

cognitif, les pensées surtout analytiques autorisent la réflexion mais empêchent souvent leur organisation rationnelle et impliquent une remise en cause globale exacerbée.

Compte tenu des modifications spatiales apportées au schéma corporel durant cette phase, les réajustements techniques ainsi que la progression physique joueront un rôle important dans le renforcement de la confiance de l'adolescent en ses capacités. Se projetant de manière hésitante en tant que futur adulte, il paraît également fondamental d'échanger avec lui afin de déterminer une ligne de conduite qui l'amènera à développer son propre système de jeu en ayant conscience de ses forces (à renforcer) et faiblesses (à compenser).

E) L'évolution de la société nous amène à faire un certain nombre de constats : l'éducation de nos jeunes enfants les amène à ne plus savoir courir voire marcher, leur coordination n'est plus au même niveau, l'attention est diffuse et dispersée (zapping), l'agitation a augmenté (frénésie), l'alimentation est négligée au bénéfice d'un gain de temps (et d'argent), le temps passé assis devant des écrans s'est considérablement accru aux dépens de l'activité physique (sédentarisme).⁽¹³⁾ Les stimuli⁽¹⁴⁾ extérieurs de plus en plus nombreux et variés, exposent inconsciemment nos enfants à l'hyperactivité, au

stress, à l'impatience, à l'extériorisation... la connaissance de son corps, l'introspection, le temps de la réflexion devenant des ingrédients en voie de disparition dans la formation de la future femme ou homme moderne.

Peut-être est-il temps d'en proclamer la sauvegarde tout comme notre société est amenée à le faire en ce qui concerne la protection de notre environnement ou de certaines espèces ?

De plus en plus souvent, l'éducateur sportif est donc obligé d'intervenir sur l'éducation sportive des jeunes joueurs auxquels il est confronté. Il est devenu de plus en plus difficile de faire l'impasse sur des connaissances annexes à notre cœur de métier... qu'elles soient sociales, sanitaires, comportementales, physiques ou psychologiques.

Tout entraîneur a la hantise de perdre du temps de pratique, en corrélation avec la concurrence sportive... mais lorsque la concentration n'est plus présente, faut-il vraiment poursuivre une séance d'entraînement qui ne servira qu'à réaliser de manière inadéquate les choses demandées et prendre (ou reprendre) de mauvaises habitudes ?

N'aurait-on pas plutôt intérêt à utiliser ce temps, perdu sinon, à améliorer les capacités de réflexion et la connaissance de leur corps, à nos jeunes ?

...à condition, bien sûr, d'avoir à disposition les outils nécessaires pour être en capacité de le faire, une fois le diagnostic établi et l'ordonnance prescrite.

Ce cahier technique n'a pas pour objet l'apport d'outils précis en tant que tels. Tracer les contours d'une approche globale respectant le développement biologique, affectif et cognitif de l'enfant, en étant le principal objectif.

Sommes-nous sur la bonne voie, en tant qu'éducateurs et/ou entraîneurs ? Ne privilégions-nous pas la réussite à court terme de manière trop précoce relativement à un développement progressif des qualités permettant à un enfant de s'épanouir afin de devenir un adulte autonome, équilibré et en pleine conscience de sa réalisation ?

Il est parfois intéressant de s'arrêter, faire le point et réfléchir sur sa manière d'aborder les choses.

Les modules de formation professionnelle continue permettent justement l'apport d'outils spécifiques, permettant de mieux appréhender la globalité de ce métier si complexe.

Espérant par ces quelques lignes avoir contribué à apporter quelques réflexions utiles.

Philippe Molodzoff
Conseiller Technique National

RÉFÉRENCES

¹ Cahier technique PPM n°25 septembre-octobre 2017

² Habileté : précision en relation avec la vitesse

³ Tests EVAREG du MJS en 1992

⁴ L'apprentissage moteur, Jacques Paillard, 1991

⁵ Au cœur du cerveau, David Eagleman, chercheur en neurosciences, USA 2015

⁶ Damien Loiseau, responsable Groupe France Détection, 2016

⁷ Tableau des Incidences pédagogiques du développement de l'enfant... adapté au TT : Philippe Molodzoff (Doc filière fédérale)

⁸ Equilibre : état dans lequel la somme de toutes les forces appliquées à un corps est égale à zéro

⁹ Adresse : faculté d'exercer, avec vitesse et efficacité, un mouvement intentionnel pour résoudre une tâche concrète. En tennis de table, c'est apprendre rapidement un geste nouveau, l'exécuter avec décontraction (relâchement), souplesse et précision. N'utiliser de ce fait qu'un minimum d'énergie musculaire pour effectuer une tâche motrice quelconque

¹⁰ Voir les travaux de Piaget, Wallon et Freud sur le développement de l'enfant.

¹¹ Schéma corporel : connaissance fonctionnelle du corps en relation avec l'espace

¹² Variations sur le corps, Jean-Claude Serre, 1999

¹³ Rapport Duclos, conseillère auprès du MS, 2016

Bibliographie supplémentaire :

- Tennis de table et motricité – Document DTN 1985 – G. Leroy, F. Orfeuill
- Pédagogie sportive – Ed. Vigot 1994 – C. Target, J. Cathelineau
- Le Guide du Coaching – John Whitmore – Maxima, 2008
- L'école Freinet, réserve d'enfants – Elise Freinet – Maspero, 1974
- Libres enfants de Summerhill – AS Neill – Maspero, 1972

PING PONG MAG



© FFTT/Ireneus Siosok

APPRENTISSAGE ET DÉTECTION

Depuis 2001, le programme de détection impulsé par la Direction Technique Nationale a été unanimement reconnu et salué par l'ensemble de l'Europe comme l'une des plus belles réussites françaises depuis de nombreuses années. L'accession de nos équipes de France jeunes sur le toit de l'Europe a permis à la Fédération française de tennis de table de récolter deux fois plus de médailles et dix fois plus de titres en 15 ans que durant les 30 années précédentes (59 médailles dont 4 titres entre 1970 et 2000 pour 134 dont 42 titres entre 2001 et 2017 aux championnats d'Europe des jeunes).

Une grande ambition de renouveau au 21^e siècle, issue de cette hégémonie continentale, naissait ainsi au sein de notre discipline, accompagnée d'une attente de retombées dans l'élite mondiale senior. Paradoxalement, depuis quelques années, nombreuses sont les interrogations des cadres techniques relatives à l'influence de la détection précoce sur l'aboutissement et la longévité de la carrière de nos jeunes champions... blessures à répétition, frustrations dans l'atteinte d'objectifs, renoncements et abandons précoces peuvent aussi caractériser des parcours de jeunes talents.

S'il paraît difficile de réaliser une évaluation sur les bienfaits comparés aux problèmes suscités par l'accroissement conséquent du volume d'entraînement au plus jeune âge, il existe tout de même quelques éléments, sources d'inspiration pour des entraîneurs chargés de conduire leurs protégés au plus haut niveau de performance possible tout en sauvegardant leur intégrité physique et psychique.

Tout d'abord, considérant notre sport en tant que duel, il semble unanimement admis que la stratégie et la tactique⁽¹⁾ en constituent des fondements essentiels dont découle l'importance du décodage de la lecture du jeu adverse. Technique, il l'est obligatoirement de par ses contraintes spatio-temporelles élevées (le temps se décompte en termes de millisecondes et la précision en centimètres) d'une part, de par l'ouverture des habiletés⁽²⁾ à acquérir d'autre part (incertitude). Physique, il l'est devenu encore davantage du fait de l'amélioration du matériel (vitesse) et des modifications réglementaires (balle plastique, diamètre accru).

De fait, les paramètres fondamentaux de la performance dont le tennis de table actuel se compose, restent intemporels entre un savant dosage de ces trois composantes que sont le corps, la main et la tête... mais dans quel ordre doit-on en disposer les ingrédients et quelle dose de chacun d'entre eux faut-il intégrer aux différents moments de l'apprentissage du jeune joueur ? C'est de cette mixture concoctée à en faire mijoter le meilleur plat possible dans la durée dont il est question ici.

Que savons-nous de ces paramètres si fondamentaux à notre discipline ?

Prenons tout d'abord le plus aisément mesurable : la motricité ou les qualités physiques.

Chacune des qualités physiques présentes, prise individuellement est facilement quantifiable. (Tests d'évaluation pour le profil physiologique des enfants⁽³⁾)... mais lorsqu'il s'agit d'additionner entre elles ces qualités au sein d'une habileté motrice, il devient beaucoup plus malaisé d'en mesurer l'efficacité. Or, le tennis de table demande une coordination complexe entre nombre de différentes qualités physiques de base.

Si l'on y ajoute la main, sur laquelle l'attention doit être portée en priorité pour envoyer précisément une cible mobile à l'endroit souhaité, il ne s'agit plus seulement d'une coordination motrice complexe mais également d'un traitement d'informations extérieures devant préalablement être décodées avec efficacité (de manière juste et rapide) par le cerveau, afin d'envoyer la commande vers les muscles effecteurs.⁽⁴⁾

Et puisqu'il est question de cet organe majeur qui constitue le centre névralgique de toutes nos commandes mais recèle encore une part de mystère, y compris pour les neurobiologistes, comment ne pas le considérer comme la partie essentielle de la formation que nous avons à mener à bien ?

Automatismes techniques, intelligence tactique, habileté motrice... le cerveau représente à la fois le producteur et le metteur en scène du péplum historique de la carrière de chaque joueur. Le problème étant que l'on ne peut guère mesurer sur le terrain (ce qui est devenu possible en institut avec l'IRM) ce qui se passe à l'intérieur de cette petite boîte.

A) Les recherches récentes⁽⁵⁾ sur les capacités de notre cerveau révèlent les éléments suivants :

- Jusqu'à l'âge de 2 ans, les neurones du cerveau forment entre eux de nombreuses relations allant jusqu'à créer plus de 15 millions de connexions pour chaque neurone, soit deux fois plus que chez l'adulte.
- À partir de 2 ans, le nombre de ces connexions va progressivement décroître pour privilégier le renforcement de

celles qui sont le plus souvent utilisées. D'universelles, elles deviennent donc progressivement plus spécifiques au fil des expériences et des informations délivrées par l'environnement.

Il paraît évident que nous n'allons pas envisager de débiter le baby ping à partir de 2 ans... mais 4 ans en est le début assumé et 5 ans et demi, l'âge auquel la plupart des jeunes enfants du Groupe France Détection ont effectivement débuté le ping (en moyenne)⁽⁶⁾.

B) Le développement de l'enfant nous révèle qu'à partir de l'âge de 6 ans, celui-ci connaît une maturation de son système nerveux engendrant une maîtrise de ses mouvements ainsi que d'objets y compris mobiles sur le plan biologique⁽⁷⁾, qu'il maîtrise l'espace mais pas le temps, qu'il est donc capable d'acquiescer des coordinations motrices simples. Sur le plan cognitif, les activités ludiques doivent être privilégiées. La vivacité et le rythme sont prégnants au détriment de l'attention. Il s'agit d'une période de forte activité intellectuelle, agrémentée de nombreuses questions et de la recherche d'un modèle impliquant une forte relation maître-élève.



Les incidences pédagogiques à cet âge concernent donc prioritairement l'apprentissage d'acquisitions motrices passant par le jeu (des consignes très concises, des jeux avec un but très précis marquant la réussite : réaliser 6 jongles, faire le parcours sans faire tomber la balle...) durant lesquels l'attention pourra se développer progressivement grâce à une réflexion appropriée à leur réalisation (varier les situations pour comprendre par exemple les incidences des effets...)

C) Entre 9 et 12 ans, le développement se poursuit au travers de la croissance qui engendre un accroissement cardio-pulmonaire mais également parfois de mauvaises attitudes corporelles. La maturation physique de l'enfant s'exprime au travers des qualités d'équilibre⁽⁸⁾, de coordination, d'adresse⁽⁹⁾ et de précision. Sur le plan affectif, l'intérêt pour la découverte

du monde extérieur lui fait davantage prendre en compte le partenaire ou l'adversaire, permettant ainsi la collaboration dans les exercices. Sur le plan cognitif, les acquisitions motrices favorisent l'implantation d'automatismes⁽¹¹⁾, tandis que l'augmentation des capacités d'analyse permet le développement de l'observation et de la réflexion engendrant ainsi la capacité d'élaboration des notions tactiques⁽¹⁰⁾.

Sur un plan pédagogique, l'éducateur pourra donc privilégier la créativité parallèlement à l'implantation d'automatismes intégrant à la fois plasticité et flexibilité⁽¹¹⁾. Il pourra également faire largement appel aux qualités d'observation et de réflexion développées à cette période afin de mettre en lien les automatismes travaillés avec l'analyse du jeu de son adversaire. La prise d'informations étant le domaine

le plus complexe et difficile à maîtriser au tennis de table, il paraît en effet essentiel de mettre en exergue le développement de cette capacité à l'âge adéquat.

D) L'enfant passe à l'adolescence entre 13 et 17 ans. Cette période critique apporte d'importants changements morphologiques (développements musculaire et hormonal liés à la croissance) qui ont des répercussions sur le schéma corporel⁽¹¹⁾, impliquant une modification des repères donc des problèmes gestuels et de coordination⁽¹²⁾. De plus, l'afflux d'hormones créées à la période pubertaire de passage à l'âge adulte engendre une charge émotionnelle importante vis-à-vis d'autrui (conflits) avant de parvenir à trouver sa place dans la société : l'égoïsme et le négationnisme ainsi que le refus de l'autorité sont les principaux marqueurs affectifs de cette période cruciale. Sur un plan