



1



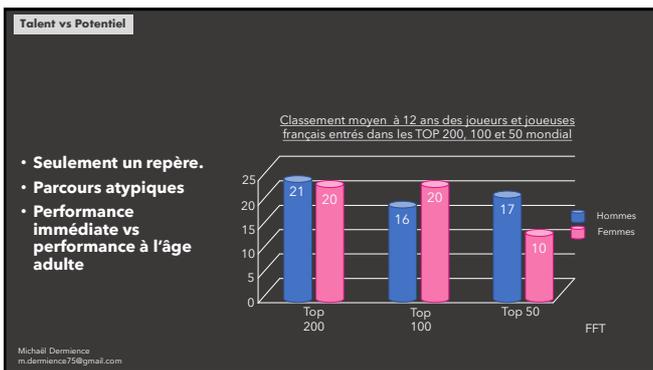
2



3



4



5

Talent vs Potentiel

LE POTENTIEL, C'EST QUOI?

Individu avec des aptitudes générales **SUPÉRIEURES** à la moyenne

... certains d'entre eux ont **plus de chances** d'acquies, à long terme,...

... les capacités requises pour l'exercice d'un sport au **plus haut niveau**,...

... au moment auquel ses capacités atteindront leur **développement optimal**.

Indicateur de probabilité d'atteinte du Haut Niveau si...

Volonté

Conditions favorables de développement

Michael Demienne
m.demienne75@gmail.com

6



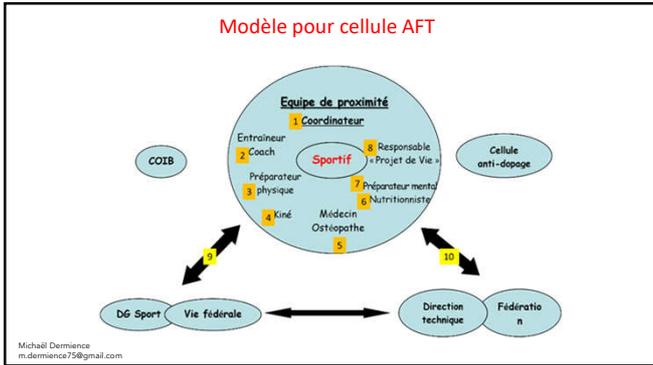
7



8



9



10

- 1 & 2** Thierry Vanclemput
- 2** Thomas Johansson
- 3** Fabien Bertrand
- 4** Patrice Wauthier
- 5 & 6** Maurice Joris
- 7** Fabrice Dezanet
- 8** Michel Goffin
- 9 & 10** Michaël Dermience

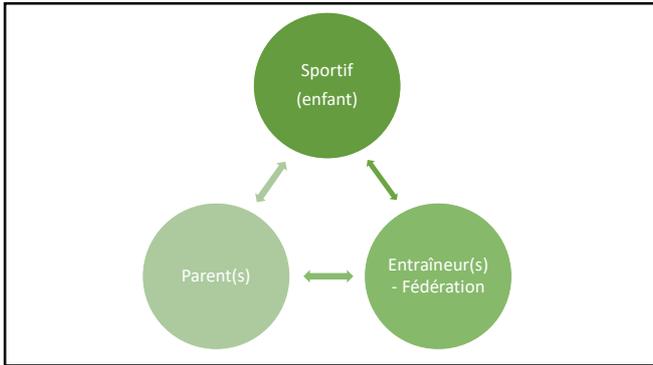
+ Karine Molinari + Experts extérieurs

Michaël Dermience
m.dermience75@gmail.com

11



12



13



14



15

1. Le concept de spécialisation précoce...

Définition

La **spécialisation sportive précoce** se définit comme une pratique sportive spécifique et intense dès l'enfance qui vise :

- l'apprentissage précoce des techniques spécifiques d'un sport
- la performance

Elle incite à l'exclusivité sportive

Michael Demance
m.demance73@gmail.com

16

La specialisation précoce...

The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance.
K.A. Ericsson, R.T. Krampe, C. Tesch-Römer - Psychological review, 1993 - doi.org
Abstract 11: The theoretical framework presented in this article explains expert performance.

The Role of Deliberate Practice in the Acquisition of Expert Performance
K. Anders Ericsson, Ralf Th. Krampe, and Clemens Tesch-Römer

The theoretical framework presented in this article explains expert performance as the crystallized individual, personal efforts to improve performance while negotiating motivational and external constraints. In such domains as expertise, professional sports, and the cultivation of artistic skills, deliberate practice is a central component. Deliberate practice consists of repeated and focused activities that are designed to improve performance. This article characterizes expert behavior in various domains and actually the result of intense practice extended for a minimum of 10 years. Analysis of expert performance provides unique evidence on the potential and limits of extreme environmental adaptation and learning.

Traduction des ENTRAINEURS et des PARENTS :

- ➔ Pour donner une chance à un enfant de devenir un champion, il doit :
 - ✓ Se consacrer tôt à un sport et de manière spécialisée ;
 - ✓ Suivre un entraînement intense ;
 - ✓ Ne pas perdre de temps ni d'énergie dans d'autres activités.

Michael Demance
m.demance73@gmail.com

17

La specialisation précoce...

Est-ce que cela fonctionne ?

- ➔ Oui, parfois...

Tiger Woods

Amanda Beard

Soeurs Williams

Lindsey Vonn

Michael Demance
m.demance73@gmail.com

18

Les dangers de la spécialisation précoce



Michaël Demienne
m.demienne75@gmail.com

19

Les dangers de la spécialisation précoce

A 4 ans, il s'entraîne déjà au sein de l'Académie Mouratoglou dans la banlieue parisienne

PARIS Cette petite tête blonde au sourire indélébile est née voilà cinq ans à Sacramento. Dans cette ville dont la vie est rythmée par les Kings de NBA, ce petit garçon plein de rêves s'est pris de passion pour un autre sport : le tennis. Lui, c'est Jan Kristian Silva. Ses parents, dont la mère est d'origine finlandaise, l'ont poussé très tôt vers la petite balle jaune, qu'il a apprivoisée à une vitesse sidérante. Jusque-là rien d'extraordinaire vu que Marry et Lawson enseignent ce sport dans un club local.

Très vite, toutefois, il apparaît que Jan n'est pas un enfant comme les autres. Dotés de qualités techniques bien supérieures à la moyenne et d'une motricité rare pour un enfant de son âge, le bambin suscite l'admiration de ses parents mais aussi d'un entourage plus large. Ses grandes aptitudes l'ont déjà rendu célèbre aux Etats-Unis.

Où d'aucuns le comparent à un certain **Andre Agassi**. Capable d'effectuer un revers à une main alors qu'il n'a que quatre ans, Jan a une excellente lecture du jeu.

Michaël Demienne
m.demienne75@gmail.com

La Dernière Heure, 21 janvier 2007

20

Les dangers de la spécialisation précoce

Le plus jeune pensionnaire de l'Académie Mouratoglou

Rêvant du meilleur futur pour leur fils prodige, ses parents ont accepté en août dernier de rejoindre l'Académie Mouratoglou, dans la banlieue parisienne. Après un essai très convaincant, le créateur de cette école d'un genre spécial accepte d'y loger toute la famille. Du coup, Jan devient - évidemment - le plus jeune pensionnaire et ses parents aspirent déjà à faire de lui le nouveau champion américain. **"Moi, je pense sincèrement qu'il sera le premier Américain depuis Agassi à gagner Roland-Garros"**, ose Lawson, son père. La maman, elle, le voit déjà devenir **"plus fort que Federer"**. Quant à Baghdatis, finaliste de l'Open d'Australie 2006 et véritable fer de lance de cette Académie, il avoue **"n'avoir jamais vu un gamin de cet âge-là aussi bien jouer. Il a déjà une force incroyable dans le bras"**, ce qui lui permet de faire ses revers à une main. **Franchement, il ne faut pas perdre de vue ce génie.** Jan, lui, se contente de regarder avec envie le poster de James Blake, son idole, qui orne le mur de sa chambre. Insouciant, il participe même, parfois, à des shows télévisés aux Etats-Unis.

Michaël Demienne
m.demienne75@gmail.com

La Dernière Heure, 21 janvier 2007

21



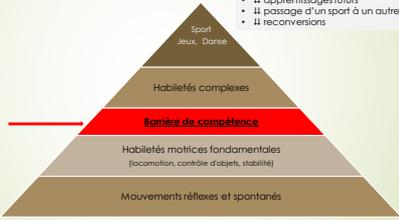
2. Le revers de la médaille...

Quels sont les limites et les dangers de la spécialisation précoce ?

22

Les dangers d'une spécialisation précoce

► Barrière motrice



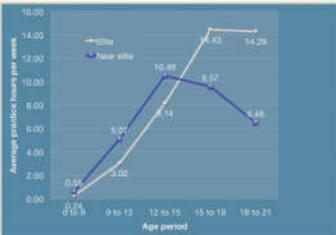
Si faible base motrice:

- II apprentissages futurs
- II passage d'un sport à un autre
- II reconversions

Modèle de d'acquisition des mouvements sportifs, inspiré de Seefeldt, 1980 (Branta, 2010)

23

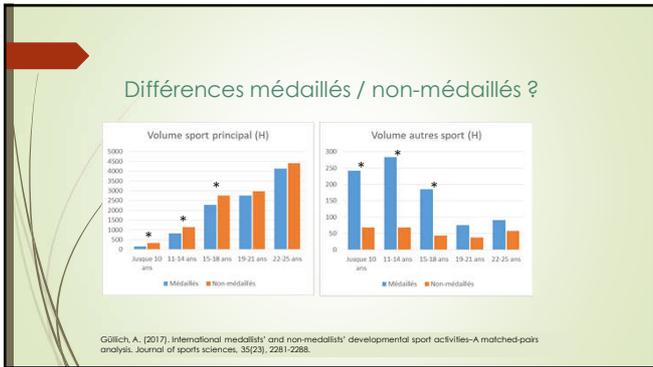
Quelles sont les trajectoires des élites ?



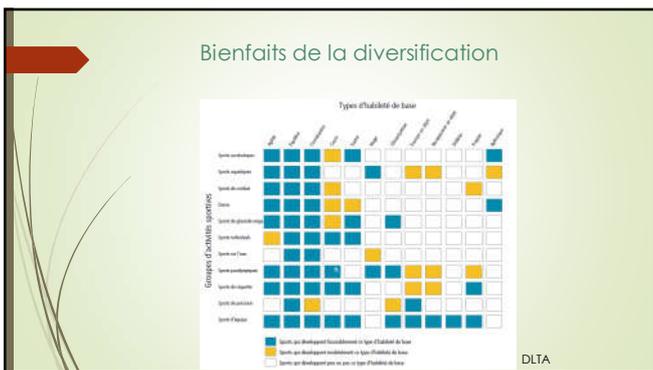
Age period	Average practice hours per week
10 to 11	0.24
11 to 12	0.95
12 to 13	2.02
13 to 14	5.14
14 to 15	10.09
15 to 16	14.63
16 to 17	10.37
17 to 18	6.88
18 to 21	4.28

K. Moesch, A. Elbe, M.T. Hauge, and J.M. Wilman, "Late specialization: the key to success in centimeters, grams, or seconds (cgs) sports.", Scandinavian journal of medicine & science in sports, 2011.

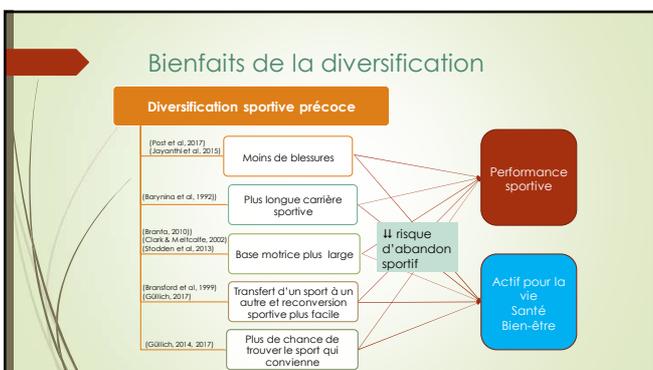
24



25



26



27

Etape	Age garçons	Age filles	Rapport à l'entraînement	Objectif	Moniteur Tennis ¹	
2	Plaisir et fondamentaux	5 – 9 ans	5 – 8 ans	S'amuser grâce au tennis.	Apprendre à jouer et à s'amuser grâce au tennis évolutif et d'autres sports.	Initiateur (Niv 1) ou Educateur (Niv 2)
3	Expérimentation -Développement	9 – 12 ans	8 – 11 ans	Apprendre à s'entraîner au tennis.	Devenir un athlète complet et développer les habiletés requises pour jouer sur un terrain régulier	Educateur (Niv 2) ou Entraîneur (Niv 3)
4	Consolidation	13 – 15 ans	12 – 14 ans	S'entraîner à s'entraîner.	Jeter les bases de la recherche de l'excellence	Educateur (Niv 2) ou Entraîneur (Niv 3)
5	Comment être performant	16 – 18 ans	15 – 16 ans	S'entraîner à la compétition.	Commencer à regrouper les habiletés acquises	Entraîneur (Niv 3)
6	Comment devenir professionnel	19 – 23 ans	17 – 22 ans	S'entraîner à gagner.	Regrouper les habiletés.	Entraîneur (Niv 3)
7	Performance maximale	23 ans et +	22 ans et +	S'entraîner à performer	Vivre comme un professionnel	Entraîneur (Niv 3)

Michaël Demienne
m.demienne75@gmail.com

31

Les parties prenantes du DLTA

- Joueurs
- Entraîneurs
- **Parents**
- Responsables d'école de Tennis
- Responsables de clubs
- Dirigeants ... Fédération ... Politique
- Système de compétitions
- Sciences de la santé & Sciences du sport
- Milieu scolaire
- Aménagements sportifs / équipement
- Commanditaires (sponsors)
- Journaliste

32

STADES DLTA	INITIATEUR (Niveau 1)	EDUCATEUR (Niveau 2)	ENTRAINEUR (Niveau 3)
STADE 2 : S'AMUSER GRACE AU TENNIS			
STADE 3 : APPRENDRE A S'ENTRAINER			
STADE 4 : S'ENTRAINER A S'ENTRAINER			
STADE 5 : S'ENTRAINER A LA COMPETITION			
STADE 6 : S'ENTRAINER A GAGNER			
STADE 7 : S'ENTRAINER A PERFORMER			

33

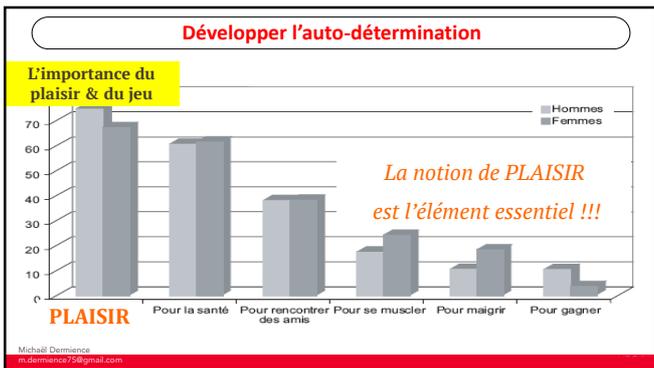


DÉVELOPPER L'AUTO-DÉTERMINATION DE VOTRE ENFANT

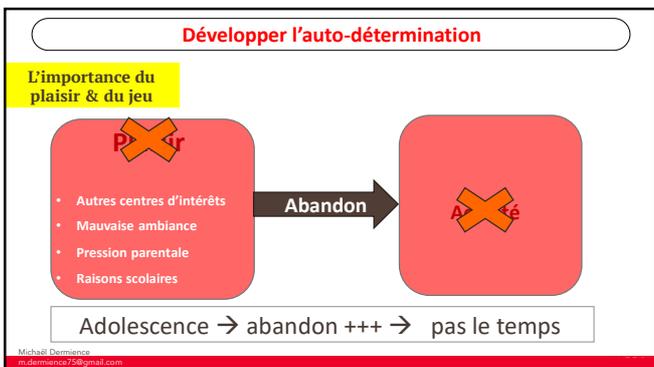



Michaël Deminence
m.deminence75@gmail.com

34



35



36

Développer l'auto-détermination

L'importance du plaisir & du jeu



Doit répondre à certaines conditions :

- ✓ Être source de plaisir et non de stress/ de contrainte
- ✓ Répondre aux motivations du joueur et non de l'entourage
- ✓ Respecter la santé et le bien-être
- ✓ Préserver la sécurité et l'intégrité physique
- ✓ Respecter les principes éducatifs et éthiques

Michaël Demencia
m.demencia75@gmail.com

40

Développer l'auto-détermination

La motivation intrinsèque



La **motivation intrinsèque** est l'acte de faire quelque chose sans aucune récompense extérieure. Vous le faites parce que ça vous procure du plaisir, c'est agréable et intéressant, plutôt qu'en raison d'une incitation ou d'une pression extérieure, comme une récompense ou une date limite.

La **motivation extrinsèque** est un comportement axé sur la récompense. C'est un type de conditionnement qui utilise des récompenses ou des punitions pour augmenter ou diminuer la probabilité que des comportements se reproduisent.

Dans la **motivation extrinsèque**, les récompenses ou autres incitations – comme les éloges, la gloire ou l'argent – sont utilisées comme motivation pour des activités spécifiques. Contrairement à la motivation intrinsèque, ce sont des facteurs externes qui motivent cette forme de motivation.

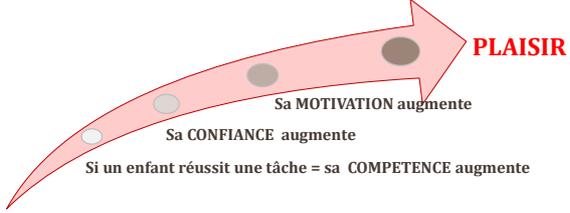
Michaël Demencia
m.demencia75@gmail.com

41

Développer l'auto-détermination

Lien Compétence - Confiance - Motivation

En augmentant la CONFIANCE en soi



PLAISIR

Sa MOTIVATION augmente

Sa CONFIANCE augmente

Si un enfant réussit une tâche = sa COMPETENCE augmente

Michaël Demencia
m.demencia75@gmail.com

42

Quels bons conseils nos diables donnent-ils aux jeunes joueurs ?

1.3 Lien Compétence - Confiance - Motivation



« Grandir pas à pas »
 « Chaque choix doit se faire en fonction de son instinct et de sa personnalité. Moi, j'ai choisi de d'abord jouer dans une équipe belge, puis de partir quand j'ai senti que j'étais prêt pour une expérience à l'étranger. Si quelqu'un décide que c'est mieux pour lui de partir à 13 ans, qu'il le fasse. Il doit juste le sentir comme cela au plus profond de lui-même. Moi, j'ai préféré faire mes preuves en Belgique, je trouvais que c'était important de grandir pas à pas. Et je n'ai jamais regretté mon choix, ni ceux d'après. Car j'ai toujours fonctionné par **DES**. »

Michail Deminence
m.deminence75@gmail.com

43

Développer l'auto-détermination

Valorisation de la tâche

Avant 10-12 ans Motivation **EGO** dominante
 Pas de distinction entre talent, travail, effort ... (Etat)

Après 10-12 ans Installation de la motivation **TÂCHE**
 Le joueur fait l'expérience que le travail, les efforts apportent des résultats. (Processus)

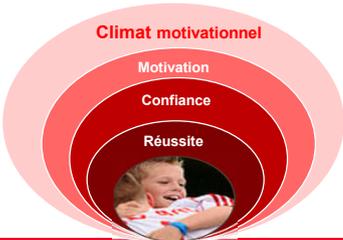
- **orienté vers la tâche** : féliciter et encourager les efforts des joueurs pour persévérer dans la tâche demandée, la coopération et les progrès
Plutôt que...
- **orienté vers l'ego** : le joueur aura l'impression que s'il ne réussit pas la tâche, il sera sanctionné et qu'il n'y a que les doués qui sont reconnus

Michail Deminence
m.deminence75@gmail.com

44

Développer l'auto-détermination

Environnement doit développer un **climat motivationnel** → rôle important dans le développement de la **motivation du joueur** et de sa **confiance en soi**



Michail Deminence
m.deminence75@gmail.com

45



QUELQUES CONSEILS EN GUISE DE CONCLUSION




Michaël Deminence
m.deminence75@gmail.com

46

Développer l'auto-détermination

Le projet des parents rejoint-il celui de l'enfant ?

Prendre le temps de parler avec l'enfant de ses envies

Donner le soutien nécessaire en toutes circonstances

Connaître les intérêts de l'enfant avant de faire un choix

Expliquer l'implication que demande le sport

Trouver une satisfaction pour l'enfant à travers le sport



Michaël Deminence
m.deminence75@gmail.com

47

Développer l'auto-détermination

**Peu importe leur niveau d'habilité.
Peu importe la situation-contexte**

« Laissez les jouer leur propre partie »

« On ne peut s'empêcher de "vivre" intensément le tennis de son enfant, mais la clé est de trouver le bon niveau de soutien sans jamais l'étouffer... »

Michaël Deminence
m.deminence75@gmail.com

48

Ne culpabilisez pas votre enfant sur les efforts que vous faites pour lui

N'utilisez pas l'ironie ou le sarcasme pour motiver votre enfant

Ne mettez pas votre enfant sur un piédestal

Ne glorifiez pas excessivement la victoire et ne dramatisiez pas la défaite

Ne rajoutez pas des séances d'entraînements

Ne comparez pas les performances de votre enfants avec celle de ses camarades

Ne fixez pas des objectifs trop élevés

Ne cherchez pas des excuses à votre enfants

Michaël Demienne
m.demienne75@gmail.com

49

Développer son ESPRIT SPORTIF, qu'il sache se battre dans le respect des autres

Le tennis de votre enfant est avant tout son projet, sa responsabilité

Entretenez le plaisir de la compétition chez votre enfant

Maintenez la motivation en prévoyant de périodes de repos

Privilegier la performance plutôt que les résultats

Encourager la pratique d'autres sports

Développer progressivement l'autonomie de votre enfant

Restez positif après une défaite, votre rôle est de l'encourager

Faites confiance à l'entraîneur Aidez le mais ne vous substituez pas à lui

Soyez à l'écoute de votre enfant et laissez le s'exprimer

Michaël Demienne
m.demienne75@gmail.com

50

Communication constructive

Qu'est-ce que tu n'as pas bien fait?
Qu'est-ce que tu pourrais améliorer?

Arrête de paniquer!
Tu vas bientôt te libérer et oser.

Est-ce que c'était pénible?
As-tu soulage?

Il ne faut pas avoir peur
Sois rassuré tu as les capacités de réagir

Tu connais l'importance de cette compétition ?
Penses-tu que cette compétition puisse te permettre de montrer ton potentiel ?

Tu n'y arrives pas
Tu n'y arrives pas encore

Michaël Demienne
m.demienne75@gmail.com

51



52



53



54



55
