

LES EFFETS DE L'APPROCHE D'APPRENTISSAGE DU JEU PAR LA
COMPRÉHENSION SUR L'ACQUISITION D'HABILITÉS TACTIQUES ET
L'AMÉLIORATION DE LA PERFORMANCE DANS LES SPORTS D'ÉQUIPE

Luc Nadeau, Denis Martel, Joëlle Couture-
Légaré et Ian Poulin-Beaulieu



Département d'éducation physique
Pavillon de l'éducation physique et des sports
Université Laval
Québec, Canada

Initiative de
recherche de
Sport
Canada 2019
Ottawa



CONSTATATIONS

- **La plupart des activités ou des exercices que proposent les entraîneurs aux athlètes ne sont pas cohérents avec la description du concept tactique appliqué dans les sports d'équipe...**
 - Les entraîneurs utilisent principalement des exercices de mouvements ou des exercices techniques (qui ne nécessitent pas de prise de décisions), et ce, même si les sports d'équipe sont de nature tactique.
 - Les compétences tactiques doivent être acquises auprès de vrais adversaires et avec l'aide des coéquipiers (Gagnon, 1982, 1989; Gréhaigne et Nadeau, 2014). Cependant, les entraîneurs semblent utiliser davantage des situations de jeu contrôlé, souvent sans adversaire.
 - Très peu d'exercices laissent les joueurs décider du bon mouvement selon la situation du match (Gréhaigne, Billard et Laroche, 1999; Nadeau *et al.*, 2014).
 - Lors des séances d'entraînement, peu d'exercices tactiques se font dans un contexte de match (situation offensive et défensive à la fois) (Caty et Gréhaigne, 2008; Smith, 1981).
 - L'intensité des exercices tactiques ne reflète pas l'enjeu réel créé par un vrai match.
 - Très peu d'entraîneurs laissent les joueurs discuter des solutions qui permettraient de mieux jouer, ou encore leur confient de véritables responsabilités quant au plan de match de l'équipe.

CONSTATATIONS

■ Résultats des observations

- Des athlètes peu motivés, qui prennent notamment peu d'initiatives
- Des athlètes qui mettent fin à leur carrière plus tôt que prévu
- Des athlètes qui dépendent de leur entraîneur
- Des athlètes ou des équipes dont la performance plafonne

■ Méthodes existantes mieux adaptées

- **Approches efficaces axées sur l'élève en matière d'éducation physique** (Allison et Thorpe, 1997; Griffin et Butler, 2005; Gréhaigne, Caty et Godbout, 2010)
- **Mêmes genres d'approches utilisées en Europe au niveau compétitif**
- **Ouverture, chez certains entraîneurs et spécialistes, à remettre en question les méthodes présentement utilisées au Canada**

OBJECTIFS PRINCIPAUX DE L'ÉTUDE :

- 1) DÉCRIRE LE GENRE D'EXERCICES UTILISÉS PAR LES ENTRAÎNEURS CANADIENS DANS LE SPORT DE COMPÉTITION
- 2) ANALYSER LE PROCESSUS D'APPRENTISSAGE ET L'AMÉLIORATION DE LA PERFORMANCE DES ATHLÈTES AU MOYEN D'UNE APPROCHE D'APPRENTISSAGE DU JEU PAR LA COMPRÉHENSION DANS LES SPORTS D'ÉQUIPE DE COMPÉTITION



Apprentissage et amélioration de la performance dans le sport d'équipe



PHASE 1 : MÉTHODE

■ Soccer

- 8 équipes
 - AAA
 - Ligue U14 à Senior
 - Sport masculin et féminin
- 34 séances d'entraînement
- 2 caméras
 - Caméras GoPro portées par l'entraîneur
 - Son et image
 - iPad ou caméra numérique installée à l'extérieur du terrain
- Catégorisation réalisée par deux assistants de recherche à l'aide d'une procédure validée

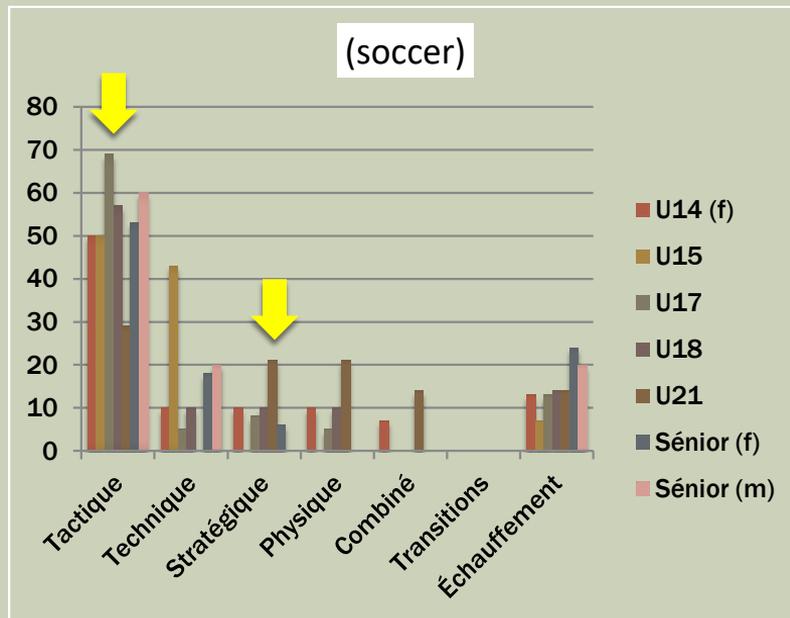
■ Hockey

- 7 équipes
 - De CC à AA
 - Liges pee-wee à midget
 - Équipes de clubs et d'écoles
- 29 séances d'entraînement
- 2 caméras
 - Caméras GoPro portées par l'entraîneur
 - Son et image
 - iPad ou caméra numérique installée dans l'estrade
- Catégorisation réalisée par deux assistants de recherche à l'aide d'une procédure validée

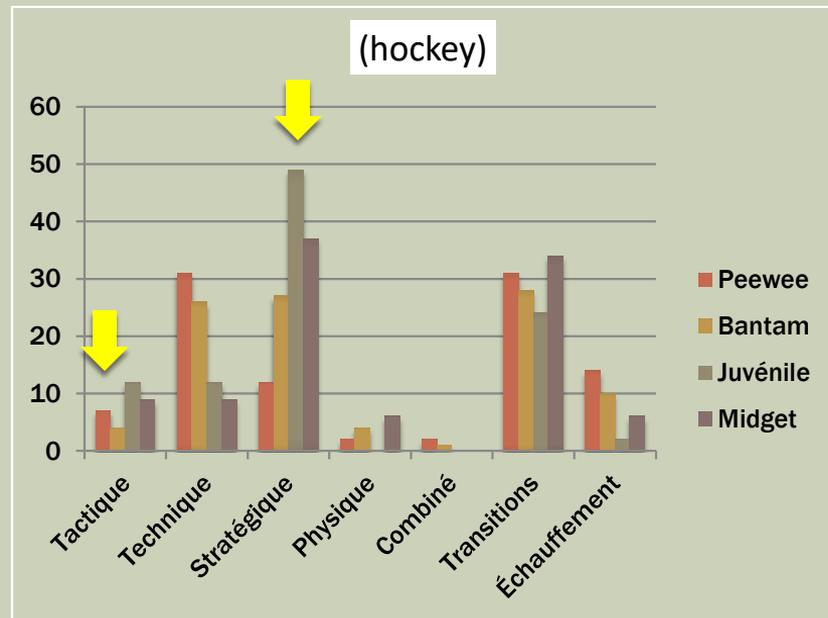
EXERCICES UTILISÉS PAR LES ENTRAÎNEURS

(PHASE 1 DU PROJET)

N=34 séances d'entraînement=166 exercices



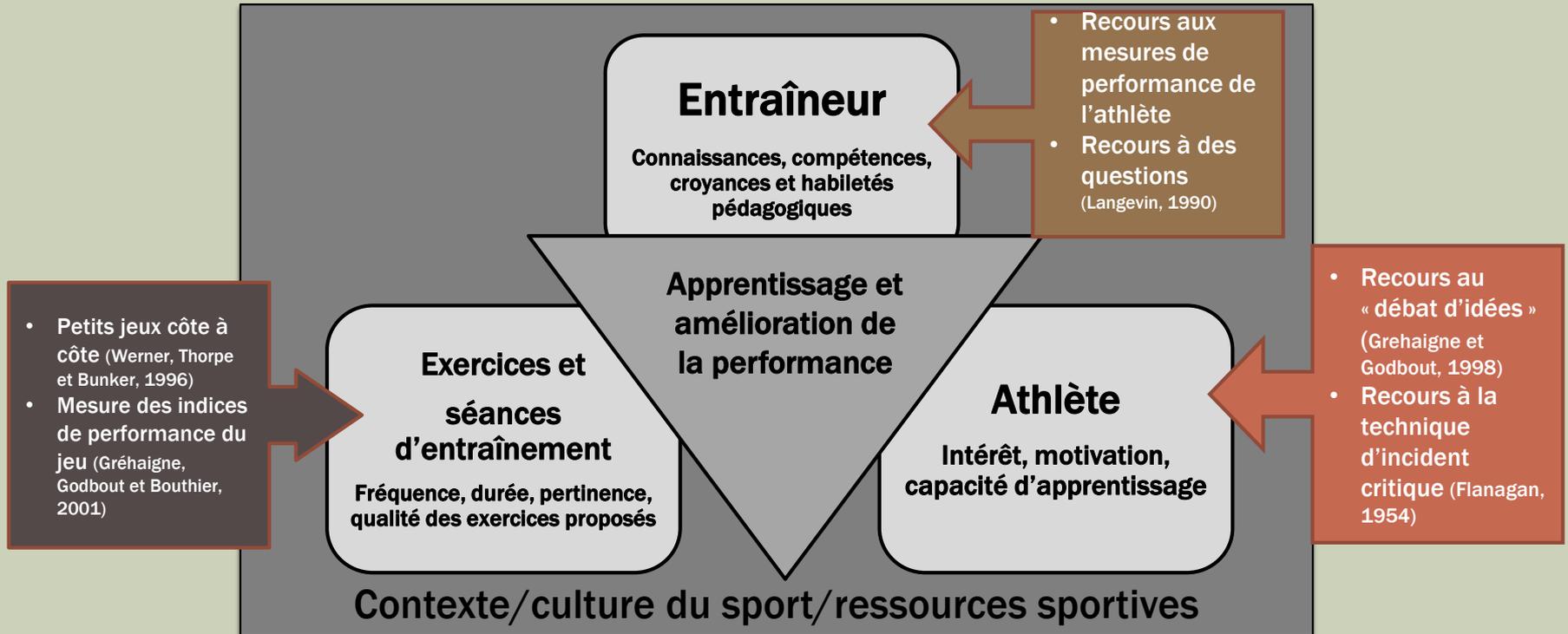
N=29 séances d'entraînement=255 exercices



PHASE 2 : MÉTHODE

- On a demandé à un entraîneur de hockey et à deux entraîneurs de soccer d'utiliser l'approche d'apprentissage du jeu par la compréhension pour la saison 2015-2016.
- On a observé les entraîneurs ou on leur a offert de la supervision cinq fois, soit toutes les trois ou quatre semaines. Les séances d'entraînement ont été filmées, puis regardées toutes les deux semaines.
- On a demandé aux entraîneurs d'utiliser des outils précis visant à améliorer la pensée réflexive de leurs athlètes.
- L'analyse de l'expérience individuelle des entraîneurs est toujours en cours.

PHASE 2 : PRINCIPAUX ÉLÉMENTS DE L'APPRENTISSAGE OU DE L'AMÉLIORATION D'HABILITÉS SPORTIVES ET DE LA PERFORMANCE, ET OUTILS UTILISÉS DANS L'APPROCHE D'APPRENTISSAGE DU JEU PAR LA COMPRÉHENSION



MERCI BEAUCOUP

Ce projet de recherche a été financé par le
Conseil de recherches en sciences humaines du
Canada et Sport Canada

