



# Est-ce que vous me comprenez? Stratégies visant à créer un environnement d'apprentissage favorable dans le cadre du programme Tennis10s !

Mike Barrell.

Fédération Internationale de Tennis.

## RÉSUMÉ

Dans cet article, nous vous expliquerons de manière détaillée comment renforcer l'efficacité de l'apprentissage dans le cadre du programme Tennis10s. Nous vous présenterons différents types d'apprentissage, tels que l'apprentissage implicite et stimulant, avant d'évaluer leur intérêt en tant que méthode d'amélioration de l'apprentissage chez les enfants de moins de 10 ans. Pour finir, nous vous prodiguerons quelques conseils pratiques qui vous aideront à promouvoir la création d'un environnement d'apprentissage optimal.

**Mots clés:** Méthodes d'enseignement, Apprentissage, Implicite, Stimulation.

**Article reçu:** 7 Juin 2013.

**Article accepté:** 13 Juillet 2013.

**Auteur correspondant:** Mike Barrell, Fédération Internationale de Tennis.

Email: [mikebarrell@evolve9.com](mailto:mikebarrell@evolve9.com)

## INTRODUCTION

Les techniques d'enseignement font l'objet d'un très grand nombre d'ouvrages et d'études. Il suffit de feuilleter n'importe quel magazine de tennis, où que vous soyez sur la planète, pour y trouver des analyses approfondies du jeu des meilleurs joueurs tant du point de vue technique que tactique. En revanche, il existe en comparaison beaucoup moins d'écrits sur les méthodes d'apprentissage alors qu'il s'agit là d'un sujet bien plus important. Fort heureusement, en s'éloignant de la sphère du tennis, on s'aperçoit qu'il y a à notre disposition une multitude d'études pertinentes sur le sujet, dont on peut s'inspirer pour élaborer en peu de temps une approche plus efficace de l'entraînement et, plus important encore, de l'apprentissage !

Il est par ailleurs crucial de garder à l'esprit que, même si on observe une hausse du niveau de compétition et du niveau technique grâce à la promotion du tennis chez les enfants de moins de 10 ans à l'échelle internationale, un enfant reste un enfant et qu'il apprend comme un enfant (Barrell, 2008).

Les pratiques d'enseignement destinées aux joueurs de moins de 10 ans ne sont pas si différentes de celles employées avec tous les autres joueurs. Néanmoins, il existe quelques particularités qu'il est primordial de respecter si l'on souhaite

créer un environnement d'apprentissage optimal pour les joueurs de ce groupe d'âge.

## PRINCIPES FONDAMENTAUX

Avant d'aborder des concepts d'apprentissage plus pointus, nous tenons à vous présenter ci-dessous quelques principes généraux auxquels nous pouvons tous adhérer sans difficulté.

- 1) La plupart des enfants font appel à leur mémoire visuelle, ce qui signifie que les illustrations que vous pourrez leur montrer auront bien plus de poids que de longues explications.
- 2) Les enfants apprennent aussi bien par le biais d'un enseignement explicite qu'au moyen du jeu implicite (Barrell, 2008)
- 3) Pour être efficace, l'environnement d'apprentissage doit donner le temps et l'occasion à l'élève de comprendre et d'assimiler la tâche ou la compétence enseignée.
- 4) L'apprentissage est stimulé par l'envie, ce qui signifie que les joueurs doivent également avoir le désir d'apprendre la tâche ou la compétence en question.
- 5) L'apprentissage s'accompagne généralement d'un processus au cours duquel l'enfant sera confronté à des défis

et, par conséquent, connaîtra un certain degré d'échec et de réussite ou de progression (Hustler, 1998).



### Quels jouets mettre dans le coffre à jouets ? – L'apprentissage implicite

Sachant que les enfants ont une mémoire visuelle et que le monde les expose à un flot ininterrompu d'images, nous devons reconnaître que le processus d'apprentissage se produit avec et sans nous ! Ce constat ne signifie pas pour autant que nous n'avons aucun moyen de contrôle à notre disposition. Au contraire, cela signifie que nous avons l'occasion de créer un environnement dans lequel les enfants peuvent jouer (Hustler, 1998). C'est un peu comme les jouets que l'on peut donner à un enfant pour s'amuser : les filles vont peut-être davantage développer leur motricité fine en jouant avec leurs poupées, tandis que les garçons vont plutôt développer leur motricité globale avec des jouets conçus pour être lancés ou pour taper sur quelque chose. Bien évidemment, l'inné et l'acquis jouent un rôle important, mais l'apprentissage de l'enfant est sans contredit possible influencé par son environnement.

Le fait de cibler l'apprentissage en maîtrisant l'environnement de l'élève peut aider les entraîneurs à renforcer de manière beaucoup plus marquée l'efficacité de leur enseignement (Landy et Burrige, 2002). Il est donc important de bien réfléchir à l'environnement que nous souhaitons créer pour enseigner le tennis. Les joueurs doivent apprendre à modifier leur technique en fonction de la cible établie, à composer avec la présence d'un adversaire de l'autre côté du filet et à bien construire leurs points pour créer des plans tactiques efficaces.

En pratique, délimitez clairement le court ou la zone cible, montrez le trajet que doit suivre la balle, prévoyez des déplacements pour chaque tâche et, enfin, organisez beaucoup de séances d'exercice avec un partenaire d'entraînement plutôt que de proposer des tâches où le joueur frappe la balle ou se déplace sans aucune opposition face à lui. Ce type d'environnement permet de bien faire comprendre toute la complexité du tennis et offre au joueur un retour d'information implicite pendant qu'il exécute les tâches demandées.



### Déclenchement – L'apprentissage stimulant

Si vous demandiez à un enfant de dessiner deux visages, il y a de fortes chances qu'il dessine un visage souriant et un autre triste. Pour illustrer ce phénomène, nous pourrions également prendre l'exemple du jeu d'association de mots auquel nous avons tous joué et dans lequel au joueur qui dit « noir » nous répondons « blanc ». Sur le moment, nous n'y accordons peut-être pas beaucoup d'importance, mais après réflexion on s'aperçoit que ce schéma de pensée est extrêmement révélateur de la façon dont nous stockons et traitons l'information. Ainsi, nous comprenons le mot « gauche » par opposition à « droit » et le mot « chaud » par opposition à « froid ». En bref, cette association entre les opposés établit un schéma de compréhension (Landy et Burrige, 2002). Dans le domaine du développement des habiletés motrices, ces contrastes permettent d'acquérir des sensations mieux définies. L'enfant est ainsi en mesure d'appréhender de manière plus concrète la sensation recherchée. Selon le schéma de Schmidt, il serait possible d'apprendre plus rapidement les schémas moteurs dès lors qu'on met des éléments en opposition.

Mais l'idée de recourir à des concepts opposés lors de l'entraînement peut également nous aider de multiples façons!

Du point de vue tactique, la loi de Hick laisse penser que nous prenons des décisions plus rapidement si nous disposons d'un nombre limité d'options. À titre d'exemple, si on ne laisse que deux possibilités à un jeune joueur (balle courte ou longue, attaque ou défense), cela l'aidera à acquérir une capacité de prise de décision plus efficace que si on lui offrait 3 possibilités ou plus. L'utilisation des opposés et des différences peut en fait offrir le meilleur cadre d'apprentissage possible, que ce soit pour l'acquisition de nouvelles compétences ou la répétition de compétences déjà apprises !

### De petites batteries

Il est également nécessaire de pousser notre réflexion un peu plus loin et de prendre conscience d'un fait important : non

seulement les enfants ont une capacité de concentration plus limitée dans le temps, en raison de leur âge d'une part et de leur niveau de motivation d'autre part, mais ils ont aussi des capacités physiques plus restreintes dans l'ensemble. Selon Ericsson, la difficulté de maintenir son niveau de concentration constitue le principal facteur limitant la capacité d'entraînement ; pour d'autres auteurs, c'est le manque de sommeil qui constitue le principal frein au développement de nouvelles compétences (Barrell, 2008).

Nous savons également que la répétition est essentielle pour l'acquisition et la conservation d'une compétence une fois que le corps a commencé à l'apprendre. L'un des principaux obstacles est inhérent au système physique de l'enfant qui peut être comparé à une petite batterie, dotée d'une puissance physique et mentale limitée. Ainsi, ce système sera efficace pendant une courte période seulement, mais il se recharge aussi plus vite. L'apprentissage d'une nouvelle compétence exige plus d'énergie et d'attention que l'entraînement visant à exercer ou entretenir une compétence déjà acquise ; la batterie de l'enfant se décharge donc plus rapidement. Durant la phase d'apprentissage, il est par conséquent plus efficace de demander à l'enfant d'effectuer de manière répétée des efforts brefs de forte intensité d'une durée de 10 minutes ou moins, avec des périodes de repos ou d'apprentissage de compétences différentes (ou opposées) entre chaque exercice. Un tel entraînement sera en effet plus adapté aux capacités physiques de l'enfant que de longues séances de répétitions. En d'autres termes, il est conseillé de structurer différemment le cours : plutôt que de se concentrer sur un seul sujet pendant une longue période, vous avez tout intérêt à laisser ce sujet de côté pendant un certain laps de temps et à y revenir petit à petit.

### Mettre les choses en contexte

Si vous avez des enfants, vous savez que vos chers bambins sont de véritables machines à apprendre. Vous vous souvenez aussi sans doute de la période où chaque phrase que vous prononciez, chaque discussion que vous aviez ou chaque instruction que vous donniez était suivie de l'inévitable « pourquoi ? ». Même si ces interrogations vous mettaient souvent dans une position difficile, il ne s'agissait pas d'un acte délibéré de vos enfants pour vous rendre la vie infernale. Il s'agissait simplement de leur désir de donner du sens aux choses, de mettre de l'ordre et de mieux comprendre leur environnement. Ainsi, de la même manière que les opposés permettent de créer un cadre pour les jeunes enfants, la mise en contexte est indispensable pour favoriser un apprentissage et une prise de décision efficaces. Une fois qu'un enfant comprend l'intérêt d'apprendre quelque chose, on observe une nette augmentation de son degré de motivation et d'application.

### Volonté d'apprendre

S'il vous est arrivé d'être frustré par l'absence de progrès chez un enfant et impressionné par la fulgurante progression d'un autre, vous avez sans doute dû vous interroger sur la volonté d'apprendre de vos élèves.

Cette volonté est le résultat de la combinaison de plusieurs facteurs: le développement cognitif du joueur, son développement physique, ses compétences préalables, ainsi que les défis et les occasions que présente son environnement. Si l'un ou plusieurs de ces éléments se situent à un stade moins avancé que le stade requis, alors l'apprentissage peut s'avérer lent, voire impossible.

Un bon exemple pour illustrer notre propos est le sens tactique d'un enfant. Observez le court et, en un rien de temps, vous êtes en mesure d'évaluer la situation et de prendre des décisions. Votre esprit a été conditionné depuis de longues années pour observer bien plus de détails que vous ne le pensez. Mais qu'en serait-il si votre cerveau n'était pas encore assez développé pour percevoir d'autres éléments que le court et la balle ? Que se passerait-il si vous preniez des décisions sans tenir compte des forces et des faiblesses de votre adversaire ou encore du fait qu'il est gaucher ?

Piaget, l'un des spécialistes du développement de l'enfant les plus éminents au monde, a défini ce processus sous le nom « d'assimilation » et a déterminé qu'il existait différents niveaux d'assimilation dans le développement de l'enfant. De ses travaux, nous devons retenir un enseignement important : ce n'est qu'entre 7 et 11 ans, c'est-à-dire au « stade des opérations concrètes », que l'enfant peut être prêt à percevoir les scénarios du point de vue des autres, et ainsi à reconnaître pleinement le rôle et les capacités de son adversaire.

Même si nous observons tous un sens tactique plus ou moins développé chez les enfants en fonction de leur âge, il est intéressant de noter que, selon l'âge et le niveau de compétence, un joueur peut prendre des décisions sans prendre en compte la situation dans son ensemble. En revanche, le temps supplémentaire qui est accordé aux enfants dans le cadre du programme Tennis10s doit permettre de faire en sorte que les défis et les occasions présentés par l'environnement ne ralentissent pas la progression des joueurs.

### Apprendre tout en s'amusant

Comme nous l'avons mentionné au début de cet article, l'apprentissage ne doit pas se limiter à des situations d'enseignement formelles. L'apprentissage par le jeu est un concept largement reconnu. Un enfant que l'on considère comme étant talentueux ou disposant d'une coordination exceptionnelle se distingue souvent par son esprit créatif et sa capacité d'adaptation (Barrell, 2010). Le fait de consacrer du temps à des habiletés créatives peut sembler ne pas avoir de lien direct avec l'entraînement en situation ou le perfectionnement technique, mais il s'agit en réalité d'une

étape essentielle pour aider les enfants à acquérir des capacités d'adaptation indispensables pour s'ajuster aux caractéristiques des balles qui varient énormément dans le tennis. Gardez à l'esprit que, quel que soit son niveau, un enfant reste un enfant. C'est pourquoi il faut promouvoir le jeu et la créativité et proposer à l'enfant des périodes où il lui sera demandé de relever des défis et d'inventer des solutions. Une telle approche offre non seulement des avantages dans le domaine du développement des compétences, mais également dans le domaine de la motivation.

## CONCLUSION

Nous sommes tous les deux habiles, mais pas dans la même langue !

Dans une célèbre publicité à la télévision britannique, l'acteur Rowan Atkinson marchandait un tapis dans un bazar nord-africain. À un assistant qui lui demandait s'il comprenait ce que lui disait le vendeur, il répondait : « nous sommes tous les deux habiles, mais pas dans la même langue ! » En tant qu'entraîneurs, nous travaillons avec des joueurs d'un groupe d'âge pour lequel nombre d'entre nous n'ont pas été formés. Les jeunes enfants perçoivent le monde, prennent des décisions et apprennent d'une façon qui est différente de celle des adultes, mais cela ne signifie pas pour autant que nous pouvons abandonner la responsabilité qui est la nôtre. Créer des environnements d'apprentissage efficaces n'est pas chose facile, ni présenter l'information sous un angle différent que celui auquel nous sommes habitués. Mais c'est leur tennis après tout !

## RÉFÉRENCES

- Barrell, M. (2010). Growing Kids, Growing the Game, a Developmental Approach to Teaching Under 10s.
- Barrell, M. (2008). Essentials for Maximizing Incidental Learning with Kids Tennis.
- Barrell, M. (2008). PTR Kids Tennis. Hutslar, J. (1998). Munchkin Tennis.
- Landy, J. & Burrige, K. (2002). Kids with Zip.

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



Droits d'auteur (c) 2013 Mike Barrell.



Ce texte est protégé par une licence [Creative Commons 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 créditer l'Œuvre, intégrer un lien vers la licence et indiquer si des modifications ont été effectuées à l'Œuvre. Vous devez indiquer ces informations par tous les moyens raisonnables, sans toutefois suggérer que l'Offrant vous soutient ou soutient la façon dont vous avez utilisé son Œuvre.

[Résumé de la licence](#) - [Texte intégral de la licence](#)