

La publication référence de la Fédération Internationale de Tennis en matière d'entraînement et de sciences du sport

## Editorial

Bienvenue dans le numéro 39 de la revue *ITF Coaching and Sport Science Review*. Il s'agit d'un numéro thématique consacré à la détection et à la formation des joueurs talentueux. Les auteurs qui y ont contribué font partie, selon nous, des meilleurs spécialistes de leur domaine et c'est à ce titre que nous les avons conviés à rédiger un article sur ce thème. Parmi les sujets abordés figurent une réflexion sur les résultats de travaux de recherche liés à la détection de talents en tennis, la mise en place d'un programme national de détection, ainsi qu'un article sur les facteurs à prendre en considération dans le cadre de la formation de joueurs talentueux.

Parmi les spécialistes du tennis qui ont participé au numéro 39, citons :

- Troy Ayres (Responsable de la détection de talents, Tennis Australia)
- Kenneth Bastieans (Spécialiste de la préparation physique, Belgique)
- Paul Lubbers (Directeur de la formation des entraîneurs, USTA)
- Babette Pluim (Médecin de la Fédération royale néerlandaise de tennis, membre de la Commission de médecine et des sciences du sport de l'ITF)
- E. Paul Roetert (Directeur du haut niveau, USTA)
- David Sanz (Directeur de la formation des entraîneurs et membre de l'équipe technique pour le projet sur le tennis féminin, RFET, Espagne).
- Piotr Unierzyski (Professeur de tennis, faculté d'Education physique, Poznan, Pologne)
- Janet Young (Psychologue du sport et ancienne joueuse de Fed Cup, Australie)

Nous souhaitons leur témoigner toute notre gratitude pour leur collaboration à ce numéro. Par ailleurs, nous espérons que les articles susciteront de nombreux échanges de points de vue entre les entraîneurs, les directeurs de centres d'entraînement et les dirigeants de fédérations, et qu'ils serviront de base de travail et de réflexion pour l'élaboration de futurs programmes de détection et de formation de joueurs à travers le monde.

Le second semestre de l'année 2006 sera marqué par l'organisation par l'ITF de quatre Conférences régionales des entraîneurs et du Symposium des entraîneurs européens en partenariat avec Tennis Europe. Les lieux et les dates de ces manifestations sont désormais connus. Pour plus de renseignements, notamment sur les dates limites d'inscription, rendez-vous sur la page d'accueil du mini-site Web Coaching de l'ITF. Prochainement, vous y trouverez également les programmes prévisionnels et les résumés des conférences. Nous espérons que vous serez des nôtres !

L'ITF a également le plaisir d'annoncer que la 15<sup>ème</sup> édition du Colloque international des entraîneurs sera organisée sous l'égide de la fédération paraguayenne de tennis (Asociación Paraguaya de Tenis) au Hotel Yacht & Golf Club, à Asunción au Paraguay ([www.hotelyacht.com.py](http://www.hotelyacht.com.py)), du 22 au 28 octobre 2007. De plus amples informations sur cette manifestation seront disponibles début 2007.


Depuis le dernier numéro de notre revue, cinq nouveaux exposés en ligne (*eLearning*) ont été publiés en anglais sur notre mini-site ; ils sont l'œuvre de Mark Bullock, Kathy Martin, Suresh Menon et Luca Santilli. Cela porte à 18 le nombre total d'exposés disponibles en anglais. Par ailleurs, le mois de mai a vu le lancement des exposés en espagnol. Huit sont proposés actuellement dans cette langue, notamment les suivants :



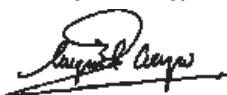
- Différences entre le travail avec les joueurs et le travail avec les joueuses par Pancho Alvaríno
- Styles de jeu par Juan Carlos Andrade
- Comment motiver un joueur dans une académie de tennis par Eva Borrás
- Importance de l'hydratation en tennis par Pilar Doñoño Cuevas
- Planification de la phase de préparation générale à l'Académie de tennis Equelite par Samuel López
- Adaptations musculo-squelettiques de l'épaule chez les joueurs de tennis professionnels par Juan Reque
- Fondamentaux techniques pour le tennis en fauteuil roulant par David Sanz Rivas

Nous espérons que vous continuerez de consulter les ressources mises à votre disposition sur notre mini-site Web (<http://www.itftennis.com/coaching/>) et vous souhaitons une lecture agréable du 39<sup>ème</sup> numéro de *ITF Coaching and Sport Science Review*.

Plus de 20 exposés en ligne (*eLearning*) sont désormais disponibles sur le mini-site Web Coaching de l'ITF.



Dave Miley  
Directeur exécutif,  
Développement du tennis



Miguel Crespo  
Chargé de recherche,  
Développement du tennis



Patrick McInerney  
Assistant de recherche,  
Développement du tennis

## Sommaire

**DETECTION ET FORMATION 2 DE TALENTS EN TENNIS**  
Miguel Crespo et Patrick McInerney (ITF)

**LES BASES DES PROGRAMMES DE DETECTION ET DE FORMATION DES JOUEURS** 3  
Piotr Unierzyski (POL)

**CONSIDÉRATIONS MÉDICALES LORS DE LA DETECTION DE TALENTS** 6  
Babette Pluim (NED)

**PROFILS PSYCHOLOGIQUES DES CHAMPIONS** 7  
Paul Lubbers (USA)

**PROGRAMME DE DETECTION : CONSIDÉRATIONS ET TESTS PHYSIQUES** 8  
Kenneth Bastieans (BEL)

**LE PROGRAMME DE DETECTION DE TENNIS AUSTRALIA** 9  
Troy Ayres (AUS)

**SÉLECTION DE JOUEUSES TALENTUEUSES DANS LE CADRE DU PROJET DE DÉVELOPPEMENT DU TENNIS FÉMININ DE LA RFET** 11  
David Sanz Rivas (ESP)

**EDUCATION D'UN JOUEUR DE TENNIS TALENTUEUX : UNE APPROCHE DÉVELOPPEMENTALE** 13  
Janet Young (AUS)

**LA FORMATION DES JOUEURS TALENTUEUX** 15  
E. Paul Roetert et Rodney Harmon (USA)

**NOTRE SÉLECTION DE LIVRES ET DE VIDÉOS** 16

# Détection et formation de talents en tennis

Par Miguel Crespo et Patrick McInerney (Département Développement/Enseignement, ITF)

## INTRODUCTION

Toutes les catégories de personnes concernées de près ou de loin par le tennis - entraîneurs, parents, officiels, représentants des médias, fans - aimeraient que leurs joueurs, leurs enfants, leurs compatriotes ou leurs idoles connaissent le succès dans ce sport au niveau professionnel. Il en va bien sûr de même pour les joueurs eux-mêmes qui désirent plus que tout autre chose réussir dans leur discipline. Cependant, seul un groupe restreint de joueurs dotés de nombreuses qualités spécifiques requises pour briller en tennis et capables de les exploiter au mieux en compétition y parviennent. On dit de ces joueurs que ce sont de vrais "talents".

Du fait que le tennis est un sport à "habiletés ouvertes", le processus de détection, de sélection et de formation des "talents" représente un défi énorme qui fait débat depuis longtemps au sein des fédérations nationales et parmi les entraîneurs et les spécialistes des sciences du sport, entre autres (Schönborn, 1984 ; Stojan, 1984).

## CONTEXTE HISTORIQUE

La recherche de "talents" est aussi vieille que le monde. Dans le sport, les programmes de détection systématique de talents ont commencé par être mis en place dans les pays de l'ancien bloc de l'Est dans les années 60 et 70. Ils ont fait leurs preuves en rapportant à ces nations nombre de médailles aux Jeux olympiques. Des structures ont été adaptées de ces programmes dans des pays comme la Chine et Cuba et ont également donné de bons résultats (Malina, 1997).

Depuis tout temps, le tennis a eu recours au processus de sélection naturelle. Toutefois, ces dernières années, les projets de détection en tennis ont vu les chercheurs tenter de déterminer les caractéristiques spécifiques exigées par le tennis pour qu'un jeune talent devienne un grand joueur (Müller, 1990).

A l'heure actuelle, la majorité des grandes nations du tennis ont mis en place des programmes de détection de talents. Tous ont en commun un certain nombre de caractéristiques essentielles et font appel, à des degrés divers, aux sciences du sport. Toutefois, il semble difficile de distinguer la réussite de ces programmes de l'efficacité générale de leurs programmes de formation des joueurs (entraînement et compétition).

En ce qui concerne la détection de talents en tennis, il est essentiel de savoir dans quelle mesure les performances tennistiques peuvent être évaluées. Il semble beaucoup plus facile de mesurer les caractéristiques physiques et physiologiques que les caractéristiques mentales ou technico-tactiques. D'autre part, étant donné que les compétences et les prises de décision ont une influence considérable sur les performances de haut niveau en tennis, la

capacité prédictive des différents tests est relativement faible. Il est donc plus compliqué de prédire les performances futures des joueurs.

## MODELES

On distingue principalement deux types de modèle de détection : le modèle fondé sur la sélection naturelle/les résultats (dans le cadre duquel les joueurs sont initiés au tennis, puis développent leurs compétences, s'améliorent, s'investissent de plus en plus, s'entraînent chaque jour, disputent progressivement des épreuves de plus haut niveau et finissent par devenir joueurs professionnels) et les modèles scientifiques (dans le cadre desquels les principes issus des sciences du sport sont utilisés pour faciliter le processus). Dans le cadre du modèle scientifique, l'accent est généralement mis sur plusieurs domaines spécifiques touchant aux sciences du sport, tels que l'anthropométrie, la physiologie ou la psychologie. Bien que d'un point de vue historique, les deux méthodes aient toujours été considérées comme antagonistes, les développements récents en recherche et en pratique semblent suggérer que les méthodes de détection combinant les deux modèles donnent les meilleurs résultats aussi bien sur le plan de la détection que sur celui de la formation des joueurs talentueux.

## AVANTAGES

La mise en œuvre de programmes de détection peut apporter de nombreux avantages (Hoare, 2001 ; Stojanovic, 2006), notamment les suivants :

- En général, les programmes de détection offrent aux joueurs talentueux la possibilité de développer leurs compétences tennistiques et d'améliorer leurs performances lors des périodes les plus favorables et les aident à réussir dans le tennis, ce qui favorise la participation, le plaisir de jouer, le bien-être et la confiance en soi. Les programmes de détection sont également susceptibles d'attirer de nouveaux joueurs vers le tennis, permettant ainsi d'augmenter le nombre de pratiquants.
- Les modèles de détection basés sur la sélection naturelle utilisent les pratiquants actuels comme candidats et encouragent un "esprit de victoire" très tôt. Dans ces modèles, l'avis des entraîneurs est pris en compte puisque la sélection repose principalement sur "l'œil exercé de l'entraîneur" et les résultats des joueurs.
- Les modèles scientifiques se servent des résultats de la recherche pour produire toute une batterie de tests spécifiques au tennis. Les résultats obtenus à partir de ces tests présentent un taux de fiabilité et de validité élevé et peuvent aider à détecter des joueurs talentueux plus rapidement.

## INCONVENIENTS

• En général, on reconnaît aux programmes de détection un certain nombre d'inconvénients (Malina, 2003). Parmi ces inconvénients figurent les adaptations nécessaires des joueurs talentueux aux exigences physiques, sociales et émotionnelles des entraîneurs, des programmes d'entraînement et des compétitions, le degré de prise de décision

exigé des joueurs et des parents lors du processus, l'élimination de certains joueurs (seuls les mieux préparés restent), la possibilité d'une discrimination économique (allocation de ressources) et enfin, une discrimination en fonction des stades de maturation (influence du mois de naissance).

- Les modèles de sélection naturelle reposent sur l'hypothèse hasardeuse que le joueur talentueux a débuté le tennis. Par conséquent, la base de sélection peut s'en trouver réduite et plusieurs années importantes de développement du talent peuvent être perdues.
- Les modèles scientifiques peuvent ne pas prendre en compte les éléments "intangibles" ayant une influence sur le talent, ni les circonstances sociales nécessaires à la formation des joueurs de tennis talentueux.
- Les études tendent à montrer que les caractéristiques individuelles (gènes, par exemple) et les conditions contextuelles (parents, entraînement, etc.) interagissent étroitement dans le processus de formation du joueur ; même si les déterminants génétiques jouent un rôle certain, il semblerait que le contexte de la formation du joueur ait une importance encore plus grande.
- Il a par ailleurs été prouvé que les compétences et les aptitudes démontrées à un âge précoce ne se concrétisent pas automatiquement en termes de développement du talent et de résultats et que le talent n'est pas toujours visible à l'œil nu uniquement.

## FACTEURS A PRENDRE EN CONSIDERATION LORS DE LA CREATION D'UN PROGRAMME DE DETECTION

Nous recommandons vivement à toutes les fédérations nationales de mettre en place un programme de détection de talents dans le cadre de leur structure globale de formation des joueurs. Les nations avec un "petit" nombre de pratiquants (pyramide des opportunités à base réduite) et, par conséquent, un "pool de talents" limité doivent pouvoir détecter les talents avec efficacité (LTA, 1996). A l'inverse, les nations comptant un nombre élevé de pratiquants doivent mettre en œuvre des programmes de sélection de talents visant à repérer les vrais talents parmi leur "pool élargi" de joueurs. En règle générale, les programmes de détection ont un impact plus rapide et plus important dans les pays comptant peu de pratiquants (Hoare, 2001). Afin d'organiser un tel programme, divers facteurs doivent être pris en considération, parmi lesquels :

- La situation de la fédération nationale. Une analyse FFPM (forces, faiblesses, possibilités, menaces) est utile pour connaître la situation de la fédération, à condition qu'elle porte, entre autres, sur les éléments suivants : les classements (combien de joueuses et joueurs professionnels votre pays compte-t-il dans les classements ATP/WTA ? ; combien de jeunes de votre pays figurent dans le classement établi par l'ITF ?), la population (combien d'habitants votre pays compte-t-il ? ; parmi eux, combien jouent au tennis régulièrement... et en compétition ?), la culture (le sport en général et le tennis en particulier jouent-ils un rôle important dans

la culture et dans la société de votre pays ?), l'histoire du jeu (votre pays a-t-il marqué l'histoire du tennis ?), le niveau de participation et de fidélisation (à combien s'élève le nombre de pratiquants du tennis dans votre pays ? ; le tennis fait-il partie du programme scolaire ? ; quel est le taux d'abandon du tennis chaque année ?), les moyens disponibles (vos joueurs ont-ils accès à un nombre suffisant d'installations ? ; bénéficient-ils d'une aide financière suffisante, etc. ?), la compétition (votre pays offre-t-il le niveau de compétition nécessaire au développement de ses joueurs ?), l'entraînement (dans le domaine de l'enseignement et de la formation, votre pays met-il à disposition les ressources nécessaires - entraîneurs et sciences du sport - au développement de ses joueurs ?).

- Les objectifs de la fédération nationale. La fédération doit définir la voie à suivre en matière de détection : l'orientation (dans quelle direction souhaitons-nous aller ?), les joueurs visés (quel type de joueurs recherchons-nous ? ; des joueurs de sexe masculin et/ou de sexe féminin ? ; des joueurs de quels âges ?), l'évolution du tennis mondial (quelle direction le jeu prend-il ? ; les spécialistes participant au programme de détection doivent avoir une bonne connaissance des exigences du tennis mondial moderne), le modèle (comment allons-nous mettre en place le programme de détection ? ; il est conseillé d'opter pour un mode de détection combinant le modèle de la sélection naturelle et les modèles scientifiques), les implications sur le plan financier et sur le plan des ressources humaines (combien le programme va-t-il coûter ? ; qui peut diriger le programme ?).
- Le programme de détection. Voici quelques caractéristiques possibles d'un programme de détection : combinaison et souplesse (adopter une approche globale en prenant en compte les critères de performance, les données fournies par les sciences du sport, les caractéristiques du développement des compétences et de l'apprentissage et le contexte social), entreprise commune (faire participer les écoles, les administrations publiques, les clubs privés, etc.), partage des meilleures pratiques (exploiter les informations mises à disposition par les autres fédérations et celles issues de la littérature scientifique spécifique au sport et au tennis), adaptation (adapter le programme de détection aux besoins et aux caractéristiques de la fédération nationale), archivage (tenir à jour une base de données de tous les participants), lien entre les programmes

(relier le programme de détection au programme de formation des joueurs afin de mener des opérations de détection aux différents stades de formation), participation (ne pas oublier les joueurs qui abandonnent le tennis de compétition et leur donner la possibilité de réintégrer le système ou de poursuivre la pratique du tennis comme sport loisir), formation (prendre en considération le fait que les entraîneurs peuvent avoir besoin d'être mieux formés pour être en mesure de détecter les talents).

- Le suivi du programme de détection. La fédération nationale doit avoir une idée précise de la forme que prendra la formation future des joueurs talentueux détectés et sélectionnés. Des moyens suffisants doivent être disponibles pour s'assurer que les opportunités adéquates seront offertes à ces joueurs et que leur talent ne sera pas gâché. Cet aspect doit faire partie du programme de formation des joueurs mis en place par la fédération nationale.

### CONCLUSION

La détection de talents en tennis s'apparente davantage à un art qu'à une science et nécessite donc une approche souple (LTA, 1996). La réalité est que la formation à long terme des joueurs est un processus complexe qui doit continuellement faire intervenir une certaine part de détection et de sélection (naturelle ou officielle) à quasiment tous les stades. Ce processus doit prendre la forme d'une entreprise commune favorisant les efforts combinés des entraîneurs et des scientifiques du sport afin que les expériences et les connaissances accumulées soient pleinement profitables.

En conclusion, en raison des difficultés inhérentes aux opérations de détection menées avec des joueurs de niveau débutant et du fait que l'éloignement des compétences tennistiques en créant les conditions nécessaires à l'éclosion du talent à tous les stades du processus. Plusieurs modèles de développement du talent ont été présentés dans la littérature sportive (Balyi & Hamilton, 2003 ; Bloom, 1985 ; Côté, 1999). Ils tiennent compte de différents stades de développement allant de la découverte initiale du sport par l'enfant à la retraite du joueur et sont mis en pratique par des fédérations nationales de tennis dans le but

d'offrir aux joueurs talentueux les meilleures opportunités pour développer tout leur potentiel.

La détection de talents ne doit pas être utilisée comme un moyen de discrimination à l'égard des joueurs les moins compétents, mais plutôt comme un outil aidant les entraîneurs et les fédérations à concevoir des programmes d'entraînement et de compétition permettant d'optimiser le potentiel et la participation de tous les joueurs (Rowley, 1993).

### REFERENCES

- Balyi, I. & Hamilton, A. (2003). Long-term athlete development, trainability and physical preparation of tennis players. In M. Reid, A. Quinn & M. Crespo (Eds.). *ITF Strength and Conditioning for Tennis* (49-57). London, ITF Ltd.
- Bloom, B.S. (1985) *Developing talent in young people*. New-York, Ballantine.
- Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The sport Psychologist*, 13 (4), 395-417
- Hoare, D. (2001). *Talent Identification and selection manual: Tennis*. SISA.
- LTA. (1996). *Talent identification*. LTA Training and Coaching Dept. LTA London.
- Malina, R. M. (2003). Selection and development of talented young athletes: status, progress, and issues. Presentation at 8th International Scientific Conference "sport Kinetics". Rydzyna 2003.
- Müller, E. (1989). Sportmotorische Testverfahren zur Talentauswahl im Tennis, in: *Leistungssport*, 19, 2: 5-9
- Rowley S. (1993). *Training of Young Athletes Study (TOYA): Identification of Talent*. London: The Sports Council, pp 1-20.
- Schönborn, R. (1984). *Talent problems*. Tennis Europe Coaches Symposium Marbella.
- Stojan, S. (1984). *Talent search and talent selection*. Tennis Europe Coaches Symposium Marbella.
- Stojanovic, G. (2006). *Talent identification and its role in tennis*. Téléchargé le 31 juillet à partir de: [www.faccioni.com/Reviews/tennisID.PDF](http://www.faccioni.com/Reviews/tennisID.PDF).

# Les bases des programmes de détection et de formation des joueurs

Par Piotr Unierzyski (Faculté d'Education physique, département du tennis, Poznan, Pologne)

### INTRODUCTION

La détection précoce des jeunes talents est un élément important à prendre en considération pour les entraîneurs, les chercheurs, les fédérations, les parents, les sponsors, etc. Une fois que les individus doués ont été détectés, il devient possible de prendre toutes les dispositions nécessaires à la mise en œuvre des ressources requises. Par conséquent, il est essentiel premièrement de reconnaître le talent avec un taux de réussite élevé et deuxièmement d'organiser les moyens et les structures

d'entraînement adaptés afin de permettre aux joueurs sélectionnés de développer tout leur potentiel.

La détection de talents est largement pratiquée par les entraîneurs, les agents et les parents. Mais assez souvent, elle est fondée sur l'instinct et l'expérience et ne repose que très peu, voire pas du tout, sur les enseignements des sciences du sport. Etant donné le rôle quasi inexistant joué par les sciences du sport dans ce processus, on entend souvent des généralisations du type

"les joueurs à l'éclosion tardive s'en sortent bien". D'autre part, peu de modèles de détection sont universellement acceptés (et pas uniquement dans le milieu du tennis). La détection en tennis n'a fait l'objet de pratiquement aucune étude (Müller, 1990) ; dans de nombreux pays, elle est donc basée sur les résultats obtenus dans les tournois à un âge précoce. Généralement, les fédérations et les sponsors ne souhaitent pas investir du temps et de l'argent sur des joueurs n'ayant pas eu de bons résultats "sur le court" chez les jeunes. A cause de cela, le

tennis doit se passer du talent de nombreux joueurs qui n'accomplissent pas de bonnes performances assez tôt. Des études ont montré (Reilly et al., 2000 et Williams & Reilly, 2000) que "les données objectives recueillies par les scientifiques du sport peuvent aider à confirmer l'intuition initiale des personnes chargées de la détection par rapport aux forces et aux faiblesses des joueurs" et que l'analyse rétrospective du développement de joueurs doués fournit les meilleurs renseignements pour l'élaboration d'un système de formation "idéal" (MacCurdy, 2006).

Lorsqu'on aborde le concept de la reconnaissance du talent, il est important de bien comprendre la signification des termes de base :

- **Détection** : fait référence aux non participants.
- **Sélection** : le processus consistant à choisir les joueurs qui ont une "chance d'y arriver" et à rejeter ceux qui n'ont pas cette chance ; la sélection est généralement effectuée à un âge précoce. D'autre part, la sélection de talents peut être utilisée à court terme : par exemple, la sélection de l'équipe qui disputera une compétition le mois prochain (MacCurdy, 2006). Les pays de l'ancien bloc communiste avait l'habitude d'utiliser cette méthode qui, espérons-le, fait désormais partie de l'histoire.
- **Identification** : le processus consistant à reconnaître parmi les participants actuels ceux ayant le potentiel pour devenir des joueurs d'élite. Cela implique la prévision des performances futures en mesurant les caractéristiques physiques, physiologiques, psychologiques et sociologiques, ainsi que les capacités techniques, séparément ou collectivement (Regnier et al., 1993).
- **Développement** : le processus consistant à fournir un environnement d'apprentissage et d'entraînement optimal pour que le talent des joueurs puisse se réaliser.

### CONCLUSIONS DES ETUDES REALISEES SUR LE SUJET

Dans le cadre d'études sur le sujet, de nombreux auteurs (Schönborn 1984, Elliott et al. 1989, 1990, Müller 1989, Reilly et al. 2000, Unierzyski 2003, Unierzyski & Madella 2004, MacCurdy 2006) sont parvenus aux conclusions suivantes :

- La nature du talent est complexe (multidimensionnelle) et la reconnaissance du talent est un processus difficile et continu, qui exige du temps.
- Il n'existe pas de modèle universellement accepté pour la détection de talents en tennis.
- Il est nécessaire de donner aux entraîneurs et aux fédérations un outil simple et efficace qui viendra soutenir leur "œil exercé" et améliorer les programmes de formation existants.
- Tout processus de détection doit être conçu pour détecter les facteurs influant sur les performances dans le tennis de compétition, mais pas uniquement chez les jeunes. En outre, chaque programme doit permettre de prédire les performances futures possibles avec une forte probabilité.
- La prise en compte des facteurs contextuels (famille, amis et école) doit faire partie intégrante de tout programme de détection.

- Les programmes de détection doivent être considérés comme un processus et non comme un acte isolé nécessitant une mise à jour régulière. Ils doivent donc présenter un caractère longitudinal (prise en considération des évolutions dans le contexte d'une période donnée) et adopter une approche pluridisciplinaire, avec le soutien des universitaires/scientifiques du sport. Néanmoins, le rôle principal doit être confié aux entraîneurs.
- La normalisation/l'établissement de profils (mélange de tests et d'avis d'experts/d'entraîneurs) est le meilleur outil pour collecter et analyser les données.
- Les joueurs talentueux ne doivent pas avoir de "trous" importants dans leur parcours. Par exemple, si un joueur connaît une évolution très lente à l'âge de 12 ans, il est possible qu'il devienne quand même un champion. En revanche, un joueur en retard à l'âge de 20 ans ne sera jamais un champion.
- Les résultats obtenus sur le court avant la puberté ne peuvent pas être utilisés comme "facteurs prédictifs" ; de bons résultats obtenus chez les jeunes (exemple : classement de l'ITF) ne garantissent pas une réussite similaire chez les professionnels [en moyenne, environ 50 % seulement des jeunes parvenant à figurer parmi les 10 premiers du classement de l'ITF réussissent à se classer un jour dans les 100 premiers du classement établi par l'ATP (Reid et al., 2005)]. Par conséquent, la détection des talents ne peut reposer sur les résultats uniquement, même si les joueurs doivent

atteindre un niveau minimum à chaque stade du développement/catégorie d'âge.

- L'analyse doit être fondée non seulement sur les résultats, mais aussi sur l'étude de paramètres tels que : le niveau des capacités motrices, les caractéristiques morphologiques et psychologiques. Il est primordial de prendre en considération les différences individuelles de croissance et de maturation (exemple : âge biologique et âge émotionnel).
- Les procédures de détection doivent tenir compte du développement des joueurs. Par conséquent, les principales décisions et opérations de dépistage (à caractère plus scientifique) doivent avoir lieu à la fin de chaque stade de développement. C'est la raison pour laquelle deux catégories d'âge, les catégories 10-11 ans et 15-16 ans, correspondent à des périodes particulièrement adaptées pour tester le talent. Ceci est dû au fait que les principaux changements sur le plan de la mobilité se produisent à ces périodes. Aucune décision définitive ne doit donc être prise avant l'âge de 16 ans.
- L'analyse rétrospective du développement du talent et l'évaluation de caractéristiques stables (innées) principalement fournit les meilleurs renseignements pour l'élaboration d'un programme de formation "idéal".
- Les paramètres "idéaux" à mesurer sont énumérés ci-dessous, tandis que le tableau 1 indique le stade de développement idéal pour l'évaluation de chaque paramètre :

STADE D'ENTRAINEMENT (âge approximatif)	INFORMATIONS SOUHAITEES	TESTS PRINCIPAUX
<b>Détection du talent</b> Début de l'entraînement (5-7 ans)	Faut-il encourager l'enfant à pratiquer le tennis ?	Capacités motrices de base (tests moteurs simples : course de 20 mètres, course navette, saut en largeur, lancers et réceptions d'une balle de tennis contre un mur) et observation du comportement de l'enfant (exemple : est-il malin ?, a-t-il l'esprit de compétition ?, etc.)
<b>Recherche du talent général</b> A l'issue de la participation à un programme de mini-tennis (9-10 ans)	L'enfant a-t-il une chance de devenir joueur de tennis ?	Capacités motrices générales, compétences spécifiques du tennis, notamment développement des qualités techniques/tactiques (la technique générale du tennis est-elle bien acquise ?) Principales caractéristiques mentales stables (désir de réussite, tempérament, stabilité émotionnelle, intelligence).
<b>Recherche du talent spécifique</b> Avant le début de la puberté (11-12 ans chez les filles, 12-13 ans chez les garçons)	Le tennis est-il susceptible de devenir une affaire sérieuse dans la vie du joueur ?	Développement spécifique des aspects techniques & tactiques (style de jeu complet, principaux coups du tennis), caractéristiques mentales et physiques (tests moteurs plus spécifiques), anthropométriques, sociales.
<b>Recherche du talent propre au style de jeu</b> Après la phase principale de la puberté (15-16 ans chez les filles, 16-17 ans chez les garçons)	Le joueur a-t-il de bonnes chances de réussir une carrière professionnelle (top 200) ?	Développement spécifique des aspects techniques & tactiques (propre style de jeu), caractéristiques mentales et physiques (détaillées), anthropométriques, sociales.

**Tableau 1.** Description des principaux tests à réaliser lors des différents stades de développement.

- Données anthropométriques (y compris le développement biologique)
- Capacités motrices
- Caractéristiques psychologiques
- Compétences techniques et tactiques
- Contexte de développement et milieu social
- Capacité d'entraînement / d'apprentissage
- Résultats dans les tournois

## METHODES DE CONDUITE D'UN PROGRAMME DE DETECTION

Alors que les informations ci-dessus, fondées sur des études scientifiques, identifient un certain nombre de facteurs clés liés aux programmes de détection, on observe en pratique deux types "classiques" de détection.

**1. Détection naturelle :** un individu commence un sport et est ensuite sélectionné ou formé parce qu'il a obtenu des résultats en compétition ou qu'il a été repéré par un entraîneur. L'expérience montre qu'il y a de grandes chances pour que le seul recours à "l'œil exercé" de l'entraîneur, aussi expérimenté soit-il, se solde par... une erreur !

**2. Détection scientifique :** un individu est sélectionné parce qu'il possède les capacités mentales et physiques requises pour la pratique d'un sport donné. Là encore, l'expérience prouve que l'utilisation exclusive d'une approche dite "scientifique", sans prendre en considération le joueur en tant que personne et tenir compte d'autres facteurs difficiles à évaluer, ne donne généralement pas de bons résultats pour les sports multidimensionnels comme le tennis.

Etant donné que ni l'une ni l'autre de ces méthodes "classiques" ne convient parfaitement pour le tennis, il est urgent de définir de nouveaux programmes et de nouvelles méthodes. Actuellement, une



*L'utilisation de tests physiques dans le cadre d'un programme de détection est fortement recommandée.*

approche mixte, combinant les deux types de détection mentionnés ci-dessus, doit être considérée comme la solution la plus efficace. Les sciences du sport permettent de disposer de données objectives et quantifiables. Ces informations doivent ensuite être interprétées et analysées en tenant compte de l'avis d'environ 3 entraîneurs expérimentés et toutes les procédures doivent être réalisées selon un plan détaillé. Une telle méthode est appelée "approche spécialisée".

## MISE EN ŒUVRE PRATIQUE D'UN PROGRAMME DE DETECTION

Même si "l'approche spécialisée" est théoriquement considérée comme la méthode la plus efficace, il faut prendre en considération le fait que les scientifiques du sport ne sont pas toujours disponibles et que chaque pays est différent. C'est pourquoi une solution pratique est indispensable. MacCurdy (2006), dans ses recommandations à la Fédération chinoise de tennis, propose la prise en compte des points suivants dans l'élaboration d'une telle solution.

- Les joueurs talentueux doivent être détectés et invités à intégrer des programmes, mais tout le monde doit avoir une chance de participer à des programmes et à des compétitions. En encourageant la participation du plus grand nombre, on aura un nombre relativement élevé de champions potentiels pratiquant le tennis, ce qui est une situation préférable à la sélection d'un petit nombre de joueurs à un âge précoce.

- Au départ, les critères doivent être "larges" (fourchette de tolérance large) pour devenir de plus en plus spécifiques à mesure de l'avancement en âge et de la progression des stades de développement.

- En fonction de leur âge et de leur potentiel, les joueurs doivent être invités à intégrer le système de formation d'un club (C), le système de formation régional (B) ou le système de formation national (A). Des programmes personnalisés (ou au moins semi-personnalisés) doivent être proposés aux enfants les plus doués.

- Parallèlement au système "A" (national), les joueurs ayant un niveau satisfaisant, sans toutefois être exceptionnel, doivent être intégrés à une structure d'entraînement d'un système "B" (régional), voire d'un système "C" (club). Cela permet de les "retenir" dans le tennis et de leur donner une chance de progresser encore dans la mesure où personne ne sait s'ils n'atteindront pas un jour le niveau "A".

- Tous les joueurs du groupe "B", par exemple, doivent avoir la possibilité de rejoindre le groupe "A" s'ils répondent à certains critères ou à certaines conditions (niveau de condition physique, résultats, etc.).

- Quel que soit leur niveau actuel, les joueurs doivent tous suivre un programme général annuel similaire dans les domaines de l'entraînement et de la compétition. (Voir le numéro 36 de la revue *ITF Coaching & Sport Science Review*).

## CONCLUSION

En raison de la diversité des caractéristiques qu'un joueur de tennis doit posséder pour atteindre le très haut niveau, il est très difficile, voire impossible, de reconnaître

("flairer") le talent à partir d'une simple observation réalisée par une seule personne lors d'une opération de détection unique. Il est donc important pour chaque fédération nationale de tennis d'élaborer et d'utiliser son propre programme de détection et de le relier à ses programmes de développement des joueurs et de formation des entraîneurs.

## REFERENCES

- Elliott, B., Ackland, T. R., Blanksby, B. A., Bloomfield, J. (1990). A prospective study of physiological and kinanthropometric indicators of junior tennis performance. *Australian Journal of Science and Medicine in Sport*, Dec, 22, 4.
- Elliott, B. C., Ackland, T. R., Blanksby, B. A., Bloomfield, J., and Hood, K. P. (1993). Profiling junior tennis players. Part I: morphological, physiological and psychological normative data. In: *Athletics, growth, and development in children: the University of Western Australia study*. Ed: Blanksby, B., A. et al., Langhorne, Pa., Harwood Academic Publishers, p. 152-179.
- MacCurdy, D. (2006). *Talent Identification Around the World and Recommendations for the Chinese Tennis Association*. Document téléchargé à partir de : [www.itftennis.com/shared/medialibrary/pdf/original/IO\\_18455\\_original.PDF](http://www.itftennis.com/shared/medialibrary/pdf/original/IO_18455_original.PDF)
- Malina, R. M. (2003). *Selection and Development of Talented Young Athletes: status, progress, and issues*. Presentation at 8th International Scientific Conference "sport Kinetics", Rydzyna.
- Muller, E. (1989). *Sportmotorische Testverfahren zur Talentauswahl im Tennis (Sport Motor Testing Procedures for Talent Identification in Tennis)*. *Leistungssport* no 2, p. 5-9.
- Regnier, G., Salmela, J., and Russell, S. J. (1993). *Talent detection and development in sport*. In *Handbook on Research on Sport Psychology* (edited by R. N. Singer, M. Murphy and L. K. Tennant), p 290-313. New York: Macmillan.
- Reid, M., Crespo, M., Santilli, L. and Miley, D. (2005). *The ITF Junior Boys' Circuit and its Role in Professional Player Development*, *ITF Coaching and Sport Science Review*, 35.
- Reilly, T., Williams, A. M., Nevill, A. and Franks, A. (2000). *A multidisciplinary approach to talent identification in soccer*. *Journal of Sports Sciences*, 18, p. 695-702.
- Schönborn, R. (1984). *Leistungslimitierende und Leistungsbestimmende Faktoren*. In: Gabler H., Zein B. *Talentsuche und Talentförderung im Tennis*.
- Unierzyski, P. (2003). *Analysis of factors affecting performance of 12 years old European tennis players*. In: Starosta W., Osinski W.; *New ideas in sport sciences: current issues and perspectives, Part 1*. International Association of Sport Kinetics. Library series Vol.15. Warszawa-Poznan-Leszno. Wyd.Panstwowej Wyzszej Szkoły Zawodowej im.J.A.Komenskiego w Lesznie 2003 p. 311-314.
- Unierzyski, P., Madella, A. (2004). *Successo od insuccesso nella carriera dei giovani tennisti (Success and failure of young tennis players)*. *Scuola dello Sport. Revista di cultura sportiva, Anno XXIII-nuova serie-numerero 60-61*, p. 69-74.
- Williams, A. M., Reilly, T. (2000). *Talent identification and development in soccer*. *Journal of Sports Sciences*, 18, 657- 667.
- Williams, A. M., Reilly, T. (2000). *Editorial*. *Journal of Sport Sciences*. 18, p. 655-656.

# Considérations médicales lors de la détection de talents

Par Babette Plum

(Médecin de la Fédération royale néerlandaise de tennis, membre de la Commission de médecine et des sciences du sport de l'ITF)

## INTRODUCTION

Le talent a été défini comme étant "une aptitude ou une compétence supérieure à la moyenne dans un domaine particulier (MacCurdy, 2006)." La détection de talents est le processus consistant à repérer les jeunes joueurs possédant le potentiel/les capacités pour réussir au niveau national ou international. Quatre aspects importants doivent être pris en considération lors de ce processus : l'aspect technique, l'aspect tactique, l'aspect mental (psychologique) et l'aspect physique.

La détection en tennis est une tâche très difficile car il s'agit d'un sport à "habiletés ouvertes" faisant intervenir constamment des capacités décisionnelles, des facultés de perception spatiale, ainsi que tout un tas de compétences psychologiques, physiques, techniques et tactiques (MacCurdy, 2006). Il est par conséquent beaucoup plus difficile de déterminer les paramètres les plus importants et les plus indispensables à prendre en considération pour la pratique du tennis que pour la pratique de sports à "habiletés fermées", comme l'aviron, le cyclisme, la natation ou l'haltérophilie, qui ont un caractère répétitif.

La détection de talents en tennis est une tâche qui incombe généralement aux entraîneurs de tennis qui tentent de découvrir le joueur démontrant toutes les qualités d'un champion. Toutefois, quand le processus de détection est entrepris par une fédération nationale, il est généralement axé sur les joueurs de 12 ans et moins et inclut le plus souvent une série de tests visant à évaluer les caractéristiques suivantes :

- Compétences tennistiques - techniques et tactiques
- Capacités physiques - course, saut, lancer et réception de balle, coordination, vitesse, adresse, puissance, souplesse et endurance
- Aptitudes psychologiques - forces et faiblesses mentales, concentration, maîtrise des émotions

## MAIS QU'EN EST-IL DES TESTS MÉDICAUX ? Sont-ils utiles dans le cadre de la détection de talents et si oui, lesquels ?

La réponse à cette dernière question est qu'ils ne jouent généralement pas un rôle important dans la sélection des joueurs talentueux. Des examens médicaux préalables à l'inscription des joueurs dans un programme de formation sont organisés par de nombreuses fédérations de tennis, car ils fournissent des renseignements utiles pouvant servir à orienter le processus d'entraînement et à identifier d'éventuels problèmes (par exemple : déséquilibre

musculaire, troubles posturaux, inégalités de longueur des membres inférieurs, anémie, asthme, régime alimentaire malsain) à un stade précoce afin de les corriger et/ou de les traiter et de favoriser ainsi la diminution des risques de blessures. Voici les différents examens de base pouvant être réalisés par un médecin : examen ORL, examen dermatologique, examen cardiovasculaire, examen thoracique, spirométrie (capacité pulmonaire), examen abdominal, examen de la mobilité articulaire, examen neurologique, évaluation du développement en fonction des stades de Tanner, examen pathologique et enfin, détection de l'aspect marfanoidé (Reid, Quinn & Crespo, 2003). Il est important de se rappeler qu'un individu souffrant d'asthme peut devenir un grand champion et qu'un joueur peut tout à fait remporter Wimbledon malgré un genu valgum ou une instabilité de la cheville. Par conséquent, les résultats d'un examen médical/physique ne sont pas très utiles pour prédire si un joueur a le potentiel de devenir un champion ou non.

## Et qu'en est-il de la taille ?

Une grande taille est généralement considérée comme un avantage en tennis. Il faut néanmoins faire preuve de prudence lorsqu'on souhaite utiliser la taille comme critère de sélection. En effet, Olivier Rochus (1,65 m, meilleur classement ATP : 30<sup>ème</sup>) et Amanda Coetzer (1,58 m, meilleur classement WTA : 3<sup>ème</sup>) ont prouvé par leurs résultats qu'une petite taille ne constituait pas forcément un facteur limitant les performances. En outre, en ce qui concerne la prédiction de la taille adulte, plus le joueur est jeune et plus la marge d'erreur est importante, l'erreur moyenne pour des enfants de 12 ans et moins étant de +/- 10 cm. L'une des difficultés de cette tâche réside dans le fait qu'il est nécessaire de prendre en compte la maturité biologique du sujet au moment de la mesure. En effet, les individus dont la maturation est précoce sont plus proches de leur taille adulte que les individus du même âge chronologique connaissant une maturation moyenne ou tardive. Même si une radiographie du poignet peut permettre de déterminer l'âge osseux, cela ne résout pas le problème chez les très jeunes joueurs.

## Et qu'en est-il des tests d'effort ?

Un test d'effort maximal peut servir à déterminer la VO<sub>2</sub> max (la consommation maximale d'oxygène), la fréquence cardiaque maximale et le seuil lactique. Il s'agit d'un test utile pour connaître la capacité d'endurance d'un joueur. Néanmoins, des tests sur le terrain (test de course navette, test de Cooper, etc.) peuvent également être

utilisés à cette fin. Il convient également de prendre en considération le fait que l'endurance n'est qu'un aspect de la condition physique, qui n'est pas directement lié à la compétence tennistique et n'a qu'une valeur toute relative sur le plan des performances (Reid, Quinn, & Crespo, 2003).

Quelle est l'importance du dépistage visuel ? La vision joue un rôle important. A ce titre, des examens visant à déterminer l'acuité visuelle, la perception de la profondeur, la vision des couleurs, la vision périphérique et la dominance oculaire sont souvent prévus dans le cadre d'une opération de détection. Si un joueur manque de perception de la profondeur parce qu'il n'a qu'un seul œil fonctionnel, cela peut poser un problème pour la pratique du tennis. A l'inverse, un individu ayant une vue parfaite ne deviendra pas nécessairement un grand joueur. D'autre part, la capacité à prévoir l'emplacement exact du rebond de la balle, la hauteur du rebond, la vitesse et l'effet de la balle et la capacité à anticiper les déplacements de l'adversaire dépendent moins des yeux que du cerveau, et sont par conséquent très difficiles à évaluer (Knudson & Kluka, 1997).

## CONCLUSION

En conclusion, le rôle du médecin en tennis est très important, mais il doit concerner avant tout la prévention et le traitement des problèmes médicaux et consister à garantir le développement optimal du joueur, une fois que son talent a été reconnu et que le joueur a été sélectionné. D'après ce que nous savons, les compétences et l'expérience de l'entraîneur jouent un rôle bien plus important dans le processus de détection que n'importe quel test médical.

## REFERENCES

- Fredriks, A. M., van Buuren, S., Burgmeijer, R. J. F., Verlove-Vanhorick, S. P., and Wit, J. M. (2002). Groeidiagrammen. Leiden: TNE/LUMC.
- Knudson, D., & Kluka, D. A. (1997). The Impact of Vision and Vision Training on Sport Performance. The Journal of Physical Education, Recreation & Dance, Vol. 68.
- MacCurdy, D. (2006). Talent identification around the world and recommendations for the Chinese Tennis Association. Mini-site Web Coaching de l'ITF. [http://www.itftennis.com/shared/medi alibrary/pdf/original/IO\\_18455\\_original .PDF](http://www.itftennis.com/shared/medi alibrary/pdf/original/IO_18455_original .PDF). Document téléchargé le 8 juin 2006.
- Reid, M., Quinn, A. & Crespo, M. (2003). ITF Strength and Conditioning for Tennis. London: ITF.

# Profils psychologiques des champions

Par Paul Lubbers (Directeur de la formation des entraîneurs, USTA)

Récemment, j'ai eu l'occasion de travailler avec un groupe de joueurs âgés de 14 ans et moins et je les ai aidés à identifier et à travailler les comportements psychologiques nécessaires pour réussir sur un court de tennis. Je leur ai demandé de me citer 10 caractéristiques propres aux champions de tennis. Les réponses qu'ils m'ont données étaient à la fois surprenantes et éloquentes. Parmi les caractéristiques et comportements cités figuraient la capacité de concentration, l'intensité, la capacité à bien se préparer, la confiance en soi, l'intelligence, le goût du travail, l'amour de la compétition, la maîtrise de ses émotions et la faculté à prendre les bonnes décisions. Je leur ai ensuite demandé, pour chacune de ces caractéristiques, de se donner une note de 1 à 10, la note maximale de 10 correspondant à une caractéristique qu'ils possèdent pleinement et la note minimale de 1 correspondant à une caractéristique qu'ils ne possèdent pas du tout.

Comme vous pouvez vous en douter, les notes s'établissaient autour de la moyenne, avec une majorité de notes comprises entre 5 et 8. Je leur ai ensuite demandé pourquoi ils ne s'étaient pas attribués la note maximale dans chaque domaine. Les réponses que j'ai obtenues étaient très diverses, mais l'un des enfants m'a répondu qu'ils avaient à peine 14 ans et que la plupart des comportements cités correspondaient à des attitudes qu'ils devaient encore acquérir et développer. J'ai trouvé sa réponse très pertinente et qu'il s'agissait d'une réalité dont il fallait tenir compte dans le cadre de la formation de nos joueurs et plus particulièrement dans le cadre du développement des caractéristiques propres aux champions. Après tout, il convient de se rappeler que lorsqu'on aborde les caractéristiques psychologiques des champions, on pointe le doigt sur des comportements d'adultes que nous aimerions retrouver chez des

adolescents. Or, il est possible qu'ils ne maîtrisent pas encore certains de ces comportements ou qu'ils ne soient pas en mesure d'en adopter certains autres en raison de facteurs d'ordre physiologique ou liés à la croissance. La question à laquelle il convient alors de répondre est la suivante : "Les entraîneurs doivent-ils demander aux adolescents de faire preuve de concentration, d'intensité et d'un comportement professionnel sur le court et continuer de leur faire travailler ces caractéristiques ?" La réponse est : "absolument !" Voici quelques-uns des domaines que les entraîneurs doivent privilégier :

- Travailler l'intensité
- Motivation personnelle
- Techniques d'imagerie mentale
- Gestion des erreurs
- Monologue interne ("self-talk") positif
- Langage corporel positif
- Confiance en soi et calme
- Concentration
- Routines
- Gestion du stress et maîtrise de l'excitation
- Sportivité
- Préparation d'avant-match
- Qualités de compétiteur

Au final, quelles sont les qualités qu'il faut posséder sur le plan mental pour devenir un champion ? Les caractéristiques citées par notre groupe de joueurs de 14 ans et moins sont-elles conformes à ce que nous apprend la science ?

Les chercheurs spécialisés en sciences du sport ont réalisé des études intéressantes sur le sujet, qui ont permis de mettre en évidence chez les champions un certain nombre de caractéristiques psychologiques clés. En 2001, une étude de Williams et Krane a permis d'identifier les caractéristiques psychologiques de sportifs connaissant beaucoup de succès. Parmi les caractéristiques mises en évidence par l'étude figuraient l'autorégulation du niveau d'excitation, une capacité de concentration supérieure à la moyenne, le monologue interne ("self-talk") positif et l'imagerie mentale positive, un degré élevé de détermination et d'engagement et un niveau élevé de confiance en soi. Gould et al. (2001) ont obtenu des résultats similaires dans le cadre d'une étude portant sur des champions olympiques américains. En effet, les qualités essentielles qui sont ressorties de l'étude étaient le degré élevé de motivation et d'engagement, le positivisme et l'optimisme, le perfectionnisme positif, une capacité de concentration intense, la capacité à gérer le stress et à

faire face à l'adversité, la force mentale et l'intelligence sportive.

Relisez cette liste de caractéristiques en pensant aux sportifs que vous entraînez. Possèdent-ils ces qualités ? Ces caractéristiques sont-elles innées ou acquises et améliorées ? Aussi bien l'expérience que la science nous apprennent qu'il s'agit en fait de qualités que l'on peut développer au fil du temps. Si l'on en croit certaines études, la formation progressive d'un sportif de classe mondiale est un processus de longue haleine qui nécessiterait au minimum dix ans ou dix mille heures de travail (Ericsson, 1999). D'autres études montrent que les sportifs de niveau international passent par différentes phases de développement du talent. Selon Bloom (1985) et Gibbons (1998), le développement d'un sportif de haut niveau se décompose en trois étapes distinctes, à savoir :

- **Etape 1** : Introduction/Initiation. Durant cette étape, le sujet s'amuse et développe une passion pour le jeu.
- **Etape 2** : Perfectionnement/Transition. Cette phase marque une évolution du joueur qui prend désormais le tennis au sérieux.
- **Etape 3** : Pratique du tennis au niveau mondial. Durant cette phase, le joueur passe de nombreuses heures à l'entraînement, il affine ses compétences techniques jusqu'à atteindre un certain degré d'excellence tout en disputant des compétitions au plus haut niveau.

Lorsque vos joueurs traversent ces différentes étapes, des caractéristiques psychologiques et des attitudes sur le court, à la fois positives et négatives, commencent à apparaître. Lorsque cela se produit, le rôle de l'entraîneur est de distinguer les caractéristiques et comportements nécessaires pour réussir de ceux susceptibles de constituer un frein à la réussite des joueurs. Peut-être avez-vous intérêt à entamer ce travail en demandant à vos joueurs quelles sont, selon eux, les caractéristiques psychologiques que possèdent les champions de tennis. Vous serez peut-être surpris des connaissances de vos élèves sur le sujet et à même de mieux comprendre le travail à effectuer pour développer leurs propres qualités de champion.

## REFERENCES

- Bloom, B. S. (1985). *Developing Talent in Young People*. Balantine Books, NY.
- Gibbons, T. (1998). *The Development of Excellence. A Common Pathway to the Top in Music, Art, Academics and Sport*. Olympic Coach, Vol. 8, No. 3.
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 172-204.
- Williams, J. M., & Krane, V. (2001). Psychological characteristics of peak performance. In J.M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (4th ed., pp. 137-147). Mountain View, CA: Mayfield.



*L'enseignement de techniques de concentration et d'imagerie mentale à l'entraînement joue un rôle important chez les jeunes joueurs.*

# Programme de détection : considérations et tests physiques

Par Kenneth Bastieans (Belgique)

## LE CARACTERE COMPLEXE DU PROCESSUS DE DETECTION DES TALENTS

La détection des talents est un sujet brûlant dans le monde entier et dans toutes les disciplines sportives. Chaque fédération sportive disposant d'un programme destiné aux sportifs de haut niveau souhaite consacrer ses ressources (temps, argent, énergie) aux éléments ayant le plus de chances de réussir au niveau international. Cependant, à l'heure actuelle, les recherches entreprises pour définir, mesurer et évaluer les principales caractéristiques révélatrices du potentiel d'un joueur de tennis sont loin d'être achevées.

La clé consiste à déterminer dans quelle mesure il est possible d'évaluer les performances futures (Hoare, 2001). Pour y parvenir, il convient de prendre en considération les trois points suivants.

1. Comme le tennis est plus ou moins un sport à "habiletés ouvertes", faisant notamment intervenir des capacités décisionnelles et sensorimotrices, des facultés de perception spatiale, ainsi que tout un tas de compétences psychologiques, physiques et techniques (Stojanovic 2006), il est difficile de définir des mesures objectives susceptibles d'être utilisées pour déterminer si tel joueur a un potentiel supérieur à tel autre. D'autre part, il n'existe pas une seule et unique "recette du succès". Lorsqu'on compare les meilleurs joueurs de tennis actuels, on remarque qu'il existe de nombreux types de joueurs différents présentant des caractéristiques diverses. La question que l'on est alors en droit de se poser est : "qu'est-ce que ces joueurs de haut niveau ont en commun ?"

2. Les caractéristiques mesurées ou recherchées sont dépendantes de facteurs incontrôlables, tels que la maturation, l'influence sociale, les changements psychologiques, l'adaptation à l'entraînement, les exigences futures du sport, etc., ce qui fait qu'il est impossible de tirer des conclusions à partir d'une seule séance d'observation/de dépistage. C'est pourquoi un suivi (processus de sélection des talents) est indispensable dans le cadre de la détection.

3. Enfin, d'un point de vue pratique, la détection et la sélection de jeunes talents doit être un processus relativement simple. D'un côté, il convient de procéder à des mesures élémentaires de façon à tester un maximum d'enfants en un minimum de temps. En comparant les résultats obtenus à des données de référence concernant des joueurs talentueux ayant réussi au plus haut niveau, vous devriez avoir une indication relativement bonne et précise du talent potentiel des enfants. D'un autre côté, les mesures scientifiques ne permettront jamais de déterminer les performances tennistiques et une batterie de tests unique ne peut suffire pour prédire les résultats futurs d'un joueur. C'est pour ces raisons que

l'évaluation/l'observation du talent par un entraîneur expérimenté est et sera toujours essentielle dans le processus de détection et de sélection.

## LE ROLE DES TESTS PHYSIQUES DANS LE PROCESSUS DE DETECTION

L'établissement du profil physique joue un rôle important dans la découverte de jeunes talents. En effet, les performances de haut niveau dans notre sport dépendent fortement des qualités physiques, un élément qui est parfois sous-estimé. Il n'en demeure pas moins que de nombreux matches ne sont pas remportés par le joueur le mieux préparé, le plus rapide, le plus fort ou le plus grand. Par conséquent, lors de la sélection et de la formation des joueurs talentueux, nous devons tenir compte de cette situation ambiguë concernant les capacités physiques.

L'utilisation de deux concepts distincts permet de gérer (dans une certaine mesure) cette situation complexe et d'expliquer comment utiliser et organiser les tests des caractéristiques pertinentes des performances physiques. Tout d'abord, une distinction doit être faite entre les caractéristiques physiques dites "qualificatives" et les caractéristiques physiques dites "différenciatrices". Les "caractéristiques qualificatives" englobent les qualités physiques indispensables, mais qui, seules, ne suffisent pas pour avoir une chance d'arriver en haut de l'échelle. Il s'agit des caractéristiques minimales qu'un joueur doit posséder pour réussir. Par exemple, un de ces critères est la puissance explosive qui est, dans une large mesure, une qualité innée. Les "caractéristiques différenciatrices" désignent les facteurs qui font qu'un joueur est meilleur qu'un autre. De telles qualités physiques sont souhaitables, bien que toutes ne soient pas nécessaires puisqu'elles compensent avant tout l'absence de certaines caractéristiques qualificatives. Ainsi, dans le cas de la génération de la puissance de frappe, une excellente coordination musculaire peut compenser en partie l'insuffisance des qualités intrinsèques de vitesse musculaire.

Quand l'objectif est la détection de talents, la sélection des joueurs doit reposer sur l'identification des caractéristiques qualificatives. La batterie de tests doit être simple, extrêmement fiable et

adaptée, et permettre de distinguer les joueurs en fonction de qualités innées ne pouvant être modifiées par l'entraînement. Les tests doivent être conçus de manière à révéler les qualités nécessaires pour jouer au plus haut niveau. Le tennis étant une discipline que l'on doit commencer à pratiquer tôt, ces facteurs doivent être identifiés pour la première fois vers les âges de 7 à 10 ans. Afin de contrôler les fluctuations possibles dues à la maturation et à la croissance, il est conseillé de réaliser un suivi tous les ans ou tous les deux ans. A ce jour, il n'existe aucune preuve que les variables anthropométriques (taille et morphologie) doivent être utilisées comme critères de sélection dans le cadre de la détection de talents. Nous avons par exemple vu cette année sur le circuit ATP le belge Olivier Rochus, 1,65 m, venir à bout du géant russe Marat Safin, 1,93 m, à Dubai. En revanche, les dépistages médicaux sont utiles pour déceler d'éventuelles contre-indications à la pratique sportive de haut niveau et prédispositions anatomiques à des blessures graves (lésions de surmenage).

"L'entraînabilité" de la vitesse (rapidité) est limitée par des facteurs neurologiques génétiques (Siff et Verkhoshansky, 1998) et la répartition des fibres musculaires. C'est la raison pour laquelle il convient de réaliser la mesure et la notation de la capacité de vitesse de base. L'utilisation du test de



L'utilisation de différents tests de saut est très utile dans le processus de détection des talents.



frappe de plaques, de différents paramètres des tests de sauts et d'un test de vitesse de réaction peut se révéler relativement intéressante dans ce domaine. La capacité de coordination, une autre qualité qui dépend de facteurs innés, doit également être prise en considération. Malheureusement, il est difficile de la mesurer et les tests moteurs qui pourraient être utiles en la matière peuvent être facilement travaillés en raison de la plasticité du système nerveux. Pour le tennis, le niveau de maîtrise du lancer au-dessus de la tête peut servir d'indicateur du développement moteur global de l'enfant.

Comme nous avons déjà eu l'occasion de le dire, la détection de talents est un processus impossible à mettre en place sans une politique de sélection à long terme. Une telle approche est en effet indispensable pour dresser une carte des "différenciateurs". En ce qui concerne le domaine physique, les sujets talentueux peuvent se distinguer des autres de deux manières. Soit ils possèdent un avantage exceptionnel pour une caractéristique physique spécifique (relativement) non entraînée, soit ils font preuve d'une marge de progression très élevée lorsqu'ils sont soumis à un entraînement. Au final et dans les deux cas, les individus talentueux se distingueront toujours de la population normale par certains aspects. Afin d'observer ces différences, la mise en œuvre d'une série de tests sur le terrain englobant tous les facteurs et sous-facteurs pertinents du tennis est nécessaire. Ces tests doivent être renouvelés régulièrement au cours des différents stades de développement du

joueur, en tenant compte de l'âge (biologique), de l'entraînabilité du facteur (ou sous-facteur) mesuré et de la période du programme d'entraînement.

Lorsqu'on établit le profil d'un joueur dans le cadre d'une opération de détection, il est essentiel de connaître les résultats qu'il a obtenus aux tests relatifs aux caractéristiques "qualificatives" et "différenciatrices". Les résultats des joueurs doivent être exprimés à la fois en termes absolus (c'est-à-dire par rapport à leurs résultats personnels précédents) et en termes relatifs (c'est-à-dire par rapport aux résultats obtenus par les autres joueurs du même âge biologique et/ou du même niveau sportif) au cours du temps afin de pouvoir se faire une idée précise et objective de leur progression et, indirectement, de leur potentiel. En procédant de la sorte, vous disposerez d'un outil servant à deux usages extrêmement importants :

1. Possibilité de prendre des décisions plus éclairées sur la (re)sélection de talents ;
2. Possibilité de définir de nouveaux objectifs d'entraînement.

### CONCLUSION

Le concept de détection de talents n'est pas utilisé pour l'instant, du moins en Belgique. D'autres études fondées sur des faits sont nécessaires dans ce domaine en vue de développer cet outil. Premièrement, il convient d'identifier les facteurs "qualificatifs" et "différenciateurs" déterminant la performance sportive et de sélectionner les tests appropriés. Deuxièmement, il est essentiel de collecter

une quantité importante de données afin de créer, pour chaque groupe d'âge (biologique) et/ou niveau (numéro ITN), une série de données normatives. En outre, des analyses factorielles supplémentaires doivent être utilisées afin de ne conserver dans la batterie de tests que les tests les plus pertinents. Enfin, un profil physique et une évaluation de la progression doivent être établis par rapport à des données normatives. Associé aux conclusions d'études et aux informations disponibles dans d'autres domaines (qualités techniques et tactiques et facteurs psychologiques spécifiques au sport), cet outil peut être utilisé pour tirer des conclusions fondées et réfléchies sur la recherche de talents. Selon moi, une "organisation parapluie" internationale serait idéalement placée pour développer un outil de détection et de sélection juste et fiable permettant de prévoir la réussite à long terme chez de jeunes joueurs de tennis.

### BIBLIOGRAPHIE

- Hoare, D. (2001). Talent identification and selection manual. Sport and recreation South Africa, (version en ligne téléchargée le 20 juillet 2006 ; <http://www.srsa.gov.za/ClientFiles/SISA%20Tennis.doc>).
- Siff, M. C. and Verkhoshansky, Y. V. (1998) Supertraining: Strength training for sporting excellence, 3rd edition, Johannesburg: University of Witwatersrand, pg 485.
- Stojanovic, G. (2006) Talent identification and its role in tennis. Faccioni. (Version en ligne téléchargée le 20 juillet 2006 ; <http://www.faccioni.com/Reviews/tennisID.PDF>).

# Le programme de détection de tennis Australia

Par Troy Ayres (Responsable de la détection de talents, Tennis Australia)

## INTRODUCTION

La fédération australienne de tennis (Tennis Australia) a connu récemment une restructuration profonde de ses services, qui a notamment concerné le domaine de la formation des joueurs. Sous les auspices de Craig Tiley, nouveau directeur de la formation des joueurs, une nouvelle mission a été créée afin d'encadrer, d'organiser et de superviser la détection des jeunes talents.

Avant la mise en place du programme actuel de détection des jeunes talents, nous avons entrepris une analyse des qualités propres aux joueurs de classe mondiale, tels que Lleyton Hewitt et Roger Federer. Nous avons ainsi découvert que nombre des qualités qui font de ces joueurs les champions qu'ils sont aujourd'hui étaient déjà présentes chez eux lorsqu'ils étaient adolescents ou même préadolescents. Les principales qualités observées concernaient les domaines suivants :

1. Capacités mentales
2. Capacités physiques
3. Sens tactique/prise de décision
4. Exécution technique

## CARACTERISTIQUES DU PROGRAMME

Le nouveau programme de détection ("Talent Search") mis en place par Tennis Australia comprend la recherche, la découverte et l'évaluation de jeunes sportifs ayant reçu une formation tennistique ou non. En raison du fait que le tennis est un sport à habiletés ouvertes et qu'un large éventail de compétences et de capacités est requis pour réussir, la détection de jeunes talents se révèle être un processus extrêmement difficile. Et ce d'autant plus que le programme vise des enfants âgés de 6 à 11 ans et qu'à ces âges, nombre d'entre eux n'ont pas encore pratiqué de sports de raquette et encore moins le tennis.

Comme le programme n'en est qu'à ses débuts, la fédération australienne de tennis a pris le parti d'envisager la détection comme un processus de sélection ouverte au plus grand nombre. En conséquence de quoi, chaque jeune sportif observé participe à une journée de détection, puis est orienté vers une filière de formation adaptée à ses besoins propres. Le programme de détection s'adresse aussi bien aux garçons qu'aux filles. Toutefois, pour les besoins de cet

article, nous nous intéresserons exclusivement au processus de détection et d'évaluation des garçons.

Pour faire court, la fédération australienne de tennis recherche principalement des garçons très sportifs, courageux (qui ne baissent jamais les bras) et ayant la tête sur les épaules (qui font notamment preuve d'intelligence, de bon sens et d'honnêteté). La procédure d'évaluation qui consiste à rechercher et à superviser ces qualités débute lors de la phase 1 du programme de détection et se poursuit les années suivantes dans le cadre du suivi effectué par les détecteurs de talents et sélectionneurs régionaux/nationaux. L'allongement de la procédure de détection et le choix d'une sélection "large" plutôt qu'élitiste permet de créer de nombreux points d'entrée et de sortie tout en donnant au personnel la possibilité de mieux comprendre chaque sportif.

Sur le plan sportif, chaque garçon est évalué dans les domaines de la vitesse, de l'adresse, des lancers et des sauts. Chacun des tests réalisés comprend des mesures



*Des tests de saut adaptés permettent l'observation de l'explosivité, de la puissance et de la coordination.*

objectives et subjectives. Les mesures objectives sont les plus faciles à définir et à effectuer, puisque l'évaluation des performances repose sur les critères temps et/ou distance. Les mesures subjectives sont en revanche plus difficiles à quantifier et sont moins précises. Néanmoins, grâce au personnel expérimenté, chaque garçon est évalué sur sa capacité à démontrer les qualités techniques entrant dans le cadre de chaque caractéristique/test physique.

Les qualités notées de manière subjective comprennent notamment la capacité à garder le contrôle de son corps tout en se déplaçant rapidement ou en changeant de direction pendant l'exercice d'adresse. Les exercices de vitesse et d'adresse permettent également d'observer et d'évaluer la capacité d'accélération et de décélération, ainsi que l'efficacité globale des déplacements. En ce qui concerne les lancers, ce sont la capacité à coordonner le geste de lancer au-dessus de la tête et le geste de lancer latéral et la capacité à utiliser/contrôler tous les segments corporels pour produire de la force lors de l'exécution de ces lancers qui sont évalués.

Une fois que les mesures quantitatives des capacités physiques ont été réalisées, le domaine suivant à évaluer est celui de l'intelligence de jeu ("game smarts"). Les enfants, répartis dans de petits groupes, doivent réaliser une série d'activités fondées sur le jeu en dehors du court de tennis. Les jeux utilisés incluent, entre autres, le jeu "Keepings Off" (dans ce jeu, les 2 équipes doivent essayer de prendre possession d'un ballon tout en effectuant continuellement des passes) et le jeu "Dodge Ball" (les joueurs doivent éviter d'être touchés par un ballon souple) ; chaque jeu étant axé sur différents aspects de la perception, de la stratégie, du déplacement, du repérage spatial, etc. Le but de ces jeux est d'évaluer le degré de motivation pour la compétition, le désir de jouer en compétition/de gagner et la capacité à comprendre les diverses stratégies nécessaires pour jouer au tennis, ainsi que la capacité à développer ou à

modifier une stratégie si besoin est.

Une fois les activités fondées sur le jeu terminées, les garçons reviennent sur le court de tennis où des entraîneurs expérimentés observent les gestes de service, de coup droit et de revers de chaque enfant, ainsi que sa capacité à tenir l'échange et la précision de ses coups. Etant donné qu'il est extrêmement difficile de juger les compétences tennistiques, l'évaluation porte avant tout sur la capacité de l'enfant à exécuter une technique à la fois simple, efficace et permettant de donner de

la vitesse à la tête de raquette. Si certains participants n'ont encore jamais pratiqué le tennis, les entraîneurs leur montrent des gestes simples. Ces participants sont ensuite évalués sur leur aptitude à comprendre les instructions données et à reproduire les gestes montrés.

La dernière étape de la phase 1 du programme de détection consiste à étudier le milieu familial de chaque enfant. Avant la journée de détection, il est demandé aux participants de remplir un formulaire visant à déterminer leur profil sportif, comprenant des questions sur leur expérience en tennis et dans d'autres disciplines sportives, et notamment sur le niveau de compétition éventuellement atteint. Il est également demandé à tous les autres membres de la famille, parents et frères et sœurs, de fournir les mêmes renseignements sur leurs aptitudes et antécédents sportifs. Outre ces renseignements d'ordre sportif, les parents doivent indiquer leur taille. Le profil ainsi

déterminé permet de se faire une idée sur le potentiel génétique de l'enfant, ainsi que sur l'intérêt et l'engagement de la famille pour le sport.

Une fois toutes les évaluations terminées, les entraîneurs et les responsables du processus de détection se réunissent pour donner leur avis sur chaque enfant. A partir des observations et des résultats enregistrés, une liste des enfants invités à participer à la phase 2 du programme est créée. Lors de la phase 2, chaque garçon sélectionné se rend dans l'une des 5 Académies nationales de haut niveau (*National High Performance Academies* ou NHPA), situées dans les principaux secteurs de recrutement d'Australie (Melbourne, Sydney, Brisbane, Perth et Adelaide). Lorsque les enfants sélectionnés intègrent une NHPA, ils participent à des séances d'entraînement classique, effectuent d'autres tests physiques sous la supervision des préparateurs physiques et des scientifiques du sport et participent à un programme de formation abordant les différents aspects de l'entraînement et de la compétition.

## CONCLUSION

En utilisant la détection de talents comme mécanisme de sélection, Tennis Australia est en mesure d'offrir à chaque enfant la possibilité de réaliser ses objectifs. Au fil du temps, de l'évolution et des acquis de chacun de ces enfants, il est possible de recueillir un certain nombre de données permettant d'avoir une connaissance plus pointue des besoins en matière de formation des joueurs. En conclusion, nous pouvons dire que les principaux facteurs de réussite d'un programme de détection sont, entre autres, la présence d'entraîneurs expérimentés et passionnés, la mise en place de structures de qualité en matière d'enseignement et de compétition et la sélection de sportifs motivés et ayant la tête sur les épaules.



*Les jeux de ballon faisant intervenir des déplacements, des lancers, des réceptions et un travail d'équipe permettent l'observation de la perception, du repérage spatial, des qualités de communication, etc.*

# Sélection de joueuses talentueuses dans le cadre du projet de développement du tennis féminin de la RFET

Par David Sanz Rivas

(Directeur du département Formation et Recherche de la RFET et membre de l'équipe technique du projet de développement du tennis féminin)

## INTRODUCTION

### Définition

Dans le sport, quand on parle de la sélection de talents, on fait référence au processus consistant à détecter des sportifs en fonction de critères spécifiques.

Selon Hann (1998), être doué pour un sport signifie posséder plus de capacités que la moyenne et avoir le désir de réaliser des performances de haut niveau dans ce sport. Avoir du talent, c'est posséder "une aptitude naturelle ou acquise à faire quelque chose" ; d'autre part, le talent dépend des capacités, de la motivation et de l'environnement social de chaque individu. Enfin, la personne douée doit non seulement être repérée, mais aussi encouragée et formée correctement (Lopez Bedoya, 1999).

### Facteurs et éléments clés du talent

Plusieurs facteurs peuvent être évalués afin de déterminer si une personne est prédisposée à être meilleure que la moyenne dans un domaine particulier, notamment : des facteurs génétiques (morphologiques et anthropométriques), physiques, psychologiques et contextuels. Des études récentes ont montré que la réponse à la question trop souvent posée "naît-on champion ou le devient-on ?" est que les deux propositions contiennent une part de vrai. Pour qu'un sportif réalise des performances de haut niveau, il doit posséder beaucoup de talent naturel. Toutefois, cela ne suffit pas. La réussite exige également de travailler dur et un travail de planification minutieux (Sanchez Bañuelos, 2003). Posséder les capacités n'est pas la seule chose importante : il faut également être en mesure de réussir, c'est-à-dire avoir la volonté d'y arriver et évoluer dans le contexte social qui convient.

Martin et al. (2004) ont dégagé trois éléments que l'on doit typiquement retrouver chez les sportifs talentueux :

- Talent individuel : avoir une prédisposition génétique spécifique qui peut être détectée à un très jeune âge.
- Traits de la personnalité : prendre notamment conscience que la réussite viendra sur le long terme à force de patience, de travail et d'entraînement.
- Conditions d'entraînement : bénéficier des conseils d'entraîneurs compétents et être entouré de personnes prodiguant encouragements et apportant soutien.

Pour être efficace, le processus de sélection doit reposer à la fois sur l'expérience des

entraîneurs et sur l'utilisation de tests scientifiques (Moreno, 2001). Cette combinaison est également le gage d'un travail plus efficace, les personnes sélectionnées étant mieux préparées et plus compétentes.

## PROGRAMME DE LA FEDERATION ROYALE ESPAGNOLE DE TENNIS (RFET)

### Objectifs et caractéristiques

A travers son projet de développement du tennis féminin, la Fédération royale espagnole de tennis (RFET) a souhaité sélectionner un groupe de joueuses talentueuses dans le but d'augmenter le niveau des performances à l'échelle nationale et à l'échelle internationale.

Le système espagnol en faveur du développement d'un niveau élevé de performances sportives est du type "sélectif-intensif" (Sanchez Bañuelos, 2003) et repose sur les éléments suivants :

- Sélection d'un groupe aussi large que possible
- Sélection des candidates en fonction de paramètres pertinents
- Sélection qui évite de récompenser la précocité
- Planification à long terme avec des étapes progressives
- Contrôle maximum sur les facteurs intervenants
- Supervision continue des sportives dans le cadre du système grâce notamment à l'évaluation constante de leurs résultats

Notre processus a démarré par la sélection de sportives possédant des capacités jugées comme essentielles à la réalisation de bonnes performances en tennis. Nous avons pris en considération des caractéristiques morphologiques, sensori-motrices, psychologiques et contextuelles comme variables prédictives de la performance (Bouchard et al. 1973 ; Carter, 1970 ; Tanner, 1962 ; Salmela et Regenier, 1983). Pour les mesurer, nous avons utilisé des tests permettant d'enregistrer des valeurs en fonction des critères de Brill (cités dans Tschieni, 1989) :

1. Caractéristiques génétiques : caractéristiques anatomiques, physiologiques, neuromusculaires et cardio-pulmonaires.
2. Attitude et talent tennistique en général.
3. Capacités tennistiques spécifiques, d'un point de vue technique et tactique.

Plusieurs études sur le tennis ont permis d'établir un lien entre certaines variables et les performances. Ainsi, Birrer et al. (1986) ont prouvé l'importance de la technique en tant que facteur participant au niveau de performance en mettant en évidence une corrélation positive entre le nombre de tournois disputés et la qualité du revers, du coup droit, de la volée, du smash et du déplacement. Par ailleurs, l'existence de corrélations modérées a été établie entre le nombre de tournois disputés et deux tests de course sur le court. Enfin, aucune corrélation significative n'a pu être constatée entre le nombre de tournois et d'autres tests (sauts, lancer de médecine-ball, course de 10 mètres et de 30 mètres).

### Critères de sélection

Un programme a été conçu dans le but de sélectionner un groupe de joueuses bénéficiant d'un système de suivi et de soutien (entraînement, aide financière, participation aux frais de voyage, etc.) afin de les aider à optimiser leurs résultats. L'idée de la RFET était de créer un groupe de "joueuses de référence" susceptibles de créer une émulation entre les autres joueuses espagnoles de niveau national et, par la même occasion, de contribuer à l'augmentation du niveau de jeu général et du nombre de pratiquantes en Espagne.

Les critères de sélection spécifiques étaient les suivants :

- Caractéristiques génétiques :
  - Composition du corps
  - Capacités physiques
- Attitude et talent tennistique en général :
  - Tests psychologiques
  - Attitude en compétition (esprit de compétition, réaction après avoir commis des erreurs, etc.)
- Compétences tennistiques spécifiques
  - Répertoire technique
  - Régularité
  - Qualités d'exécution des coups de tennis

Des grilles d'observation qualitative étaient utilisées pour noter les actions techniques et tactiques ; les valeurs étaient enregistrées sur une échelle ordinaire afin de procéder à des comparaisons plus objectives, à la fois à l'entraînement et en compétition. L'évaluation technique était réalisée à l'entraînement dans le cadre d'exercices contrôlés où deux joueuses jouaient l'une contre l'autre, tandis que l'évaluation tactique avait lieu pendant les matches de compétition.

Les mesures des capacités physiques ont été adaptées des travaux de Muller (1990), Roetert et Ellenbecker (1998) et Unierzyski (1994). Les tests consistaient à évaluer la mobilité articulaire, la force, la puissance, la vitesse et l'endurance. Ils étaient tous réalisés sur le court, et peuvent donc être facilement reproduits.

Les tests psychologiques utilisés étaient les suivants : le Questionnaire sur le climat motivationnel perçu en sport (PMCSQ-2), le Questionnaire sur le climat sportif (SCQ), des échelles pour mesurer les éléments d'autonomie (Echelle du besoin de satisfaction au travail), la compétitivité perçue (Inventaire de la motivation intrinsèque), les relations (Sous-échelle d'acceptation du besoin d'appartenance sociale) et l'auto-détermination (Echelle de motivation dans le sport). L'échelle d'estime de soi du Questionnaire de description de soi III, ainsi que l'Echelle de vitalité subjective et la Liste des satisfactions dans le sport étaient utilisées pour évaluer le bien-être psychologique des joueuses. En outre, la relation avec l'entraîneur, le climat créé par les parents, le soutien social reçu, ainsi que la formulation d'objectifs à court, moyen et

long terme à un niveau qualitatif étaient également analysés.

Les mesures biologiques effectuées incluaient une étude descriptive et de quantification des caractéristiques physiques des athlètes, ainsi qu'un examen du système cardio-respiratoire, des organes digestifs et du système musculo-squelettique respectant le protocole établi par les services médicaux de la RFET.

### Phases de sélection

Une fois les critères de sélection établis et l'âge des participantes déterminé (9 à 11 ans), un programme a été mis sur pied dans le but de tester le maximum de joueuses. Au niveau des ligues régionales, les tests ont eu lieu dans les écoles locales, les centres et les clubs régionaux, les joueuses les plus exceptionnelles étant choisies en fonction des critères définis. Environ 600 candidates ont été retenues à ce stade du processus. Ensuite, trois phases de sélection ont été établies. La première de ces phases s'est déroulée dans les 19 ligues régionales : les entraîneurs de la RFET ont sélectionné 100 joueuses venant de toute l'Espagne en se basant sur des critères technico-tactiques et l'attitude des candidates.

Dans le cadre de la deuxième phase plus spécifique, le pays a été divisé en quatre régions : la région Nord (Gijón), la région Sud (Séville), la région Centre (Madrid) et la région Nord-Est (Barcelone). Dans chacune de ces zones, deux journées de tests ont été organisées. L'équipe de la RFET (entraîneurs, préparateurs physiques, médecins et psychologues) s'est rendue dans toutes ces régions pour y entreprendre les tests en question. Lors de la première journée, des tests techniques, médicaux et physiques étaient réalisés. Le deuxième jour, des tests physiques et psychologiques étaient effectués, puis des matches étaient organisés dans le but d'observer les variables tactiques.

A l'issue de cette deuxième phase, 16 joueuses ont été choisies pour participer au projet. Les conditions de participation étaient les suivantes : elles devaient accepter d'être supervisées par la RFET (programme d'entraînement et de compétition, etc.), travailler en vue d'accéder à un niveau de performance supérieur et pouvoir compter sur le soutien de leurs parents et d'un entraîneur personnel.

L'objectif de la RFET était de permettre à ces joueuses de s'entraîner dans leur propre environnement et de rester à proximité de leur famille, tout en bénéficiant d'un programme d'entraînement très précis et personnalisé.

La phase finale de ce projet, qui se poursuit actuellement, consiste à superviser les joueuses sélectionnées afin de les guider et des les aider dans le domaine de la planification de l'entraînement et des compétitions. Une aide financière est également attribuée aux participantes pour qu'elles puissent s'inscrire dans des tournois nationaux et internationaux. D'autres phases seront élaborées ultérieurement dans le but d'évaluer et de superviser les progrès accomplis par les joueuses.

### BIBLIOGRAPHIE

- Birrer, R. B., Levine, R., Gallippi, L., Tischler, H. (1986). The correlation of performance variables in preadolescent tennis players. *J. Sports Med.* 26: 137-139.
- Bompa, T. (1985). "Talent identification". *Science Periodical on Research and Technology in Sport.*
- Bouchard, C., Brunelle, G., & Godbout, P. (1973). *La préparation d'un champion.* Québec: Pelican.
- Carter, J. E. L. (1970). The somatotype of athletes. *Hum. Biol.*, 42: 535-569
- Hann, E. (1988). *Entrenamiento con niños.* Martínez Roca: Barcelona.
- López Bedoya, J. (1999). *Entrenamiento temprano y captación de talentos en el deporte.* En: *La iniciación deportiva y el deporte escolar.* Inde: Zaragoza.
- Martin, D., Nicolaus, J., Ostrowski, C., & Rost, K. (2004). *Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil.* Paidotribo: Barcelona.
- Moreno González, A. (2001). El talento deportivo ¿Selección o azar? *Rev. Act. Psicol. Dep.*, Nº 3, 21.
- Muller, E. (1990). *Talent identification.* European Coaches Symposium. Norwich. Dic. 2-8. 1990.
- Salmela, J. H., Regenier, G. (1983). A model for sport talent detection. *Sports: Science periodical on research and technology in sport.* Osc. 1-8.
- Tanner, J. M. (1962). *Growth at adolescence.* Oxford: Blackwell.
- Tschiene, P. (1989): *La selezione del talento nei giochi sportivi.* *Revista di Cultura Sportiva.* Scuela dello Sport. 16. pp. 33-38.
- Roetert, P. & Ellenbecker, T. S. (1998). *Testing tennis fitness.* In: USTA (Eds), *Complete conditioning for tennis* (pp 7-31). Human Kinetics.
- Unierzyski, P. (1994). *Influence of physical fitness specific to the game of tennis, morphological and psychological factors on performance level in tennis in different age groups.* Paper presented at the 1994 Science and Racquet Sports, Conference, Merseyside, UK.



Toute une série de tests psychologiques a été organisée dans le cadre du processus de sélection.



Les membres de l'équipe technique de la RFET ont travaillé en collaboration avec le personnel des ligues régionales lors de la phase de sélection.

# Education d'un joueur de tennis talentueux : une approche développementale

Par Janet Young (Australie)

"Mon père était mon meilleur ami et mon plus grand modèle. Il va me manquer terriblement. Je suis submergé par l'émotion quand je pense à toutes les grandes choses qu'il a accomplies dans sa vie. Il a été un père, un entraîneur, un mentor, un soldat, un mari et un ami exceptionnels. Sans lui, je ne serais pas là où je suis aujourd'hui et je suis fier de perpétuer sa tradition de partage et de dévouement". (Tiger Woods)

Quel merveilleux hommage rendu au regretté Earl Woods, décédé le 3 mai 2006 des suites d'un cancer. Nombre de parents rêveraient d'un tel témoignage de reconnaissance et de gratitude de la part de leurs enfants. Dans le cas présent, ces mots sincères ont été prononcés par une véritable légende du golf, Tiger Woods. Néanmoins, ce sportif extraordinairement talentueux n'a pas l'exclusivité de tels sentiments. En effet, beaucoup d'athlètes de haut niveau saluent volontiers l'importance du soutien apporté par leurs parents dans l'aventure les ayant menés vers l'excellence sportive (Bloom, 1995 ; Cote, 1999 ; Monsaas, 1995). Cela étant, que peuvent faire les parents de joueurs de tennis pour optimiser leurs chances de recevoir un jour une telle reconnaissance de la part de leurs enfants

talentueux ? Pour pouvoir apporter des éléments de réponse à cette question, intéressons-nous d'abord au terme talent et aux facteurs clés de l'épanouissement du talent intervenant lors des différents stades de développement.

## QU'EST-CE QUE LE TALENT ?

Une enfant "talentueux" est un enfant considéré comme prometteur, "doué" et possédant des capacités innées et le potentiel pour briller (Ericsson, Krampe & Tesch-Romer, 1993). De façon intéressante, c'est généralement les parents, en encourageant la pratique d'activités et en surveillant les progrès réalisés au début, qui remarquent les premiers signes de talent chez leurs enfants (Bloom, 1985). Dans ce type de situation, les parents pensent que leurs enfants possèdent des prédispositions et sont capables de réussir dans un domaine d'activité particulier.

## FACTEURS ESSENTIELS DU DÉVELOPPEMENT DU TALENT SPORTIF

On admet généralement que le développement du talent sportif est déterminé par une combinaison de plusieurs facteurs, plutôt que par un facteur unique. Les facteurs clés influant sur le talent sont les

suivants (Baker et al. 2003; Bloom, 1985) :

- Occasions dont dispose l'individu pour apprendre et disputer des compétitions
- Minimum de 10 années d'entraînement intensif de qualité
- Forte motivation et esprit de compétition de l'individu qui doit apprécier les nombreuses facettes de son sport et de l'aventure le menant vers le haut niveau
- Soutien et encouragement exceptionnels de la part des parents et de l'entraîneur
- L'importance accordée par le pays ou la société au sport pratiqué par l'individu

On considère que ces facteurs interagissent entre eux, l'importance de chaque facteur dépendant du contexte unique dans lequel évolue l'individu. Nous pouvons donc en conclure que le développement du talent sportif est déterminé par les événements qui se produisent dans la vie de l'individu et que le fait de posséder des aptitudes naturelles ne suffit pas nécessairement pour réaliser son plein potentiel. Enfin, le manque d'occasions et l'insuffisance des années de préparation et de persévérance constituent des facteurs limitants susceptibles d'empêcher l'individu d'atteindre le plus haut niveau.

Étapes	Description de l'étape	Rôles clés des parents
<b>Expérimentation</b> (de 3 à 8 ans env., âge moyen pour débiter le tennis = 6 ans et demi [Monsaas,1985])	L'enfant découvre diverses activités : la possibilité de jouer, d'explorer et d'expérimenter est alors primordiale.	<b>Rôle d'encadrement</b> Le rôle des parents est de donner à l'enfant des occasions de faire du sport de manière ludique et de développer ses habiletés motrices fondamentales à son propre rythme.
<b>Spécialisation</b> (de 8 à 13 ans env.)	L'enfant se concentre sur 1 ou 2 sports et participe de moins en moins à des activités périscolaires. L'enfant est motivé pour travailler plus dur et avec plus de sérieux.	<b>Rôle de facilitation</b> Le rôle des parents est d'apporter un soutien moral et financier à l'enfant et de lui consacrer du temps pour qu'il puisse continuer la pratique du sport choisi, développer des compétences sportives spécifiques et viser le haut niveau. Les activités quotidiennes de la famille (y compris les repas) commencent à être organisées en fonction des leçons de tennis, de l'entraînement et des compétitions de l'enfant. Cela implique pour les parents des sacrifices considérables tant sur le plan financier que personnel. La famille passe ses vacances sur les lieux des tournois et des camps d'entraînements. Parfois, la famille doit déménager en raison des besoins de l'enfant en matière d'entraînement tennistique.
<b>Investissement</b> (de 13 à 15 ans env. [Wolfenden et Holt, 2005])	L'enfant s'investit désormais dans un seul sport, concentre ses efforts pour atteindre le haut niveau et établit une relation étroite avec son entraîneur. Il réalise que le tennis "n'est plus un simple jeu" et il est disposé à fournir les efforts nécessaires pour "exploiter son potentiel".	<b>Rôle de soutien et de facilitation</b> Le rôle des parents est d'apporter à l'enfant un soutien moral et émotionnel permanent, notamment du réconfort et un sentiment de sécurité dans les périodes de stress, un environnement familial "équilibré" et de favoriser sa scolarisation. Ils doivent également aider l'enfant financièrement afin de financer l'entraînement (le plus souvent dans des académies ou des centres d'entraînement) et la participation aux compétitions.
<b>Entretien</b> (à partir de 20 ans env.)	Le joueur atteint le sommet de son sport et est mis au défi de répéter des performances extraordinaires et de continuer de s'améliorer.	<b>Rôle de soutien/de supporter</b> Le rôle des parents est de faire preuve de compréhension ("être là pour leur enfant") dans les moments difficiles marqués par des blessures, de la fatigue, de la pression, voire une perte de motivation. Il est également important qu'ils partagent les succès de leur enfant avec lui.
<b>Contribution/ Remboursement</b> (généralement après 30 ans)	Il est fréquent (même si ce n'est pas une règle) que le joueur se mette au service de son sport après s'être retiré de la compétition (par exemple, Evonne Goolagong Cawley aide de jeunes joueurs indigènes talentueux).	<b>Rôle de soutien et de "documentation"</b> Le rôle des parents est d'apporter à leur enfant un soutien émotionnel, de le soutenir dans ses choix et de lui apporter tout type d'aide dont il pourrait avoir besoin (par exemple, rechercher dans les archives familiales des documents pour des biographies, documentaires, etc.).

Tableau 1. Modèle de développement du talent par étapes. Adapté de Cote et Hay (2002), Ericsson et al. (1993) et Wolfenden et Holt (2005)

## MODÈLE DE DÉVELOPPEMENT DU TALENT

Il est pratique d'envisager le développement du talent en termes d'étapes ou de phases que l'enfant doit traverser. Le modèle de développement du talent établi spécialement pour le sport par Cote et Hay (2002) convient particulièrement bien au tennis et met en exergue un certain nombre d'instructions qui peuvent aider les parents à nourrir et à surveiller le développement de leurs enfants.

Le modèle de Cote et Hay (2002) part du principe que les individus passent par quatre étapes au cours de leur carrière : les années d'expérimentation, de spécialisation, d'investissement et d'entretien. Une cinquième étape (que nous intitulerons Contribution/Remboursement) vient éventuellement s'ajouter lorsque l'individu possède des compétences exceptionnelles (Ericsson, Krampe & Tesch-Romer, 1993). Vous trouverez dans le tableau 2 ci-dessous une description de chaque étape, ainsi que du rôle à jouer par les parents lors de chacune d'elles.

Les informations contenues dans le tableau 2 appellent les observations suivantes :

- Les parents ont un rôle différent à jouer, quoique toujours essentiel, à chaque étape de la carrière de leur enfant.
- Aucune étape ne peut être "sautée", même s'il existe des différences individuelles concernant l'âge chronologique auquel l'enfant entre dans une phase ou en sort. D'autre part, la cinquième étape est facultative.
- La plupart des parents ont un rôle essentiel à jouer les premières années lorsque l'enfant est le plus dépendant. La majorité des enfants découvrent le tennis parce que leurs parents s'intéressent à ce sport et les encouragent en ce sens (Bloom, 1985). Suite à cette phase d'initiation, les parents doivent consacrer beaucoup d'argent (Leand, 1988) et de temps pour accompagner l'enfant (leçons, entraînement et tournois), et lui permettre ainsi de poursuivre la pratique du tennis pendant les années de "spécialisation" et "d'investissement".
- Le rôle des parents ne se limite pas à stimuler, à canaliser et à favoriser l'intérêt de l'enfant pour le tennis. La responsabilité la plus importante des parents consiste sans doute à former le caractère de l'enfant et à lui enseigner certaines valeurs essentielles, notamment l'honnêteté (Csikszentmihalyi, 1997). Dans son étude sur les joueurs de tennis de haut niveau (1985), Monsaas a démontré que les joueurs qui arrivent en haut de l'échelle sont issus de familles ayant une haute opinion du tennis, et du sport en général, et qui défendent des valeurs et des principes comme le goût du travail, la sportivité, le fait de donner le meilleur de soi et de ne jamais renoncer dans la quête d'un objectif louable.

## RÈGLES GÉNÉRALES À L'INTENTION DES PARENTS

Le modèle de développement du talent suggère qu'il existe un certain nombre de règles générales à respecter pour "élever un enfant talentueux". En voici quelques-unes :

- Etant donné que les parents sont généralement les principaux modèles de leurs enfants, ils doivent assumer cette responsabilité en conduisant leur vie et en se

comportant avec les autres de manière irréprochable.

- Les parents doivent privilégier les discussions franches avec leur enfant, quels que soient les circonstances ou les résultats des matches. Cela implique qu'ils doivent :

- Trouver les moyens de faire savoir à l'enfant qu'ils se soucient sincèrement de lui en tant que personne et qu'ils respectent son opinion et ses sentiments ;

- Avoir comme priorité de privilégier les besoins de l'enfant et de le soutenir tout au long de sa progression vers le plus haut niveau, tout en lui faisant comprendre qu'il est seul responsable de sa destinée et que c'est à lui d'en profiter !

- Il arrive que des parents endossent la double casquette de parent et d'entraîneur (exemples : Nick Philippoussis/Mark Philippoussis et Mélanie Molitor/Martina Hingis). La difficulté dans ce cas consiste pour les parents à établir des limites (et à les faire accepter par l'enfant) entre les deux rôles, à être capable de garder ces limites et à ne pas tenter d'assumer le rôle d'entraîneur sans posséder les connaissances techniques et autres qualifications appropriées.

- Les parents doivent avoir pour priorité d'instaurer une bonne relation de travail avec l'entraîneur de leur enfant (à supposer qu'ils n'assument pas eux-mêmes ce rôle). Pour y parvenir, ils doivent se réunir fréquemment avec l'entraîneur afin de discuter des modalités de leur participation à l'équipe de soutien de l'enfant. Certaines situations sont à éviter ; il convient notamment de veiller à ne pas mettre une pression inutile sur les épaules de l'enfant pour qu'il gagne et à ne pas vivre ses rêves de gloire (titre à Wimbledon, etc.) à travers l'enfant.

- Dans les familles composées de plusieurs frères et sœurs, les parents doivent faire attention à consacrer leur temps, leur attention et leur argent de manière équitable afin que chaque enfant (et pas uniquement l'enfant doué pour le tennis) se sente spécial. Chaque enfant est en droit d'attendre de ses parents amour et soutien quels que soient ses intérêts et ses aptitudes. Si les parents se montrent à la hauteur de ce défi, les frères et sœurs seront en mesure de se soutenir mutuellement.

## CONSÉQUENCES POUR LES ENTRAÎNEURS

D'après le modèle de développement du talent, à la fois l'entraîneur et les parents ont des rôles importants à jouer. Leur contribution au développement du talent sera bien plus importante s'ils travaillent en équipe, plutôt qu'indépendamment. Dans ce but, il est dans l'intérêt de tous que l'entraîneur et les parents puissent comprendre comment se compléter au mieux. Ce n'est qu'en communiquant régulièrement et avec franchise, en gardant à l'esprit l'intérêt de l'enfant, qu'ils y parviendront.

## CONCLUSION

Il ne fait aucun doute que l'éducation d'un enfant talentueux peut se révéler une

expérience des plus enrichissantes. Les parents ont un rôle important à jouer à toutes les étapes du développement du talent, qui prend de nombreuses années. Même si nous vous avons proposé un modèle de développement du talent décrivant les rôles clés des parents tout au long du chemin menant au haut niveau, il convient de se rappeler que les parents doivent avant tout rester des parents - c'est-à-dire qu'ils doivent faire savoir à leur enfant que l'amour qu'ils lui porte est inconditionnel et que seuls son bien-être, sa sécurité et son bonheur comptent. Dans ce contexte, la foi inébranlable des parents dans le talent de leur enfant peut permettre de forger une relation similaire à celle décrite par Tiger Woods lorsqu'il évoquait ce que son père représentait pour lui.

## BIBLIOGRAPHIE

- Baker, J., Horton, S., Robertson-Wilson, J., & Wall, M. (2003). Nurturing sport expertise: Factors influencing the development of the elite athlete. *Journal of Sports Science and Medicine*, 1, 1-9
- Bloom, B. S. (1985). *Developing talent in young people*. New York: Ballantine.
- Cote, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*, 13, 395-417.
- Cote, J., & Hay, J. (2002). Children's involvement in sport: A developmental perspective. In J.M. Silva & Stevens (Eds.), *Psychological foundations of sport* (2nd ed., pp. 503-519). Boston: Allyn & Bacon.
- Csikszentmihalyi, M. (1996). *Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention*. New York: Harper Collins.
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Romer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100, 363-406.
- Leand, A. (1998). The price you pay. *Tennis USTA*, 16-19.
- Monsaas, J. A. (1985). Learning to be a world-class tennis player. In B. S. Bloom (Ed.), *The development of talent in young people* (pp. 211-269). New York: Ballantine.
- Wolfenden, L. E., & Holt, N. L. (2005). Tennis development in elite junior tennis: Perceptions of players, parents and coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17, 1-8-126.



Lorsque les parents endossent la double casquette de parent et d'entraîneur, il est essentiel d'établir des limites entre les deux rôles.

# La formation des joueurs talentueux

Par E. Paul Roetert et Rodney Harmon (Département du haut niveau, USTA)

Dans le cadre de nos déplacements dans le monde entier, nous avons l'occasion d'observer des entraîneurs de nombreux pays différents travailler avec des joueurs de milieux, d'âges, de tailles et de niveaux de talent différents. Pour beaucoup d'entraîneurs, l'objectif est de pouvoir travailler avec un joueur talentueux et même si la possibilité de former exclusivement des joueurs doués n'est pas donnée à tous, il est à espérer que la plupart d'entre nous auront, un jour ou l'autre, la chance d'entraîner un ou plusieurs joueurs ayant du talent. Quand une telle occasion se présente, il est important de savoir comment guider le joueur de manière appropriée afin qu'il puisse atteindre son plein potentiel. Bien qu'il n'existe pas de méthode "unique" pour former un joueur talentueux, nous allons vous présenter un certain nombre d'éléments clés dont il faut tenir compte.

## RECONNAÎTRE LE TALENT

Savoir repérer le talent en tennis n'est pas une tâche aisée. Nous disposons aujourd'hui d'une quantité d'informations plus importante que jamais sur les caractéristiques physiques et psychologiques des joueurs de très haut niveau. Malgré tout, le meilleur moyen de reconnaître le talent reste, selon nous, "l'œil affûté de l'entraîneur". Contrairement à des disciplines comme la gymnastique, le basket-ball ou l'aviron, où une morphologie spécifique est optimale pour réaliser des performances de haut niveau, le tennis est un sport dans lequel des joueurs de morphologies et de tailles différentes peuvent réussir. Il a d'ailleurs été démontré que les méthodes reposant sur l'utilisation exclusive de critères physiques pour tenter de prédire le succès n'étaient pas adaptées (Roetert & Riewald, 2003). D'autres études menées par ce groupe de recherche ont également permis de mettre évidence que, chez les jeunes joueurs de tennis, les seules composantes de la condition physique ayant une corrélation significative avec le tennis étaient "la vitesse et l'adresse" (Roetert et al., 1992). Un niveau de vitesse et d'adresse satisfaisant permet au joueur non seulement

d'être rapidement sur la balle, mais aussi de se mettre dans une position bien équilibrée avant chaque frappe. Hormis les qualités physiques requises pour évoluer au plus haut niveau, le désir du joueur d'exploiter ses capacités naturelles et sa volonté de passer d'innombrables heures à s'entraîner et à disputer des matches pour s'améliorer sont également des qualités essentielles. De fait, on considère qu'il faut pas moins de 10 000 heures (soit 10 années) d'entraînement pour parvenir à maîtriser les aspects techniques du tennis (Ericsson & Charness, 1994). D'autre part, avoir à ses côtés un entraîneur expérimenté au fait des dernières techniques d'entraînement constitue pour le joueur talentueux une aide inestimable. Dans les paragraphes suivants, nous vous présenterons un certain nombre de facteurs primordiaux que les entraîneurs doivent prendre en considération pour aider les joueurs doués à réussir leur carrière dans le tennis.

## TECHNIQUE ET STYLE DE JEU

Se concentrer sur l'acquisition de gestes techniques corrects pour tous les coups du tennis à un âge précoce est essentiel. Il est vital de ne pas se laisser duper par une excellente qualité de frappe de balle ou une bonne aptitude physique. Les entraîneurs doivent par conséquent axer leur travail sur l'enseignement d'une base technique solide, travail qui doit nécessairement être effectué dans le contexte de situations tactiques. Le recours à diverses situations tactiques permet en outre de rendre les séances d'entraînement stimulantes, intéressantes et ludiques, ce qui évite que les joueurs perdent leur entraînement ou s'ennuient. Ceci est particulièrement important avec les joueurs doués. En ce qui concerne les coups de fond de court, les principes fondamentaux doivent inclure la régularité, la profondeur, le placement, l'effet et la puissance. Il est communément admis que les garçons doivent développer une technique correcte avant l'âge de 14 ans et les filles avant l'âge de 12-13 ans. Par ailleurs, à ce stade, le travail doit commencer à porter sur l'acquisition d'un style de jeu particulier.

Ainsi, le joueur et l'entraîneur doivent se mettre d'accord sur le style de jeu le plus susceptible de permettre au joueur d'obtenir de bons résultats. Bien que les styles de jeu puissent être décrits de diverses façons, on distingue généralement les quatre styles principaux suivants (USTA, 1996) :

- Jeu de contre
- Jeu d'attaque de fond de court
- Jeu polyvalent
- Jeu de service-volée

Étant donné que la maîtrise d'un coup ou d'un style de jeu particulier nécessite des années d'entraînement, il est impératif de commencer ce travail le plus tôt possible en tenant compte du niveau de maturité psychologique et physique de chaque joueur. Il est conseillé de donner aux joueurs les moyens de développer tout un arsenal de coups afin qu'ils possèdent

une certaine variété dans leur jeu et qu'ils ne soient pas limités à un seul style de jeu. Roger Federer et Justine Hémin-Hardenne sont d'excellents exemples de joueurs actuels ayant su acquérir une bonne variété dans leur jeu.

## REGULARITE ET DEPLACEMENT SUR LE COURT

Être capable de frapper des coups incisifs avec régularité et bien connaître les coups à jouer en fonction de la surface de jeu sont des éléments clés pour tout joueur ou toute joueuse espérant évoluer un jour sur le circuit ATP ou sur le circuit WTA. La réussite en tennis, notamment au plus haut niveau, étant liée à la capacité de limiter le nombre de fautes directes, surtout en fond de court et sur les retours de service, il est primordial d'acquérir des coups de fond de court réguliers. A un âge précoce, ces compétences peuvent le plus facilement être enseignées sur des surfaces de jeu lentes. D'autre part, la majorité des matches sur le circuit professionnel se disputent sur des courts en dur lents ou sur terre battue. Ces surfaces de jeu plus lentes exigent de la part des joueurs qu'ils soient capables de disputer des échanges et de relancer le service adverse avec régularité et de construire leurs points convenablement. Le fait de s'entraîner sur des courts lents dès le plus jeune âge présente également l'avantage de faciliter le passage de l'attaque à la défense, et inversement. En outre, les courts en terre battue en particulier permettent aux joueurs de muscler le bas du corps, de travailler l'équilibre et de développer une solide base d'endurance. Enfin, toutes ces compétences peuvent par la suite se traduire par des déplacements performants sur d'autres surfaces.

## CONCLUSION

Comme nous avons eu l'occasion de le dire plus haut, il n'existe pas de méthode unique pour former les joueurs talentueux. Néanmoins, il y a plusieurs choses essentielles que vous pouvez faire, en tant qu'entraîneur, pour aider vos joueurs à optimiser leurs chances de réussite. Si vous avez l'impression de ne pas posséder toutes les compétences requises dans ce domaine, nous vous conseillons d'en parler avec d'autres entraîneurs de votre région bien informés sur le sujet. Très souvent, un point de vue nouveau s'avérera salutaire pour vous comme pour le joueur.

## BIBLIOGRAPHIE

- Ericsson, K. A. & Charness, N. (1994). Expert Performance. *American Psychologist*. Vol. 49, No. 8, 725-747.
- Roetert, E. P., Garrett, G. E., Brown, S. W. & Camaione, D. N. (1992). Performance Profiles of Nationally Ranked Junior Tennis Players. *Journal of Applied Sport Science Research*. Vol. 6, No. 4, 225-231.
- Roetert, E. P. & Riewald, S. (2003). Talent Identification. *Applied Sport Science for High Performance Tennis*. Proceedings of the 13th ITF Worldwide Coaches Workshop. 63-67.
- USTA (1996). *Tennis Tactics*. Human Kinetics, Champaign, IL.



*Se concentrer sur l'acquisition de gestes techniques corrects pour tous les coups du tennis à un âge précoce est essentiel.*

# Notre sélection de livres et de vidéos

## LIVRES

**El Entrenador de Tenis de Alto Rendimiento: Un Estudio sobre su Formación Inicial y Permanente (L'entraîneur de haut niveau : une étude sur sa formation initiale et continue)**  
**Auteurs :** Juan Pedro Fuentes García et Fernando del Villar Álvarez **Année de parution :** 2004 **Langue :** Espagnol **Pages :** 265 **Niveau :** Confirmé **ISBN :** 84-688-9034-0



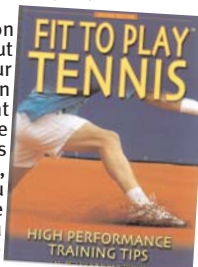
Cet ouvrage a été rédigé dans le but de proposer un document de référence abordant les spécificités du métier d'entraîneur de tennis de haut niveau. Présenté sous la forme d'une étude scientifique, il inclut une présentation de la problématique (quelle voie de formation l'entraîneur de tennis de haut niveau suit-il ?), le but, la méthode et les résultats de l'étude, et se termine par une série de conclusions sur les filières de formation choisies par les entraîneurs de haut niveau.

La lecture de ce livre est particulièrement recommandée aux personnes souhaitant exercer le métier d'entraîneur de haut niveau, ainsi qu'à celles intéressées par la recherche appliquée au tennis.

Pour plus de renseignements : [www.dip-badajoz.es/](http://www.dip-badajoz.es/)

**Fit to Play Tennis: High Performance Training Tips, Second Edition (En forme pour jouer au tennis : Conseils pour l'entraînement de haut niveau, Seconde édition)** **Auteurs :** Carl Petersen et Nina Nittinger. **Année de parution :** 2006 **Langue :** Anglais **Pages :** 424 **Niveau :** Tous les niveaux **ISBN :** 0-9722759-5-9

Ce livre sur la préparation mentale et physique se veut un guide facile à suivre sur l'élaboration d'un programme d'entraînement de haut niveau. Il s'adresse aussi bien aux sportifs qu'aux entraîneurs, parents, scientifiques du sport et joueurs. L'ouvrage s'articule autour du concept des "six S" de l'entraînement :



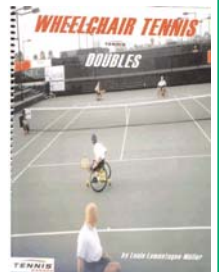
- Structuration de l'entraînement
- Structuration de la planification et de la périodisation annuelles
- Structuration de l'environnement
- Structuration de la préparation mentale
- Structuration des tests physiques et médicaux
- Structuration de la récupération et de la prévention des blessures

En résumé, un livre extrêmement intéressant sur la préparation physique et mentale nécessaire pour réaliser des performances sportives de haut niveau.

Pour plus de renseignements : [www.racquettech.com](http://www.racquettech.com)

**Wheelchair Tennis - Doubles (Tennis en fauteuil roulant - Jeu de double)** **Auteur :** Louis Lamontagne-Müller **Année de parution :** 2006 **Pages :** 112 **Langue :** Anglais **Niveau :** Tous les niveaux

Cet ouvrage est divisé en deux parties principales : 1. La formation de l'équipe et 2. L'entraînement de l'équipe. La première partie comprend 3 chapitres : 1. "Les principaux styles de jeu" des équipes de double de tennis en fauteuil roulant ; 2. "Choisir un style" qui a pour but d'aider les équipes à déterminer le style de jeu et la position sur le court qui leur conviennent le mieux et 3. "Communication" qui aborde l'importance des routines, ainsi que des stratégies de communication, avant, pendant et après les matches.

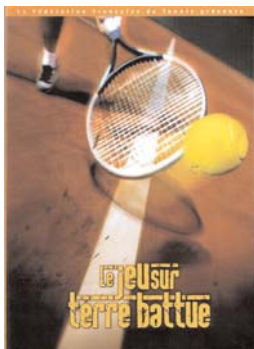


La seconde partie, qui porte sur l'entraînement de l'équipe, est également composée de 3 chapitres qui sont les suivants : 1. Mettre en œuvre le style de jeu choisi et savoir se placer sur le court ; 2. Prendre ou reprendre le contrôle du point et 3. Dernières réflexions. En conclusion, grâce aux informations, photographies et schémas qu'il contient, ce livre est une excellente référence pour tous les entraîneurs travaillant avec des joueurs de tennis en fauteuil roulant.

Pour plus de renseignements : [www.tenniscanada.ca](http://www.tenniscanada.ca)

## DVD

**Le jeu sur terre battue** **Auteur :** Fédération Française de Tennis **Année de parution :** 2006 **Durée :** 56 minutes **Langue :** Français **Niveau :** Tous les niveaux



Le reportage commence par une présentation de l'histoire du jeu sur terre battue et du tournoi de Roland Garros. S'ensuit une description détaillée des clés de la réussite sur terre battue. Grâce à une foule d'informations tactiques et d'exemples tirés de matches disputés à Roland Garros, on nous explique l'importance du choix des coups sur cette surface. Le reportage aborde également l'évolution du jeu masculin et du jeu féminin au cours des 30 dernières années.

En bonus, le DVD propose deux suppléments de 10 minutes chacun sur les clés de la réussite dans le tennis masculin et dans le tennis féminin. Nous le conseillons particulièrement aux joueurs et entraîneurs souhaitant perfectionner leurs connaissances sur le jeu sur terre battue.

Pour plus de renseignements : [www.fft.fr](http://www.fft.fr)

**14<sup>th</sup> ITF Worldwide Coaches Workshop - Turkey, October 18 - 22, 2005 (14<sup>th</sup> Colloque international des entraîneurs de l'ITF - Turquie, 18-22 octobre 2005)** **Auteur :** Tennis Canada **Année de parution :** 2006 **Langue :** Anglais **Niveau :** Tous les niveaux

Tennis Canada, la fédération canadienne de tennis, a réalisé un coffret de 14 DVD rassemblant la quasi totalité des conférences données dans le cadre de l'édition 2005 du colloque. Vous retrouverez au total 19 conférences, dont 15 ont été données en extérieur, sur un court de tennis. Parmi les conférenciers figurent Louis Cayer, Miguel Crespo, Eliot Teltschler, Machar Reid et Bruce Elliott, Antoni Girod, Alex Ferrauti, pour ne citer qu'eux. Les auteurs de ces conférences font partie des entraîneurs, préparateurs physiques, biomécaniciens et psychologues les plus réputés au monde.

Pour plus de renseignements : [www.tenniscanada.ca](http://www.tenniscanada.ca)



ITF Ltd, Bank Lane, Roehampton, London Sw15 5XZ  
Tél. : 44 20 8878 6464 Fax : 44 20 8878 7799  
E-mail : [itf@itftennis.com](mailto:itf@itftennis.com)  
Site Web : [www.itftennis.com](http://www.itftennis.com)  
ISSN : 1812-2302  
Traduction : Christophe Lepigeon  
Crédits photos : Paul Zimmer, Ron Angle, Sergio Carmona.

### Comité de rédaction - ITF Coaching and Sport Science Review

Tori Billington (ITF), Hans-Peter Born (DTB), Mark Bullock (ITF), Dr. Miguel Crespo (ITF), Dr. Bruce Elliott (Uni. Western Australia), Dr. Alexander Ferrauti (Uni. Bochum, Allemagne), Dr. Brian Hainline (USTA), Alistair Higham (LTA), Dr. Paul Lubbers (USTA), Dr. Babette Pluim (Fed. Hollandais), Patrick McInerney (ITF), Dave Miley (ITF), Dr. Ann Quinn (Australie), Dr. E. Paul Roeter (USTA), Machar Reid (Uni. Western Australia), Dr. David Sanz (RFET), Dr. Karl Weber (Uni. Cologne, Allemagne), Dr. Tim Wood (Tennis Australia).