

Le passage à la balle jaune dans l'enseignement du tennis

Caio Corrêa Cortela ^a , Juan Pedro Fuentes García ^b , Michael Davis Higuera ^c & Layla Maria Campos Aburachid ^d 

^a Fédération de tennis de Paranaense, Curitiba, Brésil. ^b Université d'Estrémadure, Badajoz, Espagne. ^c

Département de l'intégrité et du développement, Fédération Internationale de Tennis, Londres, Royaume-

Uni. ^d Université fédérale du Mato Grosso, Cuiabá, Mato Grosso, Brazil.

RÉSUMÉ

La campagne *Play and Stay* a vu le jour il y a plus de 10 ans, mais peu d'études scientifiques s'intéressent à la transition entre les différents stades du programme *Tennis 10s*. À partir d'entretiens menés auprès de coordinateurs chevronnés responsables de programmes d'initiation sportive dans des clubs de tennis brésiliens, la présente étude se propose de décrire les stratégies employées pour faciliter la transition entre le stade de la « balle verte » et le stade de la « balle jaune ».

Mots clés: tennis, initiation sportive, compétition, Tennis 10s.

Article reçu: 16 Juin 2019

Article accepté: 24 Septembre 2019

Auteur correspondant: Caio Corrêa Cortela, Fédération de tennis de Paranaense, R. Pastor Manoel Virgínio de Souza, 1020 - Capão da Imbuia, Curitiba - PR, 82810-400, Brésil. Email: capacitacao@cbtenis.com.br

INTRODUCTION

L'utilisation de balles faiblement pressurisées est considérée par la Fédération internationale de tennis comme un aspect fondamental dans le domaine de l'initiation sportive et de la découverte du tennis (Miley, 2010). D'après Newman (2010), le recours à des balles plus lentes laisse plus de temps aux joueurs pour réagir, facilite le retour de service et favorise le développement et l'adoption de schémas tactiques et techniques plus élaborés, qui sont appliqués dans le tennis de compétition et qui, par conséquent, se révéleront utiles à plus long terme pour atteindre le haut niveau.

Des études portant sur le recours à du matériel adapté ont abouti à des résultats qui plaident en faveur de l'utilisation d'adaptations structurelles dans le cadre de la pratique du tennis par les enfants (Buszard *et al.*, 2016). Lors de tests axés sur l'exécution des frappes, Buszard *et al.* (2014) ont fait état d'une amélioration de l'exécution du coup droit chez les enfants qui utilisaient du matériel et des balles adaptés à leur catégorie d'âge par rapport à ceux qui se servaient d'un matériel conventionnel, les résultats obtenus ayant mis en évidence une efficacité et une efficience plus grandes tant dans l'exécution du coup que dans les schémas de mouvement. De la même manière, Larson et Guggenheimer (2013) ont relaté le cas de joueurs de tennis dont les frappes ont été testées dans des conditions adaptées

(stade de la balle orange) et comparées à des frappes réalisées sur des courts aux dimensions standard et avec des balles conventionnelles ; ils ont constaté une nette amélioration des résultats obtenus, les joueurs ayant été capables d'exécuter leurs frappes avec une vitesse et une précision accrues ainsi qu'avec un plus haut degré d'efficacité.

En ce qui concerne les situations d'apprentissage, Farrow et Reid (2010) ont signalé des résultats semblables à ceux observés dans le cadre des tests susmentionnés, qui viennent confirmer que les enfants contraints de s'entraîner dans des conditions de jeu identiques à celles des adultes ont moins d'occasions d'apprendre, frappent moins de balles au cours d'une séance d'entraînement, enregistrent de moins bons résultats sur le plan de l'exécution des coups et ont moins envie de continuer à pratiquer le tennis.

Lors de matchs ou de compétitions, il a été démontré que les contraintes créées par l'utilisation de matériel adapté avaient un effet positif sur le comportement des joueurs. À cet égard, Fitzpatrick *et al.* (2017) sont parvenus à la conclusion que les matchs disputés dans des conditions adaptées (stade de la balle rouge ou orange) étaient propices à des échanges plus longs. Schmidhofer *et al.* (2014) ont indiqué que les matchs disputés au stade de la balle orange dans le cadre du programme *Tennis 10s* étaient ceux qui présentaient le plus de similarités avec les matchs de tennis professionnels, que ce

soit par rapport au nombre de points remportés au filet ou au rythme de frappe. Kachel *et al.* (2014) ont constaté que l'utilisation de balles vertes, en lieu et place de balles jaunes, favorisait une modification des schémas de jeu adoptés par les enfants, lesquels étaient plus portés vers l'attaque, à savoir qu'ils montaient davantage au filet, imprimaient plus de vitesse à leurs coups et jouaient davantage dans leur zone de confort.

Malgré une multiplication des recherches visant à comprendre l'incidence des adaptations structurelles et méthodologiques apportées aux processus d'enseignement et d'apprentissage spécifiques aux enfants, on en sait peu en ce qui concerne l'influence des structures d'entraînement et du recours à du matériel adapté sur la progression des enfants entre les différents stades du programme *Tennis 10s* (Buszard *et al.*, 2018).

Selon l'approche par les contraintes, dès lors que l'on adapte le matériel utilisé par les joueurs, l'interaction de trois types de facteurs ou de contraintes (propres à l'individu, à l'environnement et à la tâche) change, ce qui a également pour effet de modifier l'action et les possibilités d'action (Davids *et al.*, 2008). Dans ce cas, l'utilisation de balles plus lentes et au rebond plus bas permet aux enfants d'adapter leurs gestes techniques et leurs schémas tactiques en fonction de leurs compétences et de leurs capacités par l'intermédiaire d'un processus de découverte ou d'apprentissage divergent. Cette approche est le point de départ pour comprendre à quel moment passer au stade suivant du programme *Tennis 10s*. Les joueurs seraient susceptibles de passer au stade suivant dans deux cas : lorsqu'ils atteignent un niveau d'aptitude suffisant pour commencer à apprendre ou à exécuter des compétences qui correspondent au stade compétitif du jeu ; ou lorsqu'ils connaissent, voire appliquent déjà les schémas de jeu comme si leur style de jeu se rapprochait déjà de celui pratiqué au stade compétitif. Dans un cas de figure comme dans l'autre, on pourrait en déduire que les joueurs maîtrisent déjà les compétences enseignées au stade précédent.

Comme on le voit, la progression dans l'utilisation des différents types de balles est un aspect clé du processus d'initiation sportive, en particulier pour ce qui est du passage de la balle verte (25 % plus lente) à la balle jaune. Une transition inappropriée à ce stade pourrait compromettre le travail accompli aux stades précédents, ce qui risquerait de donner lieu à des adaptations non souhaitables au niveau des principes tactiques et techniques fondamentaux. Sachant que l'on souhaite bien évidemment éviter un tel scénario, l'idée derrière l'étude qui est présentée ici était de décrire comment s'opérait la transition de la balle verte à la balle jaune dans des clubs de tennis brésiliens.

MÉTHODES

L'échantillon utilisé aux fins de l'étude se composait de 14 coordinateurs travaillant au sein de clubs brésiliens jouissant d'une excellente réputation dans les domaines de l'initiation sportive et du développement des joueurs de tennis. Les professionnels interrogés avaient déjà entraîné des joueurs de tennis de niveau régional (7), national (4) et

international (3), et leur expérience en matière d'entraînement s'élevait en moyenne à 23,8 ans ($\pm 11,8$ ans).

Au moment de la compilation des données, les clubs analysés comptaient 2 980 élèves inscrits dans des programmes d'initiation au tennis (et n'ayant pas encore été initiés au jeu avec la balle jaune). Dans la plupart des programmes, l'initiation des enfants commençait vers l'âge de 5 ans pour se terminer à l'âge de 10 ans, au stade de la balle verte.

La classification des résultats a été réalisée selon l'« analyse thématique » de Sparkes et Smith (2014) en prenant en considération, aux fins d'analyse, tous les sujets qui avaient été évoqués par au moins trois coordinateurs.

RÉSULTATS ET ANALYSE

À la figure 1, nous présentons la seule catégorie pour laquelle un consensus a été atteint entre au moins trois coordinateurs.

Coordinateurs	Catégorie
(S6 ; S12 ; S13)	Recours à la balle verte et à la balle jaune simultanément durant les séances d'entraînement.

Figure 1. Proposition concernant la transition de la balle verte à la balle jaune.

[...] les entraîneurs les utilisent [les balles jaunes] plus souvent vers la fin de l'année. Les entraîneurs commencent à utiliser les balles, en les mélangeant les unes avec les autres. [...] à partir de la fin septembre. En janvier, ils jouent [uniquement avec des balles jaunes]. (S12 – 70'52").

S'il est vrai que certains coordinateurs suivaient une procédure spécifique pour assurer la transition vers la balle jaune, il a été impossible d'établir clairement que leur processus de transition s'effectuait de manière systématique et empirique, car aucun critère précis n'était défini à cet égard (moment de l'intervention, périodes précises consacrées à l'utilisation de chaque type de balle durant la séance, structure de l'entraînement, etc.).

[...] Je crois que la transition doit se faire de manière naturelle. Le plus important aux yeux des entraîneurs est de bien observer ce qui se passe et d'être très vigilant par rapport à ce changement. La procédure que nous avons n'est pas encore très organisée ; je ne peux pas affirmer que nous avons un système en place et que nous procédons de telle ou telle manière... ce n'est pas le cas pour l'instant. Ce que nous avons aujourd'hui, c'est une procédure... En fait, elle consiste à accorder un niveau d'attention différent aux enfants qui sont en phase de transition, notamment en ce qui concerne la prise de raquette et la hauteur du point d'impact. (S5 – 47'28").

L'« œil avisé » de l'entraîneur semble être le principal moyen utilisé pour déterminer de quelle manière et à quel rythme effectuer la transition. Selon les coordinateurs, la hauteur du point d'impact et la prise de raquette sont les deux critères de référence auxquels l'entraîneur prête une attention particulière. Ces deux aspects sont précisément ceux qui sont les plus influencés par l'utilisation de la balle verte. En effet, d'après Kachel *et al.* (2015) et Newman (2010) et selon l'approche par les contraintes (Davids *et al.*, 2008), la balle

verte favorise des points d'impact qui conviennent nettement mieux aux enfants en raison du matériau dont elle est faite ainsi que de sa pressurisation, ce qui permet d'optimiser l'adaptation de l'action à la taille des enfants à ce stade.

Comme l'ont fait remarquer Buszard *et al.* (2018), il a été démontré que la compétition jouait un rôle important au début de la transition entre les différentes balles et les différents stades. Quatre coordinateurs ont indiqué que le processus de transition avait commencé quelques mois avant la fin de la saison de compétition en cours et qu'il allait donc être possible pour les enfants de s'adapter et de disputer des matchs avec la balle jaune durant les circuits de compétition estivaux au début de la nouvelle saison. Deux coordinateurs ont expliqué que la « Coupe Guga », l'une des compétitions les plus importantes du pays, était la dernière compétition se déroulant avec des balles adaptées et marquait le début de la transition vers la balle jaune.

Ces constatations tendent à renforcer le rôle joué par le système de compétition dans les programmes d'entraînement, des premiers stades de l'initiation au sport jusqu'au plus long terme (Gonçalves *et al.*, 2016). Il est par conséquent nécessaire d'analyser les avantages et les inconvénients de l'approche qui consisterait à prolonger régulièrement le recours à la balle verte dans des compétitions destinées à des enfants de catégories d'âge plus avancées. Une telle modification pourrait réduire l'impact de la transition, en particulier concernant le point d'impact et la prise de raquette, en tenant compte du moment où la taille et la force des joueurs augmentent.

CONCLUSIONS

Face au manque de recherches sur la transition entre les différents stades du programme *Tennis 10s* de l'ITF, nous recommandons d'axer les études qui seront menées à l'avenir sur l'incidence de la variation des conditions d'entraînement, notamment en ce qui concerne la combinaison de plusieurs matériels différents (balles vertes et jaunes) et l'introduction de variabilité au moyen d'instruments et d'équipements divers (poids, taille, textures, etc.). Toutes les approches mentionnées ci-dessus pourraient contribuer à optimiser l'efficacité de l'apprentissage du point de vue de l'acquisition, de la rétention et du transfert des compétences durant la phase de transition.

Compte tenu de l'importance qui a été accordée à l'« œil avisé » de l'entraîneur ainsi qu'à certains facteurs, tels que la prise de raquette et la hauteur du point d'impact, pour le passage au stade suivant, et à la lumière de l'approche par les contraintes, nous estimons qu'il est nécessaire de commencer à analyser de manière systématique tous les facteurs qui pourraient servir à prédire un bon niveau de performance au stade suivant, de façon à définir des directives sur la transition entre les stades qui ne soient pas fondées sur l'âge, mais sur les capacités. De telles directives pourraient permettre de favoriser la pratique du tennis et l'acquisition de nouvelles compétences, tout en diminuant la proportion de joueurs qui abandonnent le tennis durant leur formation.

Note: les auteurs souhaitent remercier la Confédération brésilienne de tennis pour l'appui financier et logistique qu'elle a apporté à la réalisation de la présente étude.

RÉFÉRENCES

- Buszard, T., Farrow, D., Reid, M. & Masters, R. (2014). Modifying equipment in early skill development - a tennis perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(2), 218-225, <https://doi.org/10.1080/02701367.2014.893054>
- 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, <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0452-2>
- 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.
- Davids, K., Button, C. and Bennett, S. (2008). Dynamics of skill acquisition: a constraints-led approach. Leeds; Champaign, IL: Human Kinetics.
- Farrow, D. & Reid, M. (2010). The effect of equipment scaling on the skill acquisition of beginning tennis players. *Journal of Sports Sciences*, 28(7), 723-732, <https://doi.org/10.1080/02640411003770238>
- Fitzpatrick, A., Davids, K. & Stone, J.A. (2017). Effects of Lawn Tennis Association mini tennis as task constraints on children's match-play characteristics. *Journal of Sports Sciences*, 35(22), 2204-2210, <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1261179>
- Goncalves, G.H.T., Cortela, C.C., Klering, R.T., Bulso, R. & Balbinotti, C.A.A. (2016). The role of the tennis competition for children on the basic technical and tactical fundamentals development. *Conexões*, 14(2), 30-52, <https://doi.org/10.20396/conex.v14i2.8646012>
- Kachel, K., Buszard, T. & Reid, M. (2015). The effect of ball compression on the match-play characteristics of elite junior tennis players. *Journal of Sports Sciences*, 33:3, 320-326, DOI: 10.1080/02640414.2014.942683
- Larson, E. J. & Guggenheimer J. D. (2013). The Effects of Scaling Tennis Equipment on the Forehand Groundstroke Performance of Children. *Journal of Sports Science and Medicine*, 12, 323-331, <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.942683>
- Miley, D. (2010). Serve rally and score: the ITF tennis play and stay campaign and tennis 10s. *Coaching and Sport Science Review*, 51, 3-5.
- Newman, J. (2010). Why slower balls and smaller courts for 10 and under players? *Coaching and Sport Science Review*, 51, 5-7.
- Schmidhofer, S., Leser, R. & Ebert M. (2014). A comparison between the structure in elite tennis and kids tennis on scaled courts (Tennis 10s). *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 14(3), 829-840, <https://doi.org/10.1080/24748668.2014.11868761>
- Sparkes, A.C. & Smith, B. (2014). Qualitative research methods in Sport, Exercise and Health. London: Routledge, <https://doi.org/10.4324/9780203852187>

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS COACH (CLIQUEZ)



Droits d'auteur (c) 2019 Caio Corrêa Cortela, Juan Pedro Fuentes García, Michael Davis Higuera & Layla Maria Campos Aburachid



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 — remix, 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](#)