



Servir, disputer des échanges et marquer des points... Les campagnes de l'ITF, «Tennis... Play and Stay ».

Dave Miley.

Fédération Internationale de Tennis.

RÉSUMÉ

En 2007, l'ITF a lancé une campagne mondiale en vue d'augmenter la participation tennistique de par le monde. Tennis... Play and Stay est fondé sur la consigne « Servir, disputer des échanges et marquer des points » et essaie de promouvoir le tennis comme un sport facile, amusant et sain. Pour la campagne, il est fondamental que les entraîneurs, quand ils travaillent avec des débutants, utilisent des balles plus lentes rouges, orange et vertes, en assurant une première expérience tennistique positive et dynamique (au moment de servir, d'échanger des balles et de marquer des points). La campagne Play and Stay a mené le lancement du Tennis 10s en 2009.

Mots clés: Tennis 10s, Play and Stay.

Article reçu: 10 Mai 2010.

Article accepté: 12 Juin 2010.

Auteur correspondant: Dave Miley,
Fédération Internationale de Tennis.

Email: dave.miley@itftennis.com

POURQUOI A-T-ON INTRODUIT LE TENNIS... PLAY AND STAY?

En 2002, le Groupe de Travail de l'ITF a été créé pour enseigner le tennis. Son but, découvrir la meilleure manière de l'enseigner aux débutants. Le Groupe de Travail comprenait des experts en participation tennistique issus de certaines fédérations de tennis et des organisations d'entraîneurs les plus reconnues.

Le Groupe de Travail a admis que, s'il est vrai que le tennis s'est bien installé dans bien des pays, certains font face à des problèmes liés à la participation, étant les changements de style de vie une des principales causes. En voici la conclusion : notre sport semble attirer les gens mais ne sait pas les retenir. Le Groupe de Travail a conclu qu'il fallait adapter le sport aux besoins du client, le joueur débutant, et s'accorder à avoir une position commune en ce qui concerne l'enseignement du tennis pour ces débutants.

Les messages clés de la campagne Tennis... Play and Stay sont:

- Le tennis est facile... quand les entraîneurs travaillent avec des joueurs débutants, ils utilisent des balles plus lentes rouges, orange ou vertes.
- Le tennis est amusant... quand les joueurs débutants servent, échangent des balles et marquent des points dès la première classe.
- La compétition tennistique peut être amusante... quand les formats et les systèmes de comptage de points s'adaptent à tous les styles de vie.



- Le tennis est sain... la recherche réalisée par l'ITF en 2006 et publiée dans la revue britannique de la Médecine Sportive en témoignent.

- Le tennis est un sport pour tous, et tous les joueurs doivent avoir un classement qui leur permettra de trouver des joueurs de niveau similaire avec qui jouer.

La balle est clé !

Il est fondamental d'utiliser la balle adéquate avec les débutants pour les retenir. Il n'y a aucun doute que les balles plus lentes fournissent plus de temps et de contrôle, et qu'elles favorisent l'échange des balles. Cependant, au début de la campagne, on a estimé que 10 % de tous les entraîneurs du monde utilisaient des balles plus lentes avec leurs joueurs débutants. Voilà pourquoi la promotion de ces balles est un élément clé du Tennis... Play and Stay et du Tennis 10s.

Balles plus lentes, courts plus petits, des meilleurs juniors !

Les balles plus lentes ne sont pas importantes que pour développer des débutants ; les juniors de haut niveau en tirent aussi du profit car elles les aident à apprendre plus facilement une technique efficace, en permettant la mise en place des tactiques plus avancées auxquelles ils ne parviendront pas avec une balle normale sur un court traditionnel.

Adultes... Jouez au tennis plus vite !

Certains des principaux pays, dont la France, ont eu un grand succès avec les balles plus lentes au moment d'enseigner le tennis aux adultes. Ceux-ci sont un objectif important de Play and Stay. Tout comme les enfants, si les adultes ne peuvent pas servir, échanger des balles et marquer des points sur un court traditionnel avec une balle normale, leur entraîneur devra utiliser une balle et un court leur permettant d'y réussir.

Entraîner des joueurs handicapés

Les balles plus lentes peuvent être extrêmement utiles pour entraîner des joueurs handicapés et pour bien augmenter leur plaisir et leur succès dans le tennis. Consultez l'article de Mark Bullock concernant le tennis pour les joueurs de 10 ans et moins, et pour les joueurs handicapés.

Que se passe-t-il avec la technique ?

Certains entraîneurs demandent quel rôle joue la technique quand l'accent est mis sur le service, les échanges et le marquage de points dès la première classe. La réponse : la technique est toujours très importante et quand les entraîneurs, utilisant des balles plus lentes ont emballé leurs joueurs avec le tennis, devront démarrer avec l'instruction technique (et tactique) pertinente afin de les aider à servir, échanger et marquer des points de manière plus efficace. Voilà

une simple définition de l'approche basée sur le jeu, parfois mal interprétée par les entraîneurs de tennis.

L'approche basée sur le jeu

L'approche basée sur le jeu est capitale pour la campagne Play and Stay. C'est la base pour tous les niveaux d'entraînement. Si l'on travaille soit avec des débutants, soit avec des joueurs avancés, toute l'instruction doit viser à aider les joueurs à améliorer leur jeu. Toute instruction assurée doit être pertinente afin que le joueur puisse mettre en pratique la tactique. Dans le langage simple de Play and Stay, l'approche basée sur le jeu est définie comme « Servir, disputer des échanges et marquer des points... et après donner l'instruction pertinente (technique, tactique, physique ou mentale) afin d'aider le joueur à servir, à échanger des balles et à marquer des points de manière plus efficace ! »

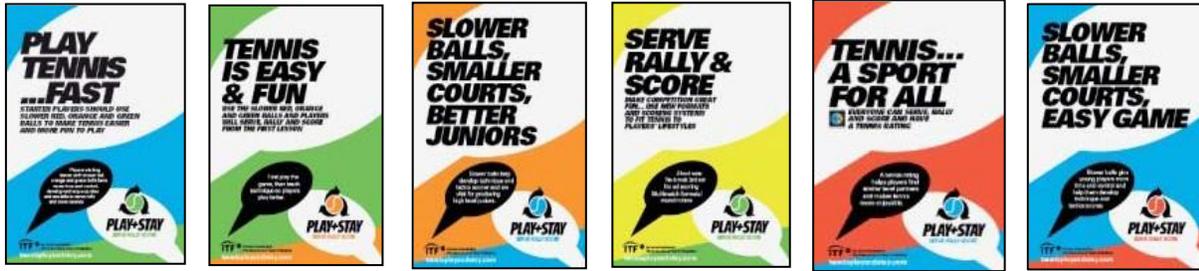
Qu'est-ce que le Tennis 10s ?

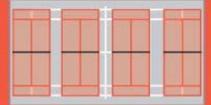
Ce tennis vise les joueurs de 10 ans et moins, et est joué avec des balles plus lentes rouges, orange ou vertes. Le Tennis 10s a été introduit pour guider formellement l'usage des différentes balles rouges, orange et vertes, et les courts de compétition pour les joueurs de 10 ans et moins (voir le Tableau).

Lors de l'Assemblée Générale Annuelle de l'ITF de 2010, l'ITF demandera aux pays membres de voter une norme réglementant le seul usage de balles plus lentes rouges, orange ou vertes dans les compétitions officielles pour les joueurs de 10 ans et moins, et l'interdiction d'utiliser la balle jaune. L'ITF essaiera d'introduire cette norme à partir de 2012, afin que les pays aient du temps à s'y adapter, si nécessaire. De nos jours, s'il est vrai que beaucoup de joueurs utilisent les balles plus lentes pour entraîner, la compétition est souvent jouée avec des balles normales jaunes, ce qui n'a pas trop de sens. Dès que les balles plus lentes seront utilisées pour les compétitions, il est évident que les entraîneurs devront les utiliser pour l'entraînement.

Pour les entraîneurs, est-il plus difficile d'organiser la classe avec différents types de balles et de dimensions de terrains ?

Certains entraîneurs pensent que le fait d'utiliser différentes balles et différentes tailles de terrains rendront l'organisation de leurs classes plus compliquée. Néanmoins, l'entraînement basé sur le joueur consiste à faire ce qui est bon pour l'élève... et non pas ce qui est plus facile pour l'entraîneur ! Cet entraînement demande une plus grande organisation, les courts plus petits peuvent être marqués rapidement avec des bandes portables, plus de joueurs peuvent pratiquer à l'intérieur du grand court et les balles plus lentes ont une vie plus longue que les normales. L'usage des balles plus lentes et des courts plus petits offrent



ETAPE	AGE	BALLE	COURT	RAQUETTE *(selon la taille joueur)	OPTIONS DE COMPTAGE	DESCRIPTION DE L'ETAPE
	5-8 ans	 (Mousse ou feutre) 75% plus lente que la balle jaune	 11-12m (36-39ft) x 5-6m (16-19ft) Hauteur du filet: 80-83.8cm	Jusqu'à 58cm (23")*	1 x tie-break à 7 ou 10 pts Au meilleur des 3 tie-breaks à 7 pts 1 x set court (1er à 4 jeux) Matches en temps limité	Sur le terrain Rouge, les balles plus lentes, les courts plus petits et les raquettes plus courtes et légères permettront aux enfants de jouer au tennis et marquer des points dès la première leçon. Les joueurs commencent avec des matches en équipe à dominante ludique, tout en développant une bonne technique et en utilisant des tactiques adaptées.
	8-10 ans	 50% plus lente que la balle jaune	 18m (60ft) x 6.5-8.23m (21-27ft) Hauteur du filet: 80-91cm	58-63cm (23-25")*	Au meilleur des 3 tie-breaks à 7 pts 1 x set court (1er à 4 jeux)	Les joueurs passent à un court plus grand, en fonction de leur taille. La balle est un peu plus rapide et fournit une zone de frappe optimale et la possibilité de mettre en place des tactiques plus élaborées. Les matches sont plus longs que sur le terrain Rouge, et les enfants jouent des matches en «équipe» et «individuels».
	9-10 ans	 25% plus lente que la balle jaune	 Court normal	63-66cm (25-26")*	1 x set court (1er à 4 jeux) Au meilleur des 3 sets courts (3ème set est un Tie-break)	La balle est plus rapide que sur le terrain Orange, et son rebond moins haut qu'avec la balle jaune. Ceci aide les joueurs expérimentés à développer une meilleure technique et à utiliser des schémas tactiques plus complexes. Les matches sont un peu plus longs qu'en Orange et on joue des matches en «équipe» et «individuels».
	11 ans et plus	 Balle jaune	 Court normal	66-73.7cm (26-29")*	Tout système de comptage de points inclus dans les règles du Tennis	Dès que les joueurs ont parcouru les étapes Rouge, Orange et Verte, ils sont prêts à s'entraîner et à jouer en compétition avec la balle jaune sur le grand terrain.

expérience plus positive et dynamique aux débutants, ce qui retient les joueurs. Le tennis devient ainsi un sport plus simple et plus amusant.

RÉSUMÉ

La réaction à la campagne et au lancement du Tennis 10s a été très positive. Les principaux pays ont appuyé le changement de règlement proposé pour la compétition des joueurs de 10 ans et moins, et l'ITF travaillera avec toutes les fédérations afin d'assurer sa mise en œuvre.

Tennis 10s dispose aussi de l'appui engagé des circuits ATP et WTA. Certains des meilleurs joueurs, dont Federer, Nadal, Stosur et Jankovic, ont enregistré des messages-vidéo en appuyant le Tennis10s.

Pour soutenir la campagne, l'ITF a produit beaucoup de matériel de promotion et des ressources pour les entraîneurs en langues différentes, tous avec le logo Tennis... Play and Stay et Tennis 10s. Pour consulter ce matériel ou toute autre information liée au Tennis... Play and Stay, veuillez visiter www.tennisplayandstay.com ou www.tennis10s.com.

L'ITF affirme que le lancement de Tennis... Play and Stay et Tennis 10s a provoqué un grand impact sur le tennis mondial, et on espère que les entraîneurs reconnaîtront et appuieront les changements concernant ces deux projets qui abordent la forme d'entraîner les joueurs débutants et les moins de 10 ans.

Rappelez-vous... L'entraînement du tennis n'est pas un sport. Le sport, c'est le tennis ! Notre tâche en tant qu'entraîneurs ne se borne pas à enseigner la technique. Notre travail principal

consiste à organiser le jeu afin que les gens connaissent ce que le tennis a de mieux... Servir, disputer des échanges et marquer des points ! Utilisons les balles plus lentes pour nous assurer que le plus grand nombre de personnes possible puisse avoir la chance de Servir, disputer des échanges et marquer des points, de passer un bon moment et de continuer à jouer notre merveilleux sport !

RÉFÉRENCES

Sheldon, K. M., Kasser, T., Smith, K., & Share, T. (2002). Personal goals and psychological growth: Testing an intervention to enhance goal attainment and personality integration. *Journal of Personality*, 70, 5-31.
<https://doi.org/10.1111/1467-6494.00176>

Weinberg, R.S., & Gould, D. (1999). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS COACH (CLIQUEZ)



Droits d'auteur (c) 2010 Dave Miley.



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](#)