



Bâtir les fondations de l'avenir : Etude de cas avec la LTA Youth

Sam Richardson, Matt Smith et Merlin van de Braam

Lawn Tennis Association, Grande Bretagne..

RÉSUMÉ

Cet article aborde les défis modernes du développement des joueurs de tennis, tels que le faible niveau de savoir-faire physique. Il décrit ensuite les besoins d'un jeune enfant et les stratégies d'apprentissage qui peuvent être utilisées. Un bref résumé de quelques stratégies pratiques pour engager les participants de jeunes enfants, en utilisant une approche centrée sur le joueur, est partagé en utilisant des exemples de la LTA Youth avec des explications sur la façon dont chaque exercice intègre les principes clés pour attirer et retenir les participants de jeunes enfants.

Mots-clés : stratégie

d'apprentissage, jeunes enfants, attraction, centré sur le joueur..

Article reçu : 10 Novembre 2021

Article accepté : 1 Décembre 2021

Auteur correspondant :

Merlin van de Braam. Email: merlin.van-de-braam@lta.org.uk

UN CONTEXTE SPORTIF ET D'ACTIVITÉ PHYSIQUE EXIGEANT

L'activité physique a été liée à une amélioration du bien-être psychologique et de la santé physique chez les enfants et les adolescents, mais des études ont montré que le temps sédentaire augmente pour tous les enfants entre 6 et 11 ans (Jago et al., 2019). Un projet sur le savoir-faire physique des enfants au Royaume-Uni a révélé un déclin de 6,2 % des mesures d'équilibre, un déclin de 19,7 % de la visée et de la capture, un déclin de 15,8 % de la dextérité manuelle et un déclin de 18,1 % du développement physique global (Hart, 2015).

Parallèlement au déclin de l'activité physique, des études ont montré que 79 % de la génération Alpha (âgée de 5 à 9 ans en 2020) s'engage dans une large et vaste variété d'émissions de télévision, de films, de vidéos, de musique et de jeux (Beano, 2019). Ces jeux et vidéos sont conçus pour susciter l'intérêt du jeune public grâce à des concepts de ludification colorés, stimulants et ludiques.

La baisse des niveaux d'activité physique et de la culture physique chez les enfants constitue un sérieux défi pour le tennis, car notre sport est un sport de coordination complexe qui requiert un degré d'habileté plus élevé que de nombreuses autres activités. Ce défi définit une direction claire pour l'avenir du tennis et de l'entraînement ; les programmes sur le terrain doivent continuellement évoluer pour répondre aux exigences du futur participant ; un participant qui apporte de faibles niveaux de coordination et qui s'attend à des activités très stimulantes et amusantes.

Il est essentiel que les programmes d'enseignement des entraîneurs de tennis soient à la hauteur de ce défi moderne, en développant des environnements innovants et attrayants pour les enfants qui développent un meilleur savoir-faire physique ainsi que des compétences techniques, tactiques, physiques et psychologiques à long terme pour le tennis.

STRATÉGIES D'APPRENTISSAGE ET PRINCIPES D'APPRENTISSAGE EFFICACES POUR LES JEUNES ENFANTS

Les enfants en bas âge sont comme des éponges avec un haut degré de neuroplasticité qui permet aux entraîneurs de littéralement " câbler et sculpter " le cerveau et les schémas de mouvement (Johnston et al, 2001). Cette étape passionnante de l'entraînement de tennis présente d'énormes opportunités si les bonnes stratégies sont employées.

Approche centrée sur le joueur

Pour relever les défis du temps d'écran numérique et de la gamification vidéo, envisagez d'utiliser des stimuli, des aides à l'apprentissage et des activités qui créent un environnement enrichissant tel qu'un terrain de jeu ou une salle de classe accueillante. Une philosophie totalement centrée sur l'enfant fera en sorte que le tennis s'adapte aux besoins de l'enfant, plutôt que l'enfant doive s'adapter aux besoins du tennis des adultes.

Importance et avantages du jeu

Le jeu est crucial pour l'apprentissage et le développement des enfants au bas âges (Fleer, 2021). Les jeunes enfants (4-6 ans) sont curieux, aiment explorer, enquêter et sont créatifs. Ils doivent donc avoir la possibilité d'enquêter, de satisfaire leur curiosité, d'explorer l'environnement (à l'intérieur et à l'extérieur de l'aire de jeu) pour développer leur sens de l'émerveillement, faire l'expérience du succès et développer une attitude positive vis-à-vis de l'apprentissage. Par conséquent, le jeu a un but, et ne peut être véritablement un jeu que lorsque l'enfant a choisi ce qu'il veut faire, où et comment le faire, une approche déterminée par l'enfant (Smidt, 2010).

Exploiter l'imagination, la narration et l'analogie

L'environnement que nous planifions, préparons et créons doit permettre aux jeunes enfants d'utiliser leur imagination grâce à l'appropriation partagée de la narration, ce qui les aide à s'engager plus longtemps. L'utilisation de récits et d'analogies efficaces par le coach au cours des sessions peut faciliter l'apprentissage et la maîtrise du coaching dans le bas âge. En pratique, cela peut signifier qu'une balle de tennis devient une "météorite" pour une session avec de jeunes enfants. Frapper une balle par-dessus le filet dans une cible plate pourrait être décrit comme une "grenouille atterrissant sur un nénuphar". La recherche a montré que l'utilisation de l'apprentissage par analogie est une stratégie efficace d'apprentissage et de développement moteur (Masters et Maxwell, 2004).

Connaître son monde

Investir du temps et de l'énergie pour apprendre à connaître le monde d'un enfant peut contribuer à son engagement et à son apprentissage. Par exemple, la compréhension des personnages clés de leurs émissions, films et dessins animés préférés peut stimuler l'intérêt et le sentiment de familiarité avec le tennis.

Formation basée sur les compétences (pas de techniques ou de modélisation)

Les sessions destinées aux jeunes enfants devraient s'éloigner de la formation traditionnelle basée sur des modèles, qui peut nuire au développement des compétences à long terme (Reid et al., 2007). Au contraire, les séances doivent exposer les enfants à une expérience complète de leur environnement à 360°, afin qu'ils organisent leur corps en fonction de leur environnement et s'adaptent à l'apprentissage de manière implicite. D'un point de vue pratique, l'orientation de la face de la raquette et la façon de la tenir (dans le manche) constituent, dans la plupart des cas, toutes les informations techniques qu'un enfant de première année devrait recevoir.

RÉPONDRE AUX BESOINS DE L'ENFANT D'ÂGE PRÉSCOLAIRE

LTA Youth est un programme créé pour aider plus d'enfants à profiter des avantages de jouer et de continuer à jouer au tennis, indépendamment de l'âge, du sexe, de la capacité, du handicap ou de l'origine. Il a été développé pour être amusant, inclusif et compétitif, avec un coaching progressif spécialement conçu et un contenu qui aidera à développer les enfants âgés de 4 à 18 ans.

LTA Youth: Étapes

Environ 1,25 million d'enfants âgés de 4 à 15 ans jouent au tennis une fois par mois au Royaume-Uni (LTA, 2021). Afin d'attirer davantage de participants de cet âge vers le tennis, le programme pour les jeunes de la LTA a introduit une étape "bleue" qui précède la progression de la balle rouge-orange-vert-jaune. Le stade LTA Youth Blue est conçu pour les enfants âgés d'environ 4 à 6 ans afin de développer leurs compétences fondamentales en matière de mouvement et d'avoir plus de succès dans le tennis de balle rouge et au-delà.

LTA Youth: Principes

1. Amusant
2. Activité et engagement
3. Un défi approprié
4. Prise de décision
5. Développement des compétences
6. L'aspect et la sensation du tennis

Compétences de la LTA Youth

Afin de garantir un développement complet, les compétences de la LTA Youth sont résumées en six domaines intégrés. Des résultats d'apprentissage plus spécifiques qui soutiennent le développement de ces descripteurs de niveau supérieur sont inclus dans chaque exercice.



Figure 1. Les six domaines de compétence intégrés dans LTA Youth sont présentés dans le cadre d'une ressource pour les parents.

EJERCICES PRATIQUES : ACTIVITÉS DE LA PETITE ENFANCE (LTA YOUTH BLUE STAGE)

Échauffement : rencontre et accueil

Dans cet exercice, les enfants doivent crier leur nom entre les répétitions. Au fur et à mesure, le groupe doit crier le nom de chaque joueur. L'utilisation des noms est une compétence sociale précieuse. Dans le même temps, les joueurs doivent effectuer des mouvements multidirectionnels autour des balles violettes sur le périmètre extérieur et revenir vers le centre. Les entraîneurs peuvent décrire la tâche en utilisant les principes de l'imagination et de l'analogie pour maximiser l'engagement des participants de la petite enfance. Par exemple, au lieu de "courir jusqu'au ballon bleu et revenir", les enfants peuvent être encouragés à "décoller dans leur vaisseau spatial et se mettre en orbite autour d'une planète".

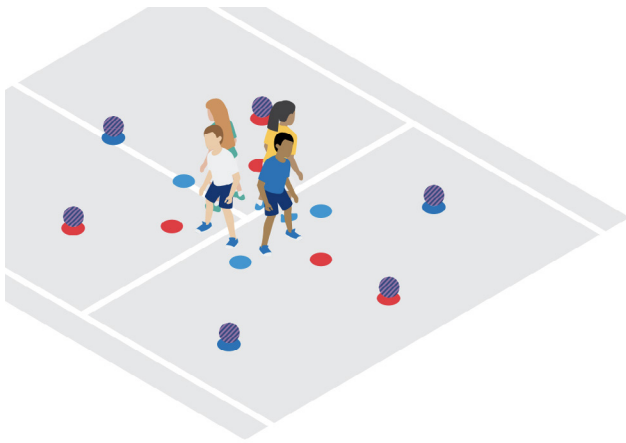


Figure 2. La disposition de l'échauffement d'accueil est conçue pour solliciter des mouvements multidirectionnels et courts, similaires à ceux requis au tennis.

Corps et balle : Rouler et récupérer

Dans cet exercice, les enfants travaillent par deux pour s'entraîner à lancer et à attraper une balle plus grande sur le sol. Ils développent également les réactions de base et la façon d'adopter une posture athlétique. L'utilisation de la narration peut amener un formateur à décrire la tâche comme "créer un gros bonhomme de neige en faisant rouler une boule de neige". Une narration en rapport avec le monde de l'enfant, à ce moment-là, est la clé de l'engagement.

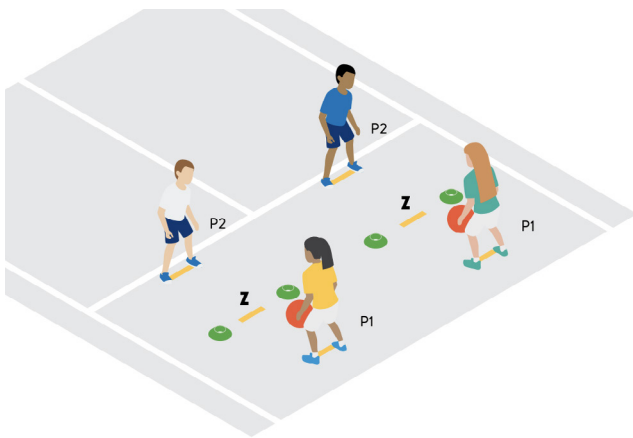


Figure 3. L'exercice "rouler et attraper" est conçu pour tester les capacités de lancer et d'attraper des participants de la petite enfance.

Raquette et balle : le magicien du tennis

Dans cet exercice, un entraîneur utilise une version du tennis au sol pour guider les joueurs à travers un parcours d'obstacles passionnant, tout en leur enseignant des compétences techniques fondamentales, telles que le "point de contact devant les chaussures". Les enfants utiliseront à la fois la main dominante et la main non dominante pour devenir compétents dans les coups droits et revers. S'ils se tiennent sur le point rouge, ils utiliseront leur main droite. S'ils se tiennent sur la tache bleue, ils utiliseront leur main gauche. Les entraîneurs peuvent effectuer cet exercice avec moins d'équipement. Cependant, cette course d'obstacles est conforme au principe de "l'environnement centré sur le joueur et l'enfant", en utilisant de nombreux obstacles et haies stimulants, comme dans un environnement de jeu.

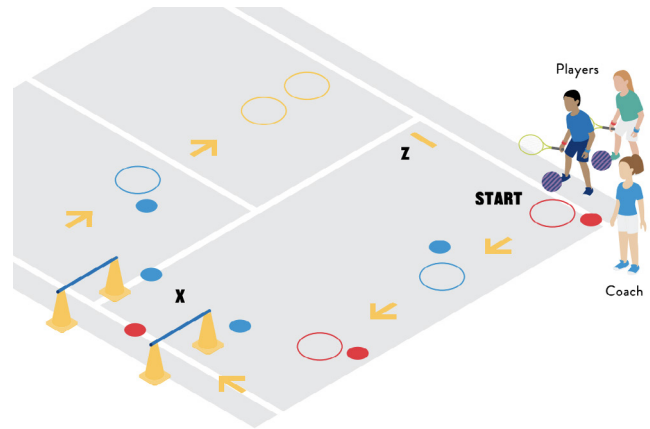


Figure 4. L'assistant de tennis est une variante du tennis au sol dans laquelle des obstacles et des défis supplémentaires sont intégrés pour développer et stimuler les compétences.

Jeu : Tennis Towers

Dans cet exercice, les joueurs commencent à expérimenter le lancer avec le bras en avant (développement du service), tout en développant le contrôle de la balle pour les coups au sol. La première partie de l'exercice consiste à déplacer la balle au sol avec la raquette en main. Les entraîneurs peuvent faire appel à l'imagination en expliquant que la balle est un chien et qu'il doit aller se promener, et que la raquette est la laisse du chien, par exemple. Chaque joueur peut choisir à partir de quelle série de cerceaux (loin ou près) lancer la balle. La présence d'options dans l'exercice encourage la variabilité de la pratique et offre aux enfants l'opportunité de faire des choix, un principe de la jeunesse LTA. Le but du jeu est de faire tomber les tours jaunes (cônes). Là encore, les coaches peuvent faire appel à l'imagination des enfants en créant un récit fictif pour accompagner l'exercice.

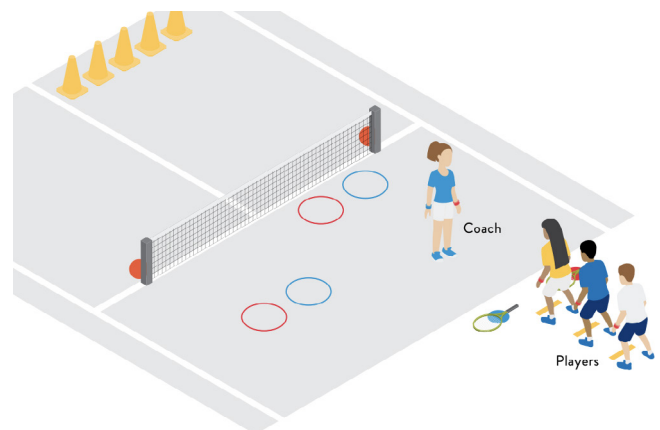


Figure 5. Les tours de tennis sont un exercice amusant qui permet de s'initier au lancer au-dessus du bras, tout en testant les compétences déjà abordées dans les trois parties précédentes de la leçon.

CONCLUSION

Attirer et retenir la future génération dans le tennis sera un défi majeur. Pour cela, il faudra concevoir des sessions bien pensées et des stratégies d'apprentissage solides pour les jeunes enfants. Cet article présente une sélection de recommandations dans l'optique de la LTA Youth afin d'aider les entraîneurs à dispenser des leçons à ce public clé. Nous espérons que les entraîneurs utiliseront et appliqueront ces principes et techniques afin de jeter les bases pour les années, âges et stades futurs.

CONFLIT D'INTÉRÊTS ET FINANCEMENT

Les auteurs déclarent n'avoir aucun conflit d'intérêt et n'avoir reçu aucun financement pour la rédaction de cet article.

Nota de los autores: El contenido para jóvenes de la LTA en la cancha fue creado en colaboración por la LTA, entrenadores británicos en activo y expertos de MultiSkillz de Coach2Competence.

RÉFÉRENCES

- Bastiaens, K. (2021). <https://www.multiskillz.com/en>
- Beano for Brands (2019). *Getting to know Gen-Alpha*. Presentation delivered as part of conference proceedings at LTA National Tennis Centre.
- Broadhead, P., Howard, J., & Wood, E. (Eds.). (2010). *Play and learning in the early years: From research to practice*. Sage.
- Fleer, M. (2021). *Play in the early years*. Cambridge University Press.
- Harte S. (2015). Physical development and National Curriculum Levels – the incidence of neuromotor immaturity (NMI) in London primary schools and the relationship between NMI and National Curriculum measures of achievement. Paper presented at The Child Development in Education Conference. London. Octobre 2015.
- Jago, R., Salway, R., Emm-Collison, L., Sebire, S., Thompson, J., & Lawlor, D. (2019). Association of BMI (Body Mass Index) category with change in children's physical activity between ages 6 and 11 years: a longitudinal study. *International Journal of Obesity*, 44, pages104–113. Retrieved December 7th, 2021, from <https://www.nature.com/articles/s41366-019-0459-0>
- Johnston, M. V., Nishimura, A., Harum, K., Pekar, J., & Blue, M. E. (2001). Sculpting the developing brain. *Advances in paediatrics*, 48, 1-38.
- Masters, R., Maxwell, J. (2004). *Skill Acquisition in Sport*. Routledge.
- LTA (2021). Internal participation tracking data.
- Reid, M., Crespo, M., Lay, B. & Berry, J. (2007). Skill acquisition in tennis: Research and current practice. *Journal of science and medicine in sport*, 10, 1-10.
- Smidt, S. (2010). *Playing to learn: The role of play in the early years*. Routledge.

Copyright © 2021 Sam Richardson, Matt Smith et Merlin van de Braam



Ce texte est protégé par une licence [Creative Commons Attribution 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Vous êtes autorisé à partager, copier, distribuer et communiquer le matériel par tous moyens et sous tous formats et adapter le document, remixer, transformer et créer à partir du matériel pour toute utilisation y compris commerciale, tant qu'il remplit la condition de :

Attribution : Vous devez correctement créditer l'œuvre originale, fournir un lien vers la licence et indiquer si des modifications ont été apportées. Vous pouvez le faire de toute manière raisonnable, mais pas d'une manière qui suggère que vous avez l'approbation du concédant de licence ou que vous la recevez pour votre utilisation du travail.

[CC BY 4.0 Résumé de la licence](#). [CC BY 4.0 Texte intégral de la licence](#)

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF ACADEMY (CLIQUEZ)

