



Développement des talents au tennis : connaître son langage.

Paul Roetert, Mark Kovacs et Miguel Crespo.

Association de tennis des États-Uni.

RÉSUMÉ

Lorsqu'il faut approfondir ses connaissances dans un domaine d'étude nouveau ou différent, l'une des premières tâches à effectuer consiste à se familiariser avec la terminologie adéquate. Personne ne se sentirait probablement à l'aise en prenant des cours de tennis avec quelqu'un qui parlerait d'un « coup de gauche » au lieu de dire « revers » ou qui confondrait « volées » et « smashes » : nous remettrions en question la crédibilité d'un tel moniteur ; il en va de même pour ce qui concerne le développement de talents car une certaine confusion règne quant au sens réel de l'expression. Cependant, il est fondamental que nous comprenions, nous, entraîneurs de tennis, non seulement la terminologie appropriée mais aussi les concepts qui la sous-tendent, en particulier par rapport au développement correct de nos joueurs. Nous allons donc nous pencher sur ce que nous propose la littérature scientifique sur la question à l'heure actuelle.

Mots clés: Talents, Développement, Terminologie.

Article reçu: 17 Septembre 2009.

Article accepté: 29 Octobre 2009.

Auteur correspondant: Paul Roetert, Association de tennis des États-Uni.

Email: eproetert@gmail.com

QU'EST-CE QUE LE TALENT ET COMMENT L'IDENTIFIER?

Si nous cherchons la définition du mot « talent » dans le dictionnaire, nous trouvons ce qui suit : « une aptitude spéciale et naturelle » et « une disposition pour réussir en quelque chose ». Alors, comment trouvons-nous les athlètes appropriés et comment pouvons-nous les attirer vers le tennis (identification des talents)? Et, lorsqu'ils pratiquent le tennis, comment les aidons-nous à mettre en œuvre un développement systématique de leur talent (développement de talents)? Selon Dick (1992), il est inutile de sélectionner un talent pour un sport si ce talent n'a pas, lui-même, sélectionné d'abord ce sport. Notre expérience nous montre que cela peut être à moitié vrai, car la « motivation » ou le « désir de réussir » peuvent être les facteurs les plus importants pour développer une expertise. Néanmoins, la plupart des joueurs commencent à jouer au tennis grâce à l'influence de l'un de leurs parents ou d'une autre personne significative dans leurs vies. Le tennis a, en plus, un autre avantage : des joueurs ayant différentes caractéristiques et différentes tailles peuvent avoir également du succès.

Pratique délibérée et jeu délibéré

La théorie de la « pratique délibérée » a été développée par Ericsson et al. (1993) et elle se fonde sur l'idée que la compétence dans n'importe quel domaine est explicitement liée au type d'entraînement réalisé et au temps consacré à cette activité. Sa recherche a démontré qu'un grand nombre

des caractéristiques censées être le reflet d'un talent inné sont, en réalité, le résultat d'une pratique intense réalisée pendant un minimum de dix ans. La pratique délibérée concerne toute activité conçue pour améliorer le rendement actuel, mais ce n'est pas un jeu, ni un travail ni l'observation du rendement des autres. La pratique est toujours liée au rendement, elle implique toujours l'effort et peut ne pas être agréable en elle-même (Starkes, 2000). Pour leur part, Baker et Côté (2006) croient que l'accent mis sur un entraînement structuré et ardu, preuve de l'approche de spécialisation précoce, peut avoir écarté un élément extrêmement important pour la participation au sport chez les jeunes, à savoir, le divertissement. Ils définissent le « jeu délibéré » comme les activités du sport conçues pour maximiser sa jouissance intrinsèque. Les joueurs peuvent régler le jeu de tennis au moyen de normes flexibles adaptées à partir des règles de tennis normalisées. La valeur immédiate du jeu délibéré est la motivation pour continuer à jouer au tennis et sa valeur à terme permet aux jeunes joueurs de développer la capacité de traiter l'information dans différentes situations sportives. Davids (2000) soutient que le temps et l'intensité de la pratique ne doivent pas être considérés comme les seules contraintes pour l'acquisition de compétences ; il faut aussi considérer des facteurs tels que l'influence héréditaire et les différences concernant la motivation. La question fondamentale peut ne pas se centrer sur le nombre d'heures de pratique nécessaires pour parvenir à l'excellence mais sur la manière d'améliorer la qualité de l'instruction pour éviter que de futurs talents

gaspillent leur temps pendant les différentes étapes de la carrière sportive (van Rossum, 2000).

Mémorisation par bloc

Nous savons tous que les meilleurs joueurs frappent la balle de manière plus efficace que les débutants. Cela est dû, en partie, au fait qu'ils ont appris à grouper les différents composants de leurs mouvements et leur swing à partir des parties prises séparément jusqu'à ce qu'ils puissent les combiner. Ce processus s'appelle mémorisation par bloc (chunking) et il permet aux joueurs de rassembler des sous-éléments dans une unité unique (Schmidt & Lee, 1999). C'est ce que l'on appelle aussi programme moteur.

Tâches statiques vs. tâches dynamiques

Une tâche statique implique le rendement d'un ensemble spécifique d'actions, généralement dans une progression pas à pas (comme s'il s'agissait d'une recette), ce qui présente un intérêt vital dans beaucoup de domaines. Un chirurgien aura besoin d'employer une voie d'abord pas à pas pour reconstituer un ligament et un charpentier doit suivre une séquence spécifique pour bâtir un escalier. Les résultats obtenus dans ce type d'activité s'améliorent davantage grâce à la pratique délibérée ; en revanche, les tâches dynamiques sont une combinaison de tâches statiques réalisées parfois dans un ordre aléatoire. Le tennis est une combinaison de tâches statiques et dynamiques. Apprendre un coup droit avec les pieds écartés pour frapper une balle sortant d'une machine est une tâche statique à laquelle on peut s'exercer pendant des heures, ce qui améliorera la dextérité du joueur pour frapper ce coup. Il n'en va pas de même de l'habileté requise pour frapper un coup droit avec les pieds écartés avec un score 5-5 à la troisième manche contre un joueur qui frappe sa balle avec un effet lifté accentué sur un court lent en terre battue.

Une fois que l'individu a acquis l'habileté statique, la recherche a démontré que beaucoup d'individus évitent, de manière consciente ou inconsciente, la pratique délibérée future et ils choisissent, par contre, de se centrer sur des activités très enracinées qui peuvent limiter leurs progrès dans l'avenir (Ericsson, Krampe et al., 1993).

Créativité

Les experts du tennis se caractérisent par un comportement créatif extraordinaire : en effet, les joueurs talentueux font preuve d'une performance individuelle pour laquelle la créativité est primordiale. La créativité peut être définie comme la capacité de produire des réponses appropriées pour une tâche déterminée qui est inédite (originale, inattendue) et adéquate (utile) en même temps. Les entraîneurs devront comprendre l'importance d'aider les joueurs à développer leur créativité au moyen de l'accès aux connaissances existantes à plusieurs niveaux d'abstraction, de la combinaison de concepts qui étaient séparés au préalable et de l'amélioration de leur

capacité d'attention pendant des situations où la pression est forte (Memmert, 2009).

Pratique de la variabilité (interférence contextuelle).

Les entraîneurs doivent créer des contextes de pratique permettant d'obtenir un résultat immédiat par rapport aux habiletés recherchées. Cependant, dans bien des cas, les bénéfices à court terme ne permettent pas que l'on tienne compte des bénéfices à long terme de certaines stratégies de pratique.

Lorsque les joueurs essaient d'apprendre deux nouvelles habiletés (coup droit et coup de revers), l'entraîneur structure généralement la pratique en blocs : le coup droit d'abord, jusqu'à ce que le joueur parvienne à le maîtriser, puis le coup de revers. Toutefois, la recherche sur l'apprentissage moteur démontre que la pratique des habiletés au moyen d'une structure aléatoire de pratique, c'est-à-dire, en frappant quelques coups droits, puis quelques coups de revers, encore des coups droits et ainsi de suite, permet une assimilation et une mémorisation meilleures à long terme, pourvu que les fondements des coups – prise et tenue de raquette et patron du coup – aient été préalablement appris : c'est ce que l'on appelle l'interférence contextuelle. La pratique combinée des coups droits et des coups de revers crée une interférence à court terme, qui peut être interprétée comme une baisse du rendement, lorsqu'on la compare à une structure de pratique en blocs. Cela peut produire davantage d'erreurs à court terme mais une meilleure acquisition des habiletés à long terme. La recherche soutient cette vision pour beaucoup de sports, y compris le tennis (Douvis, 2005).

Mois de la naissance et identification des talents

Il existe une tendance, généralement involontaire, qui s'exprime au moment des classifications au tennis et de la sélection pour les équipes des fédérations nationales, de la formation d'équipes par tranche d'âge, de l'établissement de programmes et de l'octroi de bourses pour des athlètes qui montrent une maturité physique par rapport à leur âge chronologique. Les athlètes nés pendant la première moitié de l'année obtiennent généralement de meilleurs résultats et sont physiquement plus admirables lorsqu'on les compare à leurs collègues. Il en résulte que bon nombre d'individus talentueux ne sont pas suffisamment stimulés par leurs entraîneurs ni par les fédérations nationales lorsqu'ils sont très jeunes parce que leurs résultats sont moins impressionnants que ceux des individus étant de 6 à 12 mois leurs aînés et physiquement plus mûrs. (Zmajic, 1996; Filipic, 2001).

Les chercheurs et les entraîneurs sont d'accord sur ce point : la détection précoce des talents et le développement précoce sont des éléments essentiels pour le développement des joueurs d'élite (Bouchard, Malina et al., 1997; Lidor et Lavyan 2002).

La plupart des individus remarquables ayant une réputation internationale, y compris les athlètes, ont été premièrement encouragés à participer dans leur profession (sport) par un membre de leur famille (Bloom, 1985 ; Lidor et Lavyan, 2002). Un pourcentage très réduit des athlètes de niveau mondial a été encouragé à s'exercer au sport de leur choix par un professeur d'éducation physique ou par un entraîneur (Lidor et Lavyan, 2002). Selon certains rapports, il n'y a que 20% des athlètes d'élite à affirmer qu'ils s'étaient rapprochés de leur propre initiative du sport de leur choix (Lidor et Lavyan, 2002). Suivant la littérature, il est pratiquement impossible qu'un athlète puisse réussir au plus haut niveau sans le soutien d'une unité familiale centrale (Bloom 1985; Côté 1999).

Il n'y a pas de conclusion tranchante dans la littérature quant à l'âge parfait pour qu'un individu commence la pratique du sport choisi ni quant au rapport entre cet âge et le rendement d'un joueur d'élite (Lidor et Lavyan 2002). Il n'est pas indispensable de commencer un programme d'entraînement structuré à un âge très précoce et, pour des sports tels que le tennis, les débutants tardifs peuvent réussir aussi (Bouchard, Malina et al. 1997; Lidor et Lavyan 2002). Il a été cependant évident qu'il y a une différence très marquée entre les athlètes d'élite et ceux de très haut niveau quant au temps consacré à la pratique et au nombre de séances hebdomadaires auxquelles ils assistaient pendant les trois premières années de l'exercice du sport choisi (Lidor et Lavyan 2002). Suivant une affirmation rétrospective, les individus ayant réussi au niveau d'élite de leur sport avaient assisté à un nombre plus élevé d'heures de pratique hebdomadaire au cours des trois premières années de leur sport lorsqu'on les comparait avec les athlètes de très haut niveau (Lidor et Lavyan 2002).

Spécialisation en un seul sport vs activités physiques multiples

Beaucoup de chercheurs et d'entraîneurs discutent sur les bénéfices que pourrait rapporter, au cours des stades tardifs du développement du talent, la pratique à un âge précoce de plusieurs sports ou activités physiques. Ces bénéfices se fonderaient sur l'effet de l'apprentissage d'habiletés motrices multiples telles que la vitesse, l'agilité, la stabilité de la puissance et de nombreux patrons de mouvements variés permettant au jeune athlète de développer un schéma de mouvements solide et bien organisé (Schmidt et Lee, 1999).

Motivation et effort

La motivation intrinsèque est l'une des plus grandes différences entre les athlètes d'élite et ceux de très haut niveau. Une étude a démontré que 87% des joueurs d'élite avait affirmé avoir plutôt une motivation intrinsèque pour leur activité contre 32% des athlètes de très haut niveau (Lidor et Lavyan, 2002).

Les chercheurs ont étudié les perceptions des joueurs, des parents et des entraîneurs sur le développement des talents chez des joueurs de tennis junior d'élite et ils ont signalé que

la participation au tennis junior d'élite nécessite un effort d'équipe où les joueurs, les parents et les entraîneurs jouent des rôles spécifiques ; ils ont aussi souligné que les parents et les joueurs doivent faire des sacrifices et que ce sont les premiers qui jouent les principaux rôles au moment de donner un soutien émotionnel et tangible. Cependant, ils sont bien des fois considérés comme une source de pression lorsqu'ils s'impliquent trop dans les milieux compétitifs. (Wolfenden et Holt, 2005)

Une autre recherche concernant les parents effectuée aux États-Unis (Gould et al., 2008) révèle que la plupart des parents exercent une influence positive, qu'ils proposent une vision du tennis adéquate, qu'ils mettent l'accent sur le développement de l'enfant et qu'ils lui donnent leur soutien. En revanche, selon les conclusions de cette étude, une minorité des parents exercent une influence négative par l'exigence, la domination et l'orientation aux résultats.

Gestion des talents

L'entraîneur doit comprendre que le talent d'un joueur est un composant de la réussite qui lui permettra d'atteindre son but principal, à savoir : être un meilleur joueur. Ce n'est pas le talent qui est le but mais son développement.

Gérer le talent consiste à savoir fusionner l'engagement et les objectifs stratégiques du joueur et de l'entraîneur. Le talent ne doit pas être le point central des programmes de tennis. Il faut plutôt viser à la stratégie d'un développement exhaustif du joueur à long terme (LTPD, Long Term Player Development par son sigle anglais), au moyen du développement physique, mental, tactique et technique de chaque joueur.

Si le talent est pris isolément, qu'il est sous-développé ou surestimé, il est inutile ; il perd de sa puissance s'il n'est pas guidé ; par contre, il révélera toute sa valeur s'il est en rapport avec le LTPD et aligné sur lui, car il permettra à l'entraîneur de développer toutes les compétences dont le joueur a besoin.



Il faut rappeler que, lorsque l'on travaille avec un talent, les entraîneurs doivent être conscients de la pertinence de ce qu'on appelle "les intangibles", qui comprennent les éléments suivants sans pour autant s'y limiter : les connaissances, les habiletés (savoir faire), l'intelligence, l'autonomie, la responsabilité, les valeurs, l'éthique au travail, l'effort, le respect, l'habileté pour apprendre et pour s'adapter, l'innovation et la créativité, entre autres.

NORMES POUR LE DÉVELOPPEMENT DES JOUEURS DE TENNIS TALENTUEUX

Le rôle de l'entraîneur est d'accroître le rendement de ses joueurs sur le court. Il y a de nombreuses méthodes, stratégies et techniques pour obtenir un meilleur rendement, mais l'enseignement et l'entraînement doivent être basés sur le paradigme suivant : l'entraîneur est un facilitateur du talent par l'intermédiaire de l'apprentissage et du développement, il n'est pas un créateur de talent.

Pour entraîner efficacement des joueurs de tennis talentueux, l'entraîneur doit travailler sur les points suivants :

- Créer une ambiance d'engagement, de travail ardu et d'effort, orientée au rendement et à la coopération et permettant au joueur de donner ce qu'il a de mieux.
- Établir un bon rapport avec les joueurs au moyen d'une écoute empathique et de la compréhension, du partage d'objectifs et de croyances communes, en vue de créer une « culture du rendement ».
- Aider les joueurs à avoir une compréhension d'eux-mêmes par la réflexion et par la valorisation de l'opinion d'autres personnes significatives.
- Motiver toujours. Se centrer sur le processus et non pas sur le résultat. Garder le caractère organisé des pratiques, orientées vers l'objectif et vers le défi. Aider les joueurs à jouir et à apprécier les valeurs et les récompenses d'un travail ardu. Stimuler et récompenser le travail ardu, la discipline et le zèle.



- Faire naître la confiance nécessaire au moyen d'une vision réaliste. Aider les joueurs à "avoir les pieds sur terre" tout en levant les bras pour "atteindre les étoiles".
- Communiquer de manière directe, effective et ouverte. Écouter attentivement pour comprendre les besoins des joueurs. Poser davantage de questions et, principalement, des questions ouvertes. Changer son comportement et, au lieu de conseiller, permettre au joueur de suggérer et de s'appropriier les séances de pratique, les exercices et son développement au tennis.
- Susciter une rétroaction spécifique, constructive et significative.
- Aider les joueurs à se concentrer sur leurs objectifs par la création d'un cadre mental approprié à chaque situation. Les joueurs ne peuvent plus se concentrer lorsque leur entourage ou eux-mêmes fixent leur attention principalement sur les objectifs à court terme et perdent de vue le panorama général.
- Stimuler les joueurs à réfléchir et à agir de manière autonome ; ils doivent se responsabiliser des résultats de leurs actions.
- Leur conférer des pouvoirs au lieu de conseils et être prêts à accepter leurs propositions.
- Soutenir les joueurs pour qu'ils apprennent d'autres compétences, qui seront différentes de celles du tennis et qui les aideront à devenir de grands joueurs : un comportement éthique, le respect des règles, l'esprit du sport, l'attention portée aux détails, entre autres.
- Être flexible et traiter chaque joueur selon ses besoins, ses forces et ses faiblesses.
- Comprendre quand on doit être plus directif, quand les joueurs n'ont pas l'expérience nécessaire pour prendre des décisions, quand ils sont sous pression ou quand ils manquent d'information pertinente.
- Utiliser les connaissances et la technologie sous toutes leurs formes (information, recherche et innovation) pour améliorer l'entraînement et bénéficier directement aux joueurs talentueux.

RÉFÉRENCES

- Bloom, B. S. (1985). *Developing talent in young people*. New York, Ballantine Books.
- Bouchard, C., M. Malina, et al. (1997). *Genetics of fitness and physical performance*. Champaign, IL, Human Kinetics.
- Cote, J. (1999). "The influence of family in the development of talent in sport." *The Sport Psychologist* 13: 395-417. <https://doi.org/10.1123/tsp.13.4.395>
- Douvis, S. J. (2005). Variable practice in learning the forehand drive in tennis. *Perceptual and motor skills*. Vol. 101, no2, pp. 531-545

<https://doi.org/10.2466/pms.101.2.531-545>

<https://doi.org/10.2466/PMS.101.6.531-545>

- Ericsson, K. A., R. T. Krampe, et al. (1993). "The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance." *Psychological Review* 100(3): 363-406. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.100.3.363>
- Filipic, A. (2001). Birth date and success in tennis, *ITF Coaching and Sport Science Review*, 23, 9-11.
- Gould, D.; Lauer, L.; Rolo, C.; Jannes, C.; Pennisi, N.. (2008). The Role of Parents in Tennis Success: Focus Group Interviews With Tennis Coaches. *The Sport psychologist*; 22 (1), 18-37 <https://doi.org/10.1123/tsp.22.1.18>
- Guest, C. B., G. Regehr, et al. (2001). "The life long challenge of expertise." *Medical Education* 35: 78-81. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2923.2001.00831.x>
- Lidor, R. and N. Lavyan (2002). "A retrospective picture of early sport experiences among elite and near-elite Israeli athletes: Developmental and psychological perspectives." *International Journal of Sport Psychology* 33: 269-289.
- Memmert, D. (2009). Noticing unexpected objects improves the creating of creative solutions - inattention blindness by children influences divergent thinking negatively. *Creativity Research Journal*, 21 (2-3), 302-304. <https://doi.org/10.1080/10400410802633798>
- Schmidt, R. A. and T. D. Lee (1999). *Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis*. Champaign, IL, Human Kinetics.
- Zmajic, H. (1996). Are the top tennis players born in January, *ITF Coaching and Sport Science Review*, 9, 3-4.

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH (CLIQUEZ)



Droits d'auteur (c) 2009 Paul Roetert; Mark Kovacs; Miguel Crespo.



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](#)