se servant de ses résultats précédents comme point de référence.

Différentes sources de contraintes interviennent simultanément pour influencer le comportement. L'approche par les contraintes défend l'idée que les joueurs doivent apprendre à jouer en présence de facteurs internes et externes variables. La capacité à manipuler les contraintes est déterminante pour introduire des éléments de variabilité fonctionnelle dans les principales contraintes qui ont une influence sur la performance. Cette méthode d'intervention favorise le développement d'une plus grande sensibilité aux caractéristiques du match en cours, lesquelles renseignent le joueur, compte tenu de ses caractéristiques propres et des circonstances, sur la manière d'atteindre un certain objectif (Carvalho et al., 2013). Dans le cadre d'un programme prévoyant le recours à du matériel de tennis adapté, l'entraîneur a la possibilité de manipuler les contraintes liées aux balles, à la raquette et au court pour favoriser la réussite des joueurs. De plus, la tâche que l'entraîneur demande à ses élèves de réaliser peut aussi être adaptée et ajustée selon les principes de l'approche par les contraintes pour faciliter l'atteinte des objectifs. Il est difficile d'atteindre ce degré de réussite avec de jeunes joueurs débutants lorsqu'on utilise un équipement standard.

Une grande partie des joueurs de 10 ans et moins apprennent le tennis avec un entraîneur dans le cadre de leçons individuelles ou en groupe. Si les parents décident très tôt de faire appel à un entraîneur, c'est essentiellement parce qu'ils n'ont jamais joué au tennis eux-mêmes (Pankhurst et Collins, 2015). La modification du matériel de tennis est un concept relativement nouveau pour la plupart des parents. Les fédérations qui ont récemment opté pour le recours à du matériel adapté dans leurs programmes se sont vu opposer une certaine résistance de la part des entraîneurs, car lorsque ces derniers ont appris à jouer, ils n'utilisaient pas ce type d'équipement (Pankhurst, 2016). Cette attitude de résistance a suscité l'intérêt de l'auteur de la présente étude, dont l'objet est d'en apprendre davantage sur le point de vue des entraîneurs quant à l'utilisation de matériel adapté dans le tennis.

Dans le sillage de cette résistance, on observe, dans bien des cas, une certaine lenteur à intégrer de nouvelles stratégies d'enseignement dans les programmes de formation des entraîneurs, ce qui fait que les entraîneurs n'ont pas suffisamment d'indications sur lesquelles s'appuyer pour concevoir leurs programmes d'entraînement quotidiens à l'intention des joueurs de 10 ans et moins (Pankhurst, 2016). Par ailleurs, ce n'est que récemment que les informations sur le développement physique, physiologique, mental et social des enfants de 10 ans et moins ont été incorporées dans les stages de formation des entraîneurs. Enfin, Malina (2008a) affirme que l'apprentissage et l'enseignement d'habiletés sont influencés par le choix de la stratégie et de la technique d'instruction que l'on utilise auprès des athlètes.

Dans le prolongement de ce concept, selon qu'ils travaillent avec des enfants de 10 ans et moins, des adolescents ou des adultes, les entraîneurs devraient adapter leur comportement et leurs méthodes de travail en suivant des stratégies d'enseignement différentes, sachant que ces trois publics n'ont ni les mêmes besoins ni les mêmes aptitudes. Ainsi, il devient essentiel pour les entraîneurs de mettre en place des environnements appropriés et différents (Vickers, 2008) pour les enfants de 10 ans et moins, et ce, pour les raisons suivantes :

- on sait que les enfants aiment s’amuser et être en présence d’adultes ;
- les entraîneurs doivent modifier fréquemment les activités pour faire en sorte que les enfants demeurent motivés ;
- les enfants apprennent essentiellement en reproduisant ce qu’ils voient ;
- les enfants aiment être entourés de leurs amis, même si ceux-ci n’ont pas forcément les mêmes habiletés qu’eux.

Dans cette optique, les entraîneurs doivent créer un environnement ludique et sans danger et s’appuyer sur un large éventail d’idées faisant intervenir des stimuli visuels. On leur recommande d’apprendre aux enfants à être actifs et de limiter les informations verbales qu’ils donnent (Kluka, 1999). Pour beaucoup d’entraîneurs qui ont formé des enfants plus âgés et des adultes, le fait de devoir créer de nouveaux environnements d’apprentissage, où les enfants de 10 ans et moins apprennent également en jouant à force d’essais et d’erreurs, est une tâche difficile mais pas impossible. Nombre d’entraîneurs continuent de placer les enfants en file indienne et de leur envoyer des balles à frapper. Les enfants aiment bouger, et le tennis est un jeu de mouvement dans lequel les joueurs doivent utiliser toute une variété d’habiletés différentes dans un environnement dynamique. Attendre les uns derrière les autres pour pouvoir frapper une balle de temps à autre n’est ni plaisant ni pertinent pour des enfants de 10 ans et moins (Pankhurst, 2016).

Sur le plan de la formation des entraîneurs, il est important d’apprendre aux entraîneurs à mettre au point des programmes et à organiser des séances dont le contenu et la fréquence sont spécialement adaptés aux enfants de 10 ans et moins. Selon les recommandations issues de plusieurs études (Bompa, 2000 ; Balyi et al., 2013), la quantité d’activité physique effectuée par les enfants de 10 ans et moins devrait être proportionnellement moins élevée que celle effectuée par les enfants plus âgés et les adultes. Par ailleurs, d’autres recherches (Coté, Baker et Abernethy, 2007 ; Balyi et al., 2013) ont mis en avant la nécessité pour les jeunes athlètes de pratiquer plusieurs sports différents et de ne pas se consacrer à un seul sport. L’objectif visé par une telle approche est de permettre le développement d’expériences et d’habiletés variées qui pourraient servir de base au développement de compétences propres au tennis. Certains enfants, lorsqu’ils atteignent l’âge de huit ou neuf ans, manifestent l’envie plus ou moins forte de se spécialiser dans un sport en particulier (Balyi et al., 2013)

Recommandations des fédérations nationales en matière d’âge par stade d’apprentissage			
Fédération nationale	Stade rouge	Stade orange	Stade vert
Fédération canadienne	5-7 ans	7-9 ans	9-10 ans
Fédération australienne	5-7 ans	8-10 ans	9-10 ans
ITF	5-7 ans	8-10 ans	9-10 ans
Fédération américaine	6-8 ans	7-10 ans	9-10 ans
Fédération britannique	5-8 ans	8-9 ans	9-10 ans

Tableau 2 : Résumé des recommandations en matière d’âge pour chacun des stades d’apprentissage au moyen de matériel adapté (ITF, 2012b).

Au tennis, l’emploi de matériel modifié peut aider les enfants à améliorer leurs compétences et à atteindre un bon niveau de jeu à un plus jeune âge ; de la même manière, grâce à ces premiers succès, les entraîneurs peuvent encourager les enfants à s’entraîner plus et à prendre part à davantage de compétitions (Farrow et Reid, 2010). Toutes les parties prenantes (entraîneurs, parents et organisations à vocation sportive) doivent avoir conscience des conséquences de la spécialisation précoce dans le tennis (Farrow et Reid, 2010).

MÉTHODES

La recherche présentée ici est fondée sur une conception descriptive. Elle a été menée dans une perspective qualitative, en ce sens qu’il s’agissait d’évaluer le point de vue des entraîneurs de tennis concernant le recours à de l’équipement adapté.

Les entraîneurs ont été sélectionnés sur la base de leur expérience dans le domaine de l’exécution de programmes intégrant du matériel modifié. Les entraîneurs représentent une excellente source d’information dans la mesure où ils peuvent intervenir en même temps auprès de joueurs qui se situent aux trois stades d’apprentissage (rouge, orange et vert). Ils peuvent également fournir un retour d’information intéressant sur certains aspects dont ils savent, pour l’avoir vécu, qu’ils contribuent ou nuisent à la réussite des joueurs à chacun des stades.

Vingt entraîneurs ont été invités à répondre à une série de questions dans le cadre d’entretiens individuels, puis les données ainsi recueillies ont été analysées. La répartition entre hommes et femmes était relativement équilibrée, avec la participation de douze entraîneurs et de huit entraîneuses. Les personnes choisies pour être interrogées représentaient un échantillon exceptionnel puisqu’elles possédaient en moyenne 23 ans d’expérience dans le domaine de l’entraînement et 11,9 ans dans l’utilisation de matériel de tennis adapté.

RÉSULTATS

D’après les principales données glanées auprès des entraîneurs concernant la manière de progresser tout au long des trois stades pour parvenir jusqu’à la phase où les joueurs délaissent l’équipement adapté au profit d’un matériel standard, la recette du succès consiste à s’assurer que les enfants ont bien assimilé les habiletés apprises avant de passer à l’étape suivante. Par ailleurs, les entraîneurs ont fait valoir que cette transition ne devait pas s’effectuer en fonction de l’âge, mais en fonction du degré de développement des aptitudes, la raison avancée étant que les joueurs se développent à des rythmes différents. Comme l’illustre la figure 1, au moment où les joueurs passent d’un stade au suivant, leur niveau de jeu régresse. Si le processus de développement ou d’acquisition des compétences n’est pas terminé, cette régression pourrait être accentuée et, par conséquent, compromettre la réussite des joueurs.

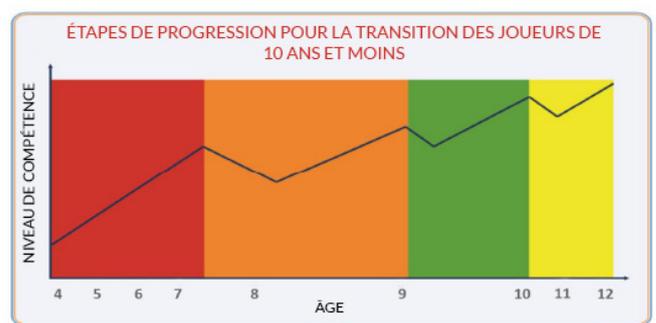


Figure 1 : étapes de progression pour la transition des joueurs de 10 ans et moins.

Dans le cadre des entretiens menés auprès de tous les entraîneurs, qui ont permis de leur poser une première série de questions suivie de questions complémentaires destinées à approfondir leurs opinions, il a été possible de dégager plusieurs points de vue récurrents, qui sont présentés ci-après en ordre hiérarchique.

- Point de vue 1 : les entraîneurs aiment travailler au moyen de l’approche par les contraintes pour favoriser la réussite de leurs joueurs.

- Point de vue 2 : pour les compétitions organisées avec du matériel adapté, il faudrait tenir compte du niveau de développement des habiletés et non de l'âge.
- Point de vue 3 : les entraîneurs aiment faire une démonstration des tâches à accomplir lorsqu'ils présentent des activités d'entraînement à leurs joueurs.
- Point de vue 4 : les entraîneurs appliquent les mêmes approches, qu'ils utilisent du matériel adapté ou du matériel standard.
- Point de vue 5 : les entraîneurs ont une vision très positive des programmes fondés sur le recours à du matériel de tennis adapté.
- Point de vue 6 : les entraîneurs aiment appliquer les principes de l'enseignement coopératif lorsqu'ils entraînent leurs joueurs à l'aide d'un équipement adapté.
- Point de vue 7 : les entraîneurs aiment varier les activités pour faire en sorte que leurs joueurs restent motivés tout au long des séances.
- Point de vue 8 : il faut proposer davantage d'activités en équipe aux joueurs qui participent à des programmes d'entraînement avec matériel adapté.

DISCUSSION

Les entraîneurs, du fait qu'ils comptent parmi les groupes d'intervenants concernés, jouent un rôle déterminant dans l'utilisation de matériel adapté dans le cadre des programmes d'enseignement du tennis. Dans leur volonté de rendre leurs programmes attrayants et de fidéliser les participants, ils ont adopté certaines pratiques optimales dont pourraient s'inspirer d'autres établissements et d'autres entraîneurs.

On trouvera ci-dessous une synthèse des pratiques employées par les entraîneurs :

- adoption des principes de l'enseignement coopératif ;
- recours à l'approche par les contraintes pour favoriser la réussite des joueurs ;
- utilisation de démonstrations pour montrer les tâches à accomplir ;
- adaptation de leurs activités pour maintenir l'intérêt des joueurs ;
- promotion de la compétition pour favoriser le jeu en équipe ;
- prise en compte du niveau de développement des compétences plutôt que de l'âge comme critère pour le passage à un stade supérieur.

Les points de vue mentionnés ici constituent des enseignements positifs, qui laissent entrevoir les multiples façons dont on peut enseigner, motiver les joueurs, passer d'un stade à un autre et offrir des formats de compétition.

CONCLUSION

Du point de vue des entraîneurs, le recours à du matériel de tennis adapté est une méthode efficace pour faciliter le développement des habiletés. L'enseignement coopératif, la démonstration des activités et l'approche par les contraintes s'inscrivent dans la droite ligne des stratégies recommandées pour l'enseignement du tennis chez les jeunes, et l'utilisation de matériel adapté semble encourager ces pratiques. Les entraîneurs font part de

remarques intéressantes en ce qui a trait à la transition entre les différents stades d'un programme d'entraînement avec matériel adapté. Notamment, ils suggèrent de se baser non pas sur l'âge, mais sur le niveau de développement des habiletés pour décider à quel moment faire passer un joueur d'un stade à un autre. Ce point de vue va à l'encontre de la stratégie employée par les fédérations nationales pour leur filière de compétition. Afin d'aider les entraîneurs à s'assurer que la progression de leurs joueurs d'un stade à un autre se fera en fonction de l'atteinte d'un niveau d'habiletés donné et non de l'atteinte d'un niveau de compétition donné, les fédérations nationales devraient envisager de réexaminer leur filière de compétition liée aux stades rouge, orange et vert d'un programme d'entraînement avec matériel adapté.

RÉFÉRENCES

- Balyi, I., Way, R., & Higgs, C. (2013). Long-term athlete development. Leeds, UK: Human Kinetics.
- Bompa, T.O. (2000). Total training for young champions. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Carvalho, J., Araújo, D., García-González, L., & Iglesias, D. (2011). The decision-making training in tennis: what scientific foundations can be applied in training programs? *Journal of Sports Psychology*, 20 (2), 767-783.
- Carvalho, J., Correia, V., & Araujo (2013). Constraints-based Coaching. *ITF Coaching and Sport Science Review*, 60 (12), 10-11.
- Cote, J., Baker, J., & Abernethy, B. (2007). Practice and play in the development of sport expertise. In G. Tenenbaum, & R. C. Eklund, (Eds.), *Handbook of sport psychology*. (3rd ed.), (pp. 184-202). Hoboken, NJ: Wiley.
- Davids, K., Araújo, D., Hristovski, R., Passos, P., & Chow, J. Y. (2012). Ecological dynamics and motor learning design in the sport. In N. Hodges & M. Williams (Eds.), *Skill acquisition in sport: Research, theory, and practice* (2nd ed.), (pp. 112-130). Abingdon, UK: Routledge.
- Farrow, D., & Reid, M. (2010). The effect of equipment scaling on the skill acquisition of beginning tennis players. *Journal of Sports Sciences*, 28, 723-732.
- Kluka, D. A. (1999). *Motor behavior: From learning to performance*. Englewood, CO: Morton Publishing Company.
- Malina, R. (2008a). Skill acquisition in childhood and adolescence. In H. Hebestreit & O. Bar-Or (Eds.), *The young athlete: The encyclopedia of sports medicine XIII* (pp. 96-111). Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Pankhurst, A. (2016). 10U Tennis: The essentials of developing players for the future. In A. Colvin & J. Gladstone (Eds.). *The Young Tennis Player* (pp. 1-16). Switzerland: Springer International Publishing.
- Pankhurst, A., & Collins, D. (2015). Talent Identification and development: The need for coherence between research, system, and process. *Quest*, 65(1), 83-97.
- Roberts, G., Treasure, D., & Conroy, D. (2007). Understanding the dynamics of motivation in sport and physical activity: an achievement goal interpretation. In G. Tenenbaum & R. Eklund (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (3rd ed.), (pp. 3-30). Hoboken, NJ: John Wiley.
- United States Olympic Committee, (2017). *Quality Coaching Framework*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Vickers, J. (2008). Skill acquisition: Designing optimal learning environments. In D. Collins, A. Button, & H. Richards (Eds.), *Performance psychology: A practitioner's Guide* (pp. 191-206). Oxford, UK: Churchill Livingstone.

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH (CLIQUEZ)



Effets de la menace du stéréotype sur la performance à des tests de motricité spécifique du sport

Jo Ward et Richard M. Buscombe (GBR)

ITF Coaching and Sport Science Review; 77 (27): 30-32

RÉSUMÉ

Le tennis féminin dans le monde entier est aux prises avec une pénurie de joueuses. On observe notamment une forte disparité entre les sexes chez les pratiquants au niveau compétitif ainsi que chez les pratiquants plus âgés, alors que la répartition est relativement égale chez les pratiquants beaucoup plus jeunes. Dès lors, il semble logique d'avancer que la menace du stéréotype de genre pourrait expliquer en partie les problèmes de sous-performance, voire de démotivation, observés chez les filles au tennis. Vingt-six filles âgées de 9 à 14 ans ont été réparties entre un groupe témoin et un groupe expérimental de taille égale et ont subi une batterie de tests de tennis courants, notamment un test de précision en coup droit, un test de saut en longueur sans élan et un test d'agilité T-test. Dans le cas du groupe expérimental, les participantes devaient lire un court énoncé qui laissait supposer que les filles obtiendraient des résultats inférieurs aux garçons. Les résultats ont montré une amélioration de la performance au sein du groupe expérimental, ce qui allait à l'encontre des hypothèses retenues. Malgré cela, l'étude a permis de mettre en évidence les effets des stéréotypes sur la performance.

Mots clés : menace du stéréotype, sexisme, tennis féminin, performance

Adresse électronique de l'auteur : jward@wimx.org.uk

Article reçu : 7 Mars 2019

Article accepté : 19 Mars 2019

INTRODUCTION

On observe au Royaume-Uni un problème lié à la pratique du tennis, puisque les femmes et les filles représentent à peine 25 % de l'effectif des participants aux compétitions. D'ailleurs, la situation du Royaume-Uni n'est pas unique : dans trois des quatre nations du Grand Chelem, on enregistre des chiffres comparables (il est à noter qu'aucune donnée n'est disponible pour les États-Unis). Toutefois, le problème semble plus grave qu'il n'y paraît au départ lorsqu'on l'examine de plus près. En effet, les chiffres des inscriptions aux programmes de mini-tennis indiquent que les filles représentent 45 % des nouvelles inscriptions ; nous sommes donc en présence d'un problème de fidélisation des joueuses. En résumé, bien que nous soyons en mesure de faire venir des jeunes filles au tennis, certains aspects de l'enseignement qu'elles reçoivent à leurs débuts, de leur adhésion à un club ou encore certaines expériences vécues en compétition font qu'elles finissent par se désintéresser de notre sport. De toute évidence, il importe de mettre en place des mesures plus efficaces afin de comprendre les causes profondes du problème et aussi de trouver des solutions.

REVUE DE LA LITTÉRATURE

Les premiers travaux de recherche sur la menace du stéréotype remontent au milieu des années 90 ; ils visaient à déterminer si les résultats médiocres étaient le résultat de l'effet psychologique d'un stéréotype négatif plutôt que de facteurs biologiques ou socio-économiques. Dans le cadre de leur étude qui allait faire école, Steele et Aronson (1995) ont observé que les élèves noirs obtenaient constamment des résultats scolaires décevants lorsque le stéréotype voulant que les personnes noires soient moins intelligentes que les personnes blanches était rendu pertinent. Durant une première expérience, on activait le stéréotype en informant les participants du groupe « menace du stéréotype (MS) » que le test avait pour but de mesurer la capacité intellectuelle (les participants du groupe témoin (T) étaient informés que ce n'était pas le cas). À l'occasion de la dernière expérience, les chercheurs ont découvert que le stéréotype, de même que ses effets néfastes sur la performance, était à ce point omniprésent que les résultats scolaires s'aggravaient lorsqu'on demandait aux participants noirs d'indiquer leur identité raciale sur le questionnaire qui précédait le test. Par conséquent, le fait qu'on leur rappelle leur race, dans un environnement caractérisé par des stéréotypes raciaux négatifs, était une condition qui suffisait à activer les effets de la menace du stéréotype. Steele



et Aronson ont également avancé que la sous-performance chronique pouvait conduire à une dévalorisation et à une désidentification du domaine et, à terme, à l'abandon. Les travaux ont montré que trois facteurs doivent être réunis pour que la MS ait une incidence sur la performance :

- la difficulté du test : doit se situer à la limite de la capacité des participants ;
- l'identification au domaine : les participants doivent être investis dans le domaine concerné ;
- la pertinence du stéréotype : les participants doivent être conscients du stéréotype (Aronson et al., 1999).

La menace du stéréotype a fait l'objet de plusieurs études portant sur la coordination motrice et le sport dans des domaines allant de la frappe au golf au tir au basket (voir par exemple Beilock et al., 2006). Étant donné que le sport est encore considéré comme un domaine réservé aux hommes (Clément-Guillotin, Chalabaev et Fontayne, 2011), il n'est pas surprenant que le groupe stéréotypé prédominant dans les études soit celui des femmes (voir par exemple Beilock et McConnell, 2004). Compte tenu de ce constat, des recherches seront nécessaires pour déterminer si des stéréotypes négatifs à l'égard des femmes dans le sport pourraient avoir une incidence sur les jeunes joueuses de tennis. S'il s'avère que la MS a des effets dans le tennis, cela pourrait être un facteur contribuant au déficit de rétention et donc ouvrir la voie à des travaux d'intervention ultérieurs dans ce domaine.

MÉTHODES

La première étude consistait en une expérience factorielle mixte sur le terrain à laquelle participaient 26 joueuses de compétition âgées de 9 à 14 ans. Pour avoir le droit de participer, les filles devaient être licenciées de la fédération britannique de tennis et avoir disputé des compétitions au moins de niveau régional. Afin de rendre la menace du stéréotype pertinente, les participantes devaient lire un texte court expliquant que les résultats obtenus au test serviraient à mesurer le niveau des qualités athlétiques et que les tests précédents avaient mis en évidence des différences entre les sexes. Cette activation explicite de la MS reproduisait les conditions d'études précédentes (voir Beilock et al. 2006). Les instructions données aux participantes du groupe témoin étaient que les tests étaient de simples activités d'établissement des faits permettant de déterminer les scores individuels obtenus aux tests. Les participantes ont été assignées au hasard au groupe de « menace du stéréotype » (MS) ou au groupe témoin (T), et les conditions n'étaient pas connues de l'expérimentatrice. Les tests ont été réalisés individuellement afin d'éliminer les effets de facilitation sociale.

Trois tests moteurs ont servi à enregistrer soit une performance propre au tennis (dans ce cas, la précision en coup droit), soit des mouvements considérés comme faisant partie intégrante de la performance sur le court de tennis (test du saut en longueur sans élan et T-test modifié ; Sassi et al., 2009).

Après une période de familiarisation et d'échauffement, les participantes devaient frapper 15 coups droits dans la diagonale en direction d'une cible, les erreurs en longueur et en largeur étant capturées par deux caméras placées à 90 degrés par rapport à la cible. Les données étaient ensuite analysées au moyen d'un logiciel (Tracker for Mac) et l'erreur radiale moyenne était calculée. Chacun des tests moteurs était réalisé trois fois, la mesure des sauts en longueur étant effectuée à l'aide d'un mètre à ruban et celle des temps au T-test à l'aide de cellules photoélectriques. Après la collecte des données prétest, la condition était activée, puis les participantes devaient répéter toutes les tâches, dans le même ordre, pour les mesures post-test.

RÉSULTATS

Les résultats ont montré que, aussi bien pour le saut en longueur (figure 1) que pour le test d'agilité (figure 2), la performance post-test était supérieure à la performance prétest dans la condition « menace du stéréotype », ce qui va à l'encontre des hypothèses retenues pour l'étude. La variation était certes faible dans les deux cas, mais potentiellement significative étant donné le nombre de fois où une joueuse de tennis doit démontrer ces habiletés motrices essentielles à l'entraînement et en compétition.

Aucune différence perceptible n'a été observée en ce qui concerne la performance selon la condition lors de l'exécution du test de précision en coup droit (figure 3).



DISCUSSION

Plusieurs raisons pourraient expliquer l'orientation inattendue des résultats, l'une d'entre elles étant que la difficulté des tests n'était pas suffisante pour se situer à la limite des capacités des participantes ; or, il a été établi qu'il s'agissait d'un facteur nécessaire pour provoquer les effets de la menace du stéréotype. Des études antérieures ont montré que lorsque le niveau de difficulté du test n'est pas atteint, les participants peuvent en fait améliorer leurs performances (voir par exemple Ben-Zeev, Fein et Inzlicht, 2005). Un deuxième élément qui peut être pris en considération est que le mode d'activation du stéréotype ne convenait pas à l'âge des participantes. L'activation au moyen de la lecture d'un court texte est courante dans les études sur les populations adultes. Cependant, il existe des méthodes plus variées, et qui conviennent probablement mieux, pour susciter

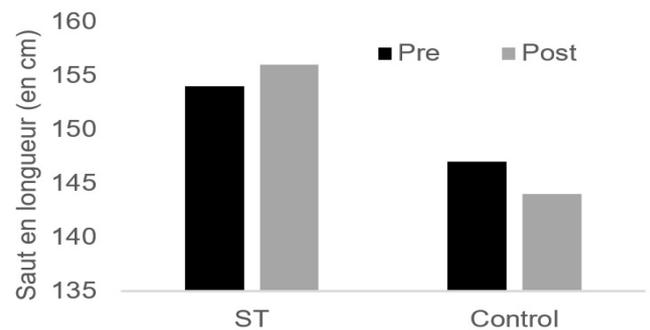


Figure 1. Saut en longueur : mesures prétest/post-test selon la condition.

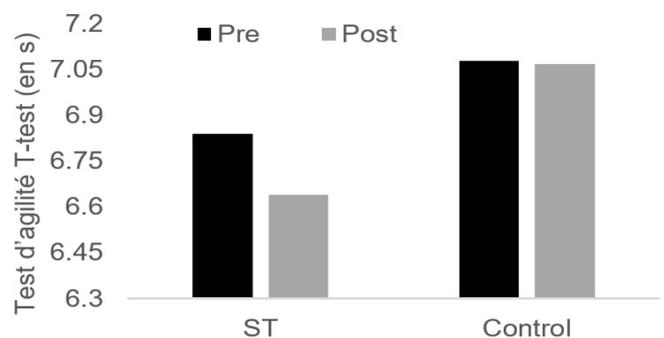


Figure 2. Test d'agilité : mesures prétest/post-test selon la condition

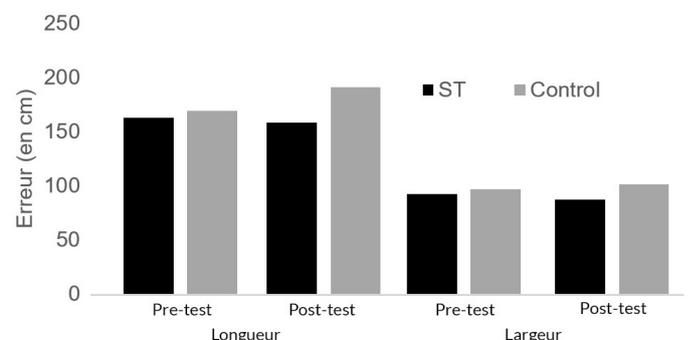


Figure 3. Erreur en longueur et en largeur lors de la tâche de précision en coup droit : mesures prétest/post-test selon la condition

l'intérêt d'un public plus jeune. Par exemple, Ambady et al. (2001) ont eu recours à une tâche de coloriage ; par ailleurs, dans le cadre d'un certain nombre d'études, l'activation de la menace s'est faite verbalement (par exemple, Alter et al., 2010 ; Chan et Rosenthal, 2014). Un troisième facteur possible tient au fait que la présence au sein du groupe d'une personne (l'expérimentateur) qui est connue des participants et dont on sait qu'elle s'efforce de combattre, de manière explicite et active, les stéréotypes négatifs du type de ceux qui sont utilisés pour activer la menace du stéréotype, peut avoir un effet neutralisant. D'autres études sont prévues pour tenter de tenir compte de tous ces aspects et continuer ainsi à explorer le rôle potentiel de la menace du stéréotype dans les performances et la participation des jeunes joueuses de tennis de compétition.

En conclusion, cette étude démontre qu'il existe des effets faibles, mais potentiellement significatifs, de la menace du stéréotype sur les performances sensorimotrices. Ce constat, combiné à l'état actuel de la recherche sur ce phénomène dans une multitude de domaines et groupes sociaux, donne à penser que des études plus approfondies devraient être menées. En effet, tant que les femmes et les filles dans le tennis continueront d'être en infériorité numérique dans un rapport de 3 pour 1, il conviendra de continuer de mener toute initiative susceptible de conduire à l'élaboration de méthodes visant à atténuer ou à éliminer totalement les effets de la menace du stéréotype.

RÉFÉRENCES

- Alter, A.L., Aronson, J., Darley, J.M., Rodriguez, C. and Ruble, D.N., (2010). 'Rising to the threat: Reducing stereotype threat by reframing the threat as a challenge.' *Journal of Experimental Social Psychology*, 46(1), pp.166-171.
- Ambady, N., Shih, M., Kim, A. and Pittinsky, T.L., (2001). 'Stereotype susceptibility in children: Effects of identity activation on quantitative performance.' *Psychological science*, 12(5), pp.385-390.
- Aronson, J., Lustina, M.J., Good, C., Keough, K., Steele, C.M. and Brown, J., (1999). 'When white men can't do math: Necessary and sufficient factors in stereotype threat.' *Journal of Experimental Social Psychology*, 35(1), pp.29-46.
- Beilock, S.L., Jellison, W.A., Rydell, R.J., McConnell, A.R. and Carr, T.H., (2006). 'On the causal mechanisms of stereotype threat: Can skills that don't rely heavily on working memory still be threatened?' *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(8), pp.1059-1071.
- Beilock, S.L. and McConnell, A.R., (2004). 'Stereotype threat and sport: Can athletic performance be threatened?' *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(4), pp.597-609.
- Ben-Zeev, T., Fein, S. and Inzlicht, M., (2005). 'Arousal and stereotype threat.' *Journal of Experimental Social Psychology*, 41(2), pp.174-181.
- Chan, N.H.W. and Rosenthal, H.E., (2014). 'Working memory moderates stereotype threat effects for adolescents in Hong Kong.' *Révue internationale de psychologie sociale*, 27(3), pp.103-118.
- Clément-Guillot, C., Chalabaev, A. and Fontayne, P. (2011). 'Is sport still a masculine domain', *International Journal of Sports Psychology*.
- Colley, A., Berman, E. and Van Millingen, L. (2005) 'Age and gender differences in young people's perceptions of sport participants.', *Journal of Applied Social Psychology*. Colley, Ann, School of Psychology, University of Leicester, Leicester, United Kingdom, LE1 7RH: Blackwell Publishing, 35(7), pp. 1440-1454.
- Heidrich, C. and Chiviakowsky, S. (2015). 'Stereotype threat affects the learning of sport motor skills', *Psychology of Sport and Exercise*, 18, pp. 42-46.
- Inzlicht, M. and Ben-Zeev, T. (2000). 'A threatening intellectual environment: Why females are susceptible to experiencing problem-solving deficits in the presence of males', *Psychological Science*. SAGE Publications, 11(5), pp. 365-371.
- Sassi, R.H., Dardouri, W., Yahmed, M.H., Gmada, N., Mahfoudhi, M.E. and Gharbi, Z., (2009). 'Relative and absolute reliability of a modified agility T-test and its relationship with vertical jump and straight sprint.' *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 23(6), pp.1644-1651.
- Steele, C.M. and Aronson, J., (1995). 'Stereotype threat and the intellectual test performance of African Americans.' *Journal of personality and social psychology*, 69(5), p.797.
- Stroop, J.R., 1935. Studies of interference in serial verbal reactions. *Journal of experimental psychology*, 18(6), p.643.

[SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH \(CLIQUEZ\)](#)



Matches truqués : une menace pour l'intégrité du tennis

Alejandro Valiño (ESP)

ITF Coaching and Sport Science Review; 77 (27): 33-35

RÉSUMÉ

Les matches truqués constituent une menace sérieuse pour l'intégrité du tennis professionnel et le marché des paris en ligne a rendu la situation extrêmement complexe. Ces dernières années, plusieurs infractions impliquant des personnalités très connues ont été fortement médiatisées dans le monde entier. Ces événements ont donné lieu à la mise en place d'une série de dispositions juridiques qui visent à encadrer les matches truqués et que tous les joueurs et tous les entraîneurs devraient connaître. Les infractions reconnues ne se limitent pas au simple fait de truquer le score final d'un match ; elles peuvent aussi englober des activités visant à déterminer à l'avance d'autres aspects du jeu, tels que le nombre d'aces, de breaks ou de doubles fautes. Le manquement à l'obligation de signalement de toute demande extérieure ayant pour objet d'inciter un joueur à ne pas donner le meilleur de lui-même ou d'influencer le résultat d'un match constitue également un cas d'infraction.

Mots clés : matches arrangés, paris, intégrité du tennis, tennis professionnel

Adresse électronique de l'auteur : alejandro.valino@uv.es

Article reçu : 29 Août 2018

Article accepté : 7 Oct. 2018

INTRODUCTION

Les matches truqués constituent l'une des plus grandes menaces pour l'intégrité du tennis professionnel, notamment parce qu'ils sont liés au marché des paris en ligne. Par le passé, le problème se limitait à déterminer à l'avance les résultats de compétitions ou de matchs. C'est pour cette raison que le système judiciaire a établi que ce type de comportement constituait une pratique illégale passible de mesures disciplinaires¹, de même que de mesures pénales dans le cadre de certaines compétitions qui présentent un grand intérêt sportif ou économique².

Cependant, d'autres aspects du jeu peuvent être déterminés à l'avance, tels que le nombre de breaks, de doubles fautes ou d'aces ou encore le moment où ils se produisent. Par le passé, même s'il avait été possible de prouver une intention frauduleuse, aucune sanction n'aurait pu être imposée en l'absence de conséquences sur le résultat final. Dès lors, les possibilités offertes par les plateformes de paris en ligne laissent aux personnes évoluant dans le milieu du tennis professionnel le champ libre pour retirer des avantages substantiels, et ce, sans prendre énormément de risques.

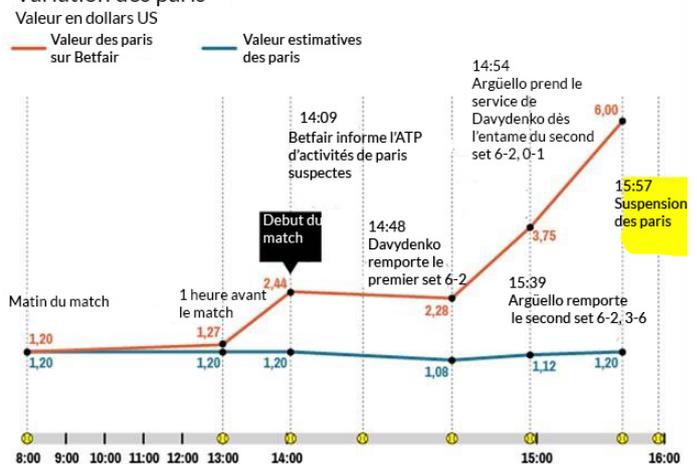
ARSENAL JURIDIQUE POUR LUTTER CONTRE LE TRUCAGE DES MATCHS DANS LE TENNIS PROFESSIONNEL

Le match par lequel le scandale est arrivé s'est déroulé le 2 août 2017 au tournoi de Sopot en Pologne : il opposait Nikolay Davydenko, à l'époque quatrième mondial, à Martín Vassallo Argüello, figurant alors au 87e rang du classement de l'ATP. Ce jour-là, alors que Davydenko vient de remporter facilement la première manche, les paris en faveur d'une victoire du joueur argentin continuent d'affluer jusqu'à atteindre un montant

¹ Dans les compétitions d'État en Espagne, l'art. 76.1.c) de la loi 10/1990 du 15 octobre définit comme une infraction très grave « les actes tendant à influencer, au moyen d'une somme d'argent, par voie d'intimidation ou par de simples accords, sur le résultat d'un match ou d'une compétition ». Selon les circonstances, la personne responsable pourrait se voir infliger une amende allant de 3 001 à 30 000 euros, une interdiction d'accès à des installations sportives ou une suspension d'une durée de 2 à 5 ans (art. 79.1 de la loi sur le sport susmentionnée).

² L'art. 286 bis du code pénal espagnol prévoit une peine d'emprisonnement de 6 mois à 4 ans, une suspension d'exercice de 1 à 6 ans et une amende trois fois supérieure au montant du bénéfice ou de l'avantage qu'un directeur, un administrateur, un employé ou un collaborateur d'une organisation sportive, de même qu'un sportif ou un arbitre, pourrait se procurer en s'adonnant à des activités visant à déterminer ou à influencer, de manière délibérée ou frauduleuse, le résultat d'une compétition ou d'un match.

Variation des paris



Source: Betfair

Figure 1. Variation des paris dans le match de Vassallo Argüello contre Davydenko, 2 Août 2007.

dépassant les 7 millions de dollars. Vassallo Argüello finit par remporter la rencontre sur forfait de son adversaire, le joueur russe s'étant blessé au début de la troisième manche. La société de paris Betfair décide d'annuler tous les paris avant même la fin du match³.

La couverture médiatique de l'affaire contraint les instances dirigeantes du tennis à l'échelle mondiale (ATP, WTA, ITF et GSB) à prendre des mesures. Ben Gunn et Jeff Rees sont chargés d'établir un rapport de la situation dont l'objectif est de faire la lumière sur les principaux facteurs constituant une menace pour l'intégrité du tennis. Parmi les principales recommandations formulées figure la création d'une organisation chargée expressément de s'occuper de cette question : la Tennis Integrity Unit (TIU). Les auteurs du rapport expriment également la nécessité de mettre en place un programme de lutte contre la corruption dans le tennis afin de mettre un terme à la diversité des réglementations en vigueur. Sont visées par les dispositions de ce programme les « personnes concernées », c'est-à-dire les joueurs, les personnes proches des joueurs (« personnes liées ») ainsi que les personnes qui exercent des activités pendant

³ Graphique tiré de « La Nación », quotidien argentin : <http://www.lanacion.com.ar/1863408-asi-fue-el-triunfo-de-vassallo-arguello-sobre-davydenko-y-el-extrano-movimiento-en-las-apuestas-que-destapo-el-escandalo..>



les tournois (« membres du personnel technique du tournoi »). Jetons un œil à son contenu.

a) Infractions reconnues

1. Interdiction de parier ou de tenter de parier, directement ou indirectement, sur le résultat ou tout autre aspect du jeu pendant une compétition.

Les personnes assujetties aux dispositions du programme Anti-Corruption ne sont pas autorisées à parier sur une épreuve de tennis, quelle que soit la catégorie, et ce, qu'elles participent ou non à la compétition en question, ou qu'elles exercent ou non une influence sur le résultat ou tout autre aspect du jeu. Il s'agit donc d'une interdiction absolue, dont la violation entraîne une suspension à vie ou pour une durée limitée, selon les circonstances⁴.

Cette infraction est également reconnue si une personne concernée sollicite un individu pour effectuer un pari ou facilite un tel pari ; à titre d'exemple, il peut s'agir d'encourager un individu à parier, de promouvoir une société de paris ou de s'afficher en relation avec une telle société, de rédiger des articles pour des publications dans le domaine des paris, ou de publier sur son site Web des liens vers les sites Web de sociétés de paris en ligne.

2. Fourniture d'une accréditation ou d'informations confidentielles en échange d'argent ou d'un service.

Le but est de limiter les cas de sollicitation de joueurs et d'arbitres à des fins illégitimes, et d'éviter que des informations sur l'état physique ou mental d'un joueur ne soient divulguées, ce qui pourrait avoir une incidence sur le marché des paris en ligne.

3. Manquement à l'obligation de jouer au meilleur de ses capacités ou fait d'inciter un joueur à abandonner.

Il s'agit de demander, directement ou par l'intermédiaire d'un tiers, à un joueur de ne pas « donner le meilleur de lui-même » ou de l'encourager à le faire. Dans le même ordre d'idées, il peut s'agir de demander ou d'accepter une somme d'argent ou des services en échange du fait de ne pas jouer au meilleur de ses capacités ou dans le but d'influer de manière négative sur la performance d'un autre joueur. Ce type d'infraction peut être soupçonné lorsque des paris excessifs sont faits

⁴ Décision rendue le 3 octobre 2017 (http://tennisintegrityunit.com/storage/app/media/Media%20Releases/Anti-Corruption_Hearing_Officer_decision_on_sanction_Samuel_Navarette.pdf) : Le Commissaire Anti-Corruption (AHO) a infligé au joueur espagnol Samuel Ribiero une amende de 1 000 dollars et une suspension de 8 mois. La relative clémence de la sanction infligée s'expliquait par le fait que les paris avaient été effectués en 2013, soit de nombreux mois plus tôt, et à de rares occasions (28) seulement, et qu'ils ne s'étaient pas reproduits.

en faveur d'un joueur dont le classement est nettement inférieur à celui de son adversaire. Dans un tel cas de figure, les individus visés par le programme anti-corruption auront obligation de prêter leur assistance dans le cadre de l'enquête menée par le PTIO (Professional Tennis Integrity Officer) désigné à cet effet en fournissant tout élément d'information ou objet qui pourrait leur être demandé (téléphones mobiles, ordinateurs, factures téléphoniques détaillées, cartes SIM, etc.)

Évidemment, la frontière est mince entre ce qui est licite et ce qui ne l'est pas ; ainsi, certains facteurs peuvent être admis pour justifier une performance sportive médiocre pendant un match (fatigue, perte de contrôle émotionnel, blessure, conservation de l'énergie). Il n'en demeure pas moins que l'intégrité du tennis doit absolument être préservée, et ce, dans le but de ne pas décevoir le public ni les sponsors. À ce titre, les efforts portent principalement sur les tournois de catégories inférieures puisque les joueurs qui y participent sont plus susceptibles de répondre favorablement aux sollicitations de réseaux mafieux internationaux dans l'espoir de maintenir à flot une carrière tennistique naissante (ou sur le déclin).

4. Manquement à l'obligation de signalement.

Afin de renforcer l'efficacité du programme anti-corruption, toutes les personnes concernées doivent signaler à la TIU tout acte de corruption dont elles ont la connaissance ou qu'elles soupçonnent, que ces actes les concernent directement ou qu'ils concernent des personnes de leur entourage, telles que des tiers. Il s'agit là de « l'obligation de signalement ». Tout manquement à l'obligation de signalement équivaut à un acte de corruption, sauf si le comportement de la personne résulte de la crainte d'une menace sérieuse sur sa vie ou sa sécurité, ou sur celles de personnes de son entourage.

b) « Courtsiding »

Parmi les personnes sanctionnées par la TIU, on compte un grand nombre d'arbitres, suspendus à vie, soit pour avoir faussé les scores des matchs qu'ils arbitraient (par exemple, le nombre d'égalités dans un jeu donné), soit pour avoir retardé la saisie des scores dans les tablettes d'arbitrage afin que certains spectateurs puissent parier avec certitude sur certains aspects du jeu avant la synchronisation des systèmes dans les sociétés de paris⁵.

c) Sanctions

Une fois que la preuve de l'acte de corruption a été apportée conformément à la procédure prévue par le programme anti-corruption, différentes sanctions peuvent être infligées à la personne reconnue coupable. Pour un joueur, la sanction peut inclure une amende pouvant atteindre un montant maximum de 250 000 dollars américains, plus un montant égal à la valeur de l'avantage procuré par l'acte de corruption, l'interdiction de participation à des compétitions qui peut être temporaire (pendant une période pouvant aller jusqu'à trois ans), par exemple pour avoir effectué des paris, ou définitive dans des cas plus graves tels que le manquement à l'obligation de signalement ou le fait d'avoir encouragé un joueur à ne pas donner le meilleur de lui-même en compétition. Pour un membre de l'entourage du joueur, la sanction peut prendre la forme de la perte d'accréditation et de l'interdiction d'accès aux épreuves pendant une période d'au moins un an. Dans des cas plus graves, cette interdiction pourra être définitive.

⁵ Il existe des cas bien connus : l'arbitre français Morgan Lamri, le Kazakh Kirill Parfenov, les Ouzbeks Sherzod Hasanov et Arkhip Molotyagin et les Turcs Serkan Aslan et Mehmet Ulker.



Les personnes concernées qui prêtent main-forte à la TIU dans le cadre d'enquêtes ou de programmes de sensibilisation à la lutte contre la corruption peuvent bénéficier d'une réduction de leur sanction. Le joueur serbe David Savic avait été suspendu à vie et condamné à une amende de 100 000 dollars américains, pour avoir proposé à un adversaire de perdre le premier set en échange d'une somme d'argent de 30 000 dollars US. Après avoir collaboré avec la TIU et accepté d'associer son image à des programmes de prévention, il a pu bénéficier d'une levée partielle de sa suspension à vie. Aujourd'hui, il est autorisé à exercer le métier d'entraîneur et à participer à des épreuves de tennis à ce titre.

Autre cas de joueur à avoir été reconnu coupable d'un acte de corruption : l'Espagnol Guillermo Olaso, qui a été suspendu pour 5 ans et condamné à une amende de 25 000 dollars américains pour ne pas avoir signalé qu'un tiers l'avait contacté pour lui proposer une somme de 15 000 dollars US en échange de la perte d'un match.

CONCLUSION

La question des matchs truqués dans le tennis est loin d'être réglée. Cependant, force est de constater que les principaux acteurs du tennis professionnel ont pris le problème à bras le corps. Un grand nombre des mesures figurant dans la Convention du Conseil de l'Europe sur la manipulation de compétitions sportives du 9 juillet 2014 avaient déjà été incluses dans le programme anti-corruption de la TIU. L'efficacité réelle du programme reste toutefois à prouver, car les sommes d'argent qui circulent dans le tennis professionnel et sur le marché des paris en ligne, de même que la situation précaire des joueurs qui évoluent dans les strates inférieures du circuit professionnel, font en sorte que les auteurs d'acte de corruption chercheront de nouveaux moyens de contourner les mesures adoptées avec le moins de risques possibles pour eux.

RÉFÉRENCES

- Carpenter, K. (2012). Match-Fixing. The Biggest Threat to Sport in the 21st Century? *International Sports Law Review*, 2, 13-24.
- Gunn, B, Rees, J. (2008). Environmental review of integrity in professional tennis, <http://www.sportingintelligence.com/wp-content/uploads/2011/01/Integrity-in-tennis.pdf>.
- Ramos, M. A. (2009). Game, set, match-fixing: will International Anti-Doping initiatives pave the way for similar reform for corrupt betting in tennis? *Houston Journal of International Law*, 32(1), 201-244.
- Valiño-Arcos, A. (2017). Match-Fixing en tenis: análisis sobre el amaño de partidos en el mundo del tenis: E-Coach. *Revista Electrónica del Técnico de Tenis* n° 28, 43-50.
- Valiño-Arcos, A. (2017). Régimen jurídico frente al amaño de partidos (match-fixing) en el tenis profesional. *Revista Aranzadi de Derecho de Deporte y Entretenimiento* n° 56, 139-162.

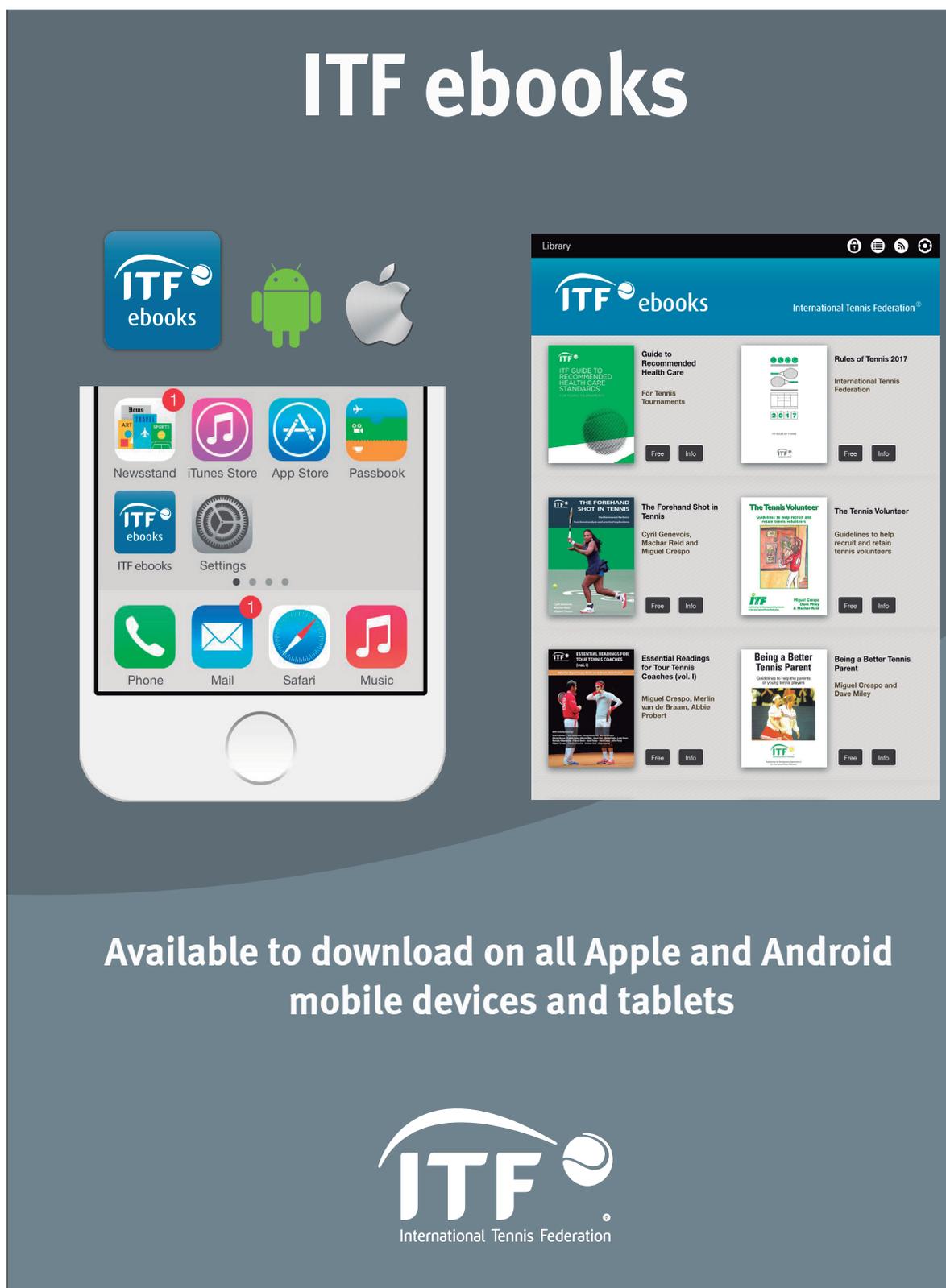
SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH (CLIQUEZ)



Livres électroniques recommandés

ITF EBOOKS

Les Ebooks ITF offrent une gamme exclusive de publications du monde du tennis, qui sont une lecture incontournable pour tous ceux qui ont un intérêt dans le sport. Dans cette application les utilisateurs trouveront des manuels de formation et de développement, des articles de recherche scientifique publiés régulièrement par des experts du monde entier et les informations techniques essentielles. Les utilisateurs peuvent également télécharger et lire plusieurs publications gratuites sur leurs appareils mobiles ou acheter des ebooks à un rabais considérable par rapport aux versions imprimées. Cette application offre des publications en espagnol, anglais, français, russe et chinois.



The image displays the ITF ebooks application interface. At the top, the text "ITF ebooks" is prominently featured. Below this, there are icons for the ITF ebooks app, the Android operating system, and the Apple logo. A central graphic shows a mobile device screen with various app icons, including Newsstand, iTunes Store, App Store, Passbook, ITF ebooks, Settings, Phone, Mail, Safari, and Music. To the right, a screenshot of the app's library interface is shown, featuring a grid of book covers with titles such as "ITF GUIDE TO RECOMMENDED HEALTH CARE STANDARDS", "Rules of Tennis 2017", "The Forehand Shot in Tennis", "The Tennis Volunteer", "Essential Readings for Tour Tennis Coaches (vol. I)", and "Being a Better Tennis Parent". Each book cover includes a "Free" or "Info" button.

ITF ebooks

Available to download on all Apple and Android mobile devices and tablets



ITF
International Tennis Federation

Liens web recommandés

Language: EN ES FR ITF Explore The ITF

ITF TENNIS.com
International Tennis Federation

COACHING ITF

NEWS COACH EDUCATION COURSES CONFERENCES COACHING & SPORT SCIENCE REVIEW RESOURCE CENTRE



ITF Worldwide Coaches Conference
by BNP Paribas

Conference Information Here

UPCOMING COACHING COURSE/WORKSHOPS

- 21 - 24 February
ITF Play Tennis Tutors Course - Xiangyang, China
- 13 March - 16 June
ITF Coaching Advanced Players Course (modular) - Cyprus
- 19 - 26 April
ITF Regional Coaching Beginner & Intermediate

Bulgaria to host 2017 ITF Worldwide Coaches Conference
The ITF has announced that the 2017 ITF Worldwide Coaches Conference by BNP Paribas will take place at the Hotel Marmelia in Sofia, Bulgaria on 11-14 October

ITF Academy Log In Register English

HOW MUCH DO I KNOW ABOUT TENNIS?

This online course is open to anyone interested to learn more about tennis in general. The course will cover the history of tennis (in brief), as well as some interesting facts on the rules and equipment used in tennis.

Education

The official online platform from the International Tennis Federation offering a variety of short courses ranging from general sport to tennis specific topics. The short courses are presented through text, images, video, audio, as well as animations to ensure the content is interesting and engaging.

iCoach

The official online library from the International Tennis Federation. Here you will find high quality videos from conferences around the world, articles as well as scientific research papers to provide for all your information needs.

WTA POWER TO INSPIRE

TOURNAMENTS PLAYERS SCORES & STATS RANKINGS NEWS PHOTOS VIDEOS HEALTH FANS SHOP



SERENA: SI SPORTSPERSON OF THE YEAR
Serena Williams has been named the 2015 Sports Illustrated Sportsperson Of The Year, honored for her outstanding performance and character on and off the court.

NEWS ALL NEWS PHOTO GALLERY

How Many Majors Will Serena Win In 2016?
Coco Gauff Promises Serena Williams
Serena Williams & The Live Ultimate Run

ATP TECHNOLOGY SERVICES PARTNER

SCORES STATS RANKINGS PLAYERS TOURNAMENTS NEWS VIDEO PHOTOS MYATP SHOP SEARCH

Troicki To Meet Khachanov In Istanbul

GRIGOR DIMITROV

WATCH NOW

HEADLINES CURRENT TOURNAMENT

ITF TENNIS.com International Tennis Federation

DEVELOPMENT ITF

NEWS ABOUT DEVELOPMENT DEVELOPMENT OFFICERS PLAYER DEVELOPMENT NATIONAL ASSOCIATIONS



UPCOMING DEVELOPMENT EVENTS

- 11 - 16 August
East Pacific Regional Event (12&U, 14&U, 16&U and 18&U) American Samoa
- 19 - 27 August
Pacific Oceania Junior Championships (12, 15 and 18 & Under) Fiji
- 31 August - 13 September
ITF/ATP Development Training Camp for ITI players

TOURING TEAMS

Grand Slam tournaments increase funding to GSDF
The Grand Slam® tournaments have agreed to increase their contribution to the Grand Slam® Development Fund (GSDF) by 25 per cent to over \$2 million annually

LATEST NEWS

Lebanon headlines ITF West Asian

PLAY-STAR SERVE RALLY SCORE

TENNIS IS EASY, FUN & HEALTHY

TENNIS10S AGE 11-17 TENNIS XPRESS ITN CLUBS COMPETITION HEALTH EQUIPMENT FEDERATIONS ITF Official Program

RULE THE COURT

BUY THE BALLS HERE!!!

- Free Delivery
- Minimum Quantity applies

ABOUT PLAY-STAR

RESOURCES

TENNIS PLAY AND STAY NEWS YOUTUBE - SERVE RALLY SCORE

Important Changes to the Green Slips 1 Ball
The Green ball has been used in 10-

LISTA DE REPRODUCCION Videos Subtitulados

FACEBOOK - SERVE RALLY SCORE

Tennis Play and Stay

TIU TENNIS INTEGRITY UNIT

About the TIU Investigations and Sanctions Media Releases Independent Review Panel Industry Relationships Education

Welcome to the TIU Education page

The Rules

The Tennis Anti-Corruption Program (TACP) is in place to maintain the integrity of our sport and protect against corruption and betting related offences.

Select your language

TACP Explained

This one page document provides a summary of the rules and how they apply to different roles within tennis.

WORLD ANTI-DOPING AGENCY play true

Media Center | FAQ | Find Us on Social Media English

HOME ABOUT WADA WORLD ANTI-DOPING PROGRAM ANTI-DOPING COMMUNITY SCIENCE & MEDICINE EDUCATION & AWARENESS

Home > Education & Awareness > Tools for Stakeholders > For Coaches

CoachTrue - Elite

CoachTrue - Computer-based anti-doping learning tool

In order to cater to the various learning styles and demanding schedules of coaches, WADA has created CoachTrue.

ENGLISH • FRANÇAIS • ESPAÑOL

On your marks, get set, go!

CoachTrue

Pre-test Post-test Game Glossary About

Education & Awareness

- Youth Zone
- Play True
- Outreach
- Tools for Stakeholders
- For Program Managers
- For Coaches
- For Athletes
- For Teachers
- For Sport Organizations
- Play True
- For Doping Control
- Dangers
- Choose Your Language

Directives pour la soumission d'articles à la revue ITF Coaching & Sport Science Review

EDITEUR

International Tennis Federation, Ltd.
Development and Coaching Department.
Tel./Fax. 34 96 3486190
e-mail: coaching@itftennis.com
Address: Avda. Tirso de Molina, 21, 6° - 21, 46015, Valencia (España)

RÉDACTEURS EN CHEF

Miguel Crespo, PhD. et Luca Santilli

RÉDACTEUR EN CHEF ADJOINT

Michael Davis Higuera, BSc., Javier Pérez, MSc. et Olivia Rae

COMITÉ DE RÉDACTION

Alexander Ferrauti, PhD. (Bochum University, Germany)
Andres Gómez (Federación Ecuatoriana de Tenis, Ecuador)
Ann Quinn, PhD. (Quinnesential Coaching, UK)
Anna Skorodumova PhD. (Institute of Physical Culture, Russia)
Babette Pluim, M.D. PhD. (Royal Dutch Tennis Association, The Netherlands)
Brian Hainline, M.D. (United States Tennis Association, USA)
Bruce Elliott, PhD. (University Western Australia, Australia)
David Sanz, PhD. (Real Federación Española de Tenis, Spain)
Debbie Kirkwood (Tennis Canada, Canada)
E. Paul Roetert, PhD. (USA)
Hani Nasser (Egyptian Tennis Federation, Egypt)
Hans-Peter Born (German Tennis Federation, Germany)
Hemant Bendrey (All India Tennis Association, India)
Hichem Riani (Confederation of African Tennis, Tunisia)
Hyato Sakurai (Japan Tennis Association, Japan)
Janet Young, Ph.D. (Victoria University, Australia)
Karl Weber, M.D. (Cologne Sports University, Germany)
Kathleen Stroia (Womens Tennis Association, USA)
Louis Cayer (Lawn Tennis Association, UK)
Machar Reid, PhD. (Tennis Australia, Australia)
Mark Kovacs, PhD. (Director, GSSI Barrington, USA)
Paul Lubbers, PhD. (United States Tennis Association, USA)
Per Renstrom, PhD. (Association of Tennis Professionals, USA)
Rafael Martínez, PhD (University of Valencia, Spain)
Stuart Miller, PhD. (International Tennis Federation, UK)

THÈMES

ITF Coaching and Sport Science Review publie des articles de recherche originaux, des synthèses, des billets, des comptes-rendus courts, des notes techniques, des exposés sur un thème spécifique et des lettres dans les domaines touchant à la médecine, la physiothérapie, l'anthropométrie, la biomécanique et la technique, la préparation physique, la pédagogie, la gestion et le marketing, la motricité, la nutrition, la psychologie, la physiologie, la sociologie, la statistique, la tactique, les systèmes d'entraînement et d'autres domaines, et qui présentent des applications spécifiques et pratiques pour l'enseignement du tennis. Le lectorat de cette publication correspond à toutes les personnes impliquées dans et intéressées.

PÉRIODICITÉ

La revue Coaching and Sport Science Review est une publication trisannuelle dont la parution s'effectue aux mois d'avril, août et décembre.

FORMAT

Les articles doivent être rédigés sur ordinateur à l'aide de Microsoft Word (de préférence) ou de tout autre logiciel de traitement de texte compatible avec Microsoft. Les articles doivent contenir 1 500 mots au plus et être accompagnés d'un maximum de 4 photographies. Les manuscrits doivent être dactylographiés en double interligne avec des marges suffisantes pour impression sur du papier au format A4. Toutes les pages doivent être numérotées. En règle générale, les articles devront être structurés de manière classique : introduction, partie principale (méthodes et procédures, résultats, discussion / revue de la littérature propositions/exercices), conclusion et bibliographie.

Les schémas doivent être réalisés avec le logiciel Microsoft PowerPoint ou tout autre logiciel compatible avec Microsoft. Les tableaux, figures et photographies doivent avoir un rapport avec le sujet de l'article et être accompagnés de légendes explicites. Celles-ci doivent être insérées dans le corps de l'article. Les articles doivent inclure entre 5 et 15 références bibliographiques qui devront être insérées (auteur(s), année) à l'endroit du texte où elles se rapportent. A la fin de l'article, toutes les références bibliographiques doivent être listées par ordre alphabétique sous l'intitulé "Bibliographie" en respectant les normes bibliographiques de l'A.P.A. Les titres doivent être dactylographiés en gras et en majuscules. Mention doit être faite de toute bourse de recherche. L'article doit également contenir un maximum de quatre mots clés.

STYLE ET LANGUES DES ARTICLES SOUMIS

La clarté d'expression doit être un objectif essentiel des auteurs. L'accent doit être mis sur la communication avec un lectorat varié composé d'entraîneurs du monde entier. Les articles soumis peuvent être rédigés en anglais, français et espagnol.

AUTEURS

Lors de la soumission d'un article, les auteurs doivent préciser les mentions qu'ils souhaitent voir figurer dans la publication : leur nom, leur nationalité, leurs titres universitaires et, éventuellement, le nom de l'institution ou de l'organisation qu'ils représentent.

SOUSSION DES ARTICLES

Il est possible de porter un article à notre attention à n'importe quelle période de l'année en vue d'une éventuelle publication. Les articles doivent être envoyés par courrier électronique à Miguel Crespo, chargé de recherche pour le département Développement de l'ITF, à l'adresse suivante : coaching@itftennis.com. En sollicitant la soumission d'articles pour publication, les rédacteurs en chef demandent aux contributeurs de respecter scrupuleusement les instructions contenues dans ce document. Les opinions exprimées par les contributeurs sont personnelles et ne reflètent pas nécessairement celles de la rédaction en chef ou de l'éditeur.

PROCESSUS D'ÉVALUATION

Les manuscrits dont la priorité ou la qualité ne justifient pas une publication sont refusés rapidement. Les autres manuscrits sont examinés par les éditeurs et les éditeurs associés, et, dans certains cas, les articles sont soumis à l'examen d'experts consultants du bureau éditorial. L'identité des auteurs est connue des examinateurs. L'existence d'un manuscrit en cours d'évaluation n'est révélée à personne hormis les examinateurs et l'équipe éditoriale.

REMARQUE

Veuillez noter que tous les articles commandités pour ITF Coaching & Sport Science Review pourront également être publiés sur le site Web officiel de l'ITF. L'ITF se réserve le droit d'adapter les articles en vue de leur publication sur son site Web. Les auteurs des articles consultables en ligne seront mentionnés de la même façon que dans ITF Coaching & Sport Science Review.

COPYRIGHT

Tous les articles publiés sont protégés par le copyright. En autorisant la publication de son article, l'auteur cède à l'éditeur ses droits. En soumettant un manuscrit pour publication, l'auteur déclare que le manuscrit n'a pas été publié ailleurs, ni soumis à un autre journal en vue de sa publication. Il appartient à l'auteur d'apporter cette garantie. Les auteurs contrevenant à cette obligation ne pourront plus..

RÉFÉRENCEMENT

ITF CSSR est indexée dans les bases de données suivantes: DIALNET, DOAJ, EBSCO HOST, SOCOLAR, SPORT DISCUSS



ITF Ltd, Bank Lane, Roehampton,
London SW15 5XZ
Tel: 44 20 8878 6464
Fax: 44 20 8878 7799
E-mail: coaching@itftennis.com
Website: <http://en.coaching.itftennis.com/home>
ISSN: 2225-4757
Crédites photographiques: ITF

ITF Coaching and Sport Science
Review:
www.itftennis.com/coaching/sportsscience

ITF Coaching:
<http://en.coaching.itftennis.com/home>

ITF Development:
<http://www.itftennis.com/development/home>

ITF Tennis Play and Stay website:
www.tennisplayandstay.com

ITF Tennis iCoach website:
<http://www.tenniscoach.com/en/home>

ITF Junior Tennis School:
www.itfjunior.tennischool.com/

ITN:
www.itftennis.com/itn/

Le **Tennis Anti-Corruption Program (TACP)** a été créé pour protéger l'intégrité de notre sport et vous protéger de la corruption et des délits liés aux paris, vous les entraîneurs, ainsi que toute personne liée au monde du tennis. Ce document propose un récapitulatif des règles anti-corruption. Pour une liste complète, veuillez consulter le site www.tennisintegrityunit.com.



Entraîneurs

Pari

- ✗ **NE PARIEZ** à aucun moment sur un événement de tennis et n'aidez pas d'autres personnes à le faire, quel que soit l'événement ou le pays
- ✗ Les sociétés de paris **NE DOIVENT PAS** vous sponsoriser, vous employer ou vous procurer d'autres avantages en échange de vos services ou des services de vos joueurs

Trucage des matches

- ✗ **NE DEMANDEZ PAS** à un joueur de truquer le résultat ou tout autre aspect d'un événement de tennis (ou ne l'aidez pas à le faire) : sont concernées la manipulation d'éléments spécifiques (paris exotiques) portant sur les points, les jeux ou les sets, ou la tentative de modifier le tirage au sort, de quelque manière que ce soit
- ✗ **NE DEMANDEZ PAS** à un joueur de réaliser délibérément une sous-performance lors d'un événement de tennis, ou ne l'aidez pas à le faire

Informations confidentielles

- ✗ **NE PARTAGEZ PAS** avec qui que ce soit des informations privées et sensibles sur un événement de tennis ou un joueur à des fins de paris
- ✗ **NE PROPOSEZ PAS** de donner des informations privées et sensibles à une personne, quelle qu'elle soit, en échange d'argent ou d'avantages

Wild Cards

- ✗ **N'ACCEPTÉZ PAS** d'argent ou ne donnez pas d'argent ou toute autre forme de rémunération en échange d'une wild card pour le compte ou le bénéfice d'un joueur, que ce joueur ait connaissance ou non de vos actes

Obligations de signalement

- ✓ **VOUS DEVEZ** signaler à la TIU toute connaissance ou suspicion d'un acte de corruption
- ✓ **VOUS DEVEZ** informer la TIU aussi vite que possible si vous êtes approché(e) par une personne qui vous propose de l'argent ou un avantage pour influencer le résultat ou tout autre aspect d'un événement de tennis, ou qui demande des informations confidentielles
- ✓ **VOUS DEVEZ** coopérer pleinement avec les enquêtes menées par la TIU, ce qui implique éventuellement d'être interrogé(e) ou de fournir votre numéro de téléphone portable, d'autres appareils ou des documents pertinents



Il vous incombe de garantir que vous et vos joueurs connaissent et respectent les règles du TACP.



Si vous enfreignez les règles, vous vous exposez à une amende pouvant aller jusqu'à \$ 250 000 et à une exclusion à vie des événements de tennis.

Pour plus d'informations, pour signaler un acte de corruption ou pour toute autre question, téléchargez l'application TIU ou contactez-nous en cliquant sur les liens ci-dessous :



www.tennisintegrityunit.com



education@tennisintegrityunit.com



+44 (0)20 8392 4798



Cher lecteur CSSR,

Nous sommes heureux d'annoncer le lancement de l'ITF Academy, une plateforme éducative en ligne qui fournit des formations et informations, et améliore le processus de certification.

L'ITF Academy s'adresse aux associations et fédérations nationales, aux entraîneurs, aux joueurs, aux fans, aux parents et à toute personne intéressée par le tennis ou par le sport en général.

L'ITF Academy sera lancée en trois phases entre 2019 et 2020 :

- **Phase 1, mars 2019 :** La phase d'Information et d'Education consiste à la mise en ligne de courtes leçons et d'une nouvelle base de données iCoach.
- **Phase 2, de juillet à décembre 2019 :** La phase de Certification consiste à la mise en ligne d'une variété de leçons qui sont récompensées par un certificat (leçons en ligne ainsi que présentation en face à face). La leçon ITF Play Tennis sera la première leçon disponible, suivi de la leçon ITF Coaching pour joueurs débutants et intermédiaires.
- **Phase 3, 2020 :** La phase de développement professionnel continu (DPC) viendra s'ajouter aux courtes leçons en ligne déjà disponibles grâce au suivi et au calcul automatisé des crédits / heures de DPC.

Rendez-vous sur l'ITF Academy pour explorer les leçons, ainsi que les derniers contenus d'iCoach en provenance du monde entier.

N'hésitez pas à contacter notre équipe de coaching à l'adresse coaching@itftennis.com si vous souhaitez plus d'informations sur l'ITF Academy, ou suivez le lien ci-dessous pour vous inscrire :

www.itf-academy.com

