Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 55 (1998)

Heft: 5: J'aimerais aussi être performant!

Artikel: Gestion des déficits dans le domaine cognitif en tennis : du top spin à l'amortie

Autor: Meier, Marcel K.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-998788

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Gestion des déficits dans le domaine cognitif en tennis

Du top spin à l'amortie

Marcel K. Meier, chef de la branche sportive J+S Tennis, EFSM
Traduction: Nicole Buchser

On élargit le répertoire de jeu en exerçant des coups à effet. (Photo: Daniel Käsermann)

Il y a quelques mois, Toto s'était entretenu avec Catherine, sympathique monitrice de tennis qui lui avait expliqué comment, sur la base de la méthode G-A-G, elle appliquait concrètement le principe «rouge – jaune – vert». Aujourd'hui, notre jeune ami retrouve Catherine pour parler des déficits et de la correction des fautes en tennis.

Toto: *Salut Catherine! Content de te revoir. Ce qui m'intéresse aujourd'hui, c'est de savoir quels sont les déficits de tes élèves et comment tu t'y prends pour corriger leurs fautes, s'ils en font...*

Catherine: Ils en font, Toto, et c'est normal. En tennis aussi, les fautes font partie du jeu. Ta question est intéressante, car elle me permet d'aborder un aspect important de mon activité: la correction des fautes. Mais pour corriger, c'est-à-dire pour pouvoir donner des conseils utiles aux joueurs, il faut d'abord identifier leurs fautes. Je vais commencer, si tu le veux bien, par te parler de leurs déficits. Dans tous les entraînements que j'ai dirigés, j'ai remarqué que les enfants ont généralement tendance à vouloir jouer vite, fort et le plus plat possible. Ils aiment bien «flanquer des pêches», comme on dit en langage familier. Le deuxième déficit que j'ai observé, c'est qu'ils ont souvent une mauvaise perception du jeu et de la peine à s'adapter.

Toto: *Est-ce que tu t'en tiens toujours aux mêmes règles pour corriger? Et est-ce que tu appliques aussi la fameuse méthode qui consiste à observer, évaluer et conseiller?*

Corriger équivaut à observer, évaluer et conseiller.

Catherine: Oui, cette méthode est très utile. Concrètement, elle consiste dans un premier temps à observer attentivement les élèves. Ensuite, elle implique une évaluation, dans laquelle je tiens compte des différentes prédispositions des joueurs. En clair, cela signifie que j'essaie toujours de voir si la faute commise par les joueurs les empêche de progresser. Cette phase est, je dois le dire, très délicate. Est-il préférable de corriger ou de ne pas corriger, tel est le dilemme auquel je me trouve sans cesse confrontée. La dernière étape, celle qui consiste à conseiller les joueurs, se fait toujours sous forme de discussion. Il est essentiel que les joueurs soient convaincus du bien-fondé des corrections que je leur propose.

Toto: *Est-ce que ce n'est pas trop demander à tes élèves?*

Catherine: Au début, c'est vrai qu'ils étaient un peu désorientés. Mais avec le temps, ils ont appris à s'évaluer eux-mêmes. Ca s'est fait tout naturellement.

Bon, assez philosophé! Le moment est venu de passer à l'action. Si tu es d'accord, Toto, je vais te montrer comment je mets ces principes en pratique avec mes élèves. Mon groupe est composé, comme tu peux le voir, de deux garçons et de deux filles. Cela fait plusieurs mois que nous travaillons ensemble. Au fil des entraînements, ils ont progressivement élargi leur répertoire de jeu en exerçant des coups à effet, et plus précisément le top spin et le slice. Et, plus récemment, ils se sont mis aussi aux amorties.

Toto: *Comment ont-ils réagi lorsque tu leur as proposé de franchir ce nouveau pas?*

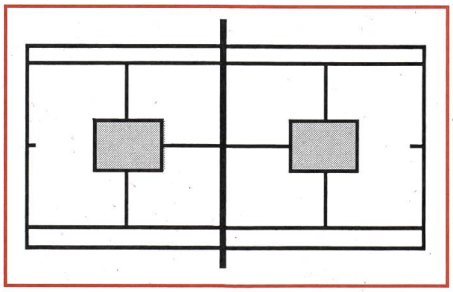
Catherine: Ils étaient ravis et, je dois dire qu'ils ont progressé très vite. Mais, comme j'ai pu le constater lors du dernier tournoi qu'ils ont disputé, ils ont tendance à jouer très uniformément malgré tous les nouveaux coups qu'ils ont appris. Tu verras toi-même quand ils joueront aux points.

Toto: *Je me réjouis de voir, en effet, ce que ça donne sur le terrain car j'ai de la peine à me rendre compte du résultat.*

Catherine: Dans la première partie de la leçon, qui se fait selon la méthode globale, je vais leur proposer de disputer un match de qualification dans les limites normales du terrain en leur donnant pour consigne de ne pas jouer dans cette zone, tu vois, celle qui est colorée en gris sur ce croquis. Chaque balle qui tombe dans cette zone comptera comme faute.

Toto: *Oh là là! C'est trop compliqué pour moi. Je ne vois pas du tout à quoi ça peut servir de jouer comme ça.*

Catherine: En fait, en jouant dans la zone grise, ils facilitent la tâche de leur adversaire. Ils lui donnent la possibilité de contrôler le jeu et c'est justement ce qu'il ne faut pas faire. Voilà pourquoi ils devraient éviter de jouer dans cette zone. Mais je te propose maintenant qu'on les regarde jouer.



Disputer un match, mais sans jouer dans la zone grise.

Après un quart d'heure environ, Toto fait ses premiers commentaires: *jamais je n'aurais pensé qu'ils allaient jouer aussi souvent dans cette zone. Il n'y a pas un point ni un échange qui est vraiment concluant.*

Catherine: Bien vu, Toto! J'en arrive à la même conclusion.

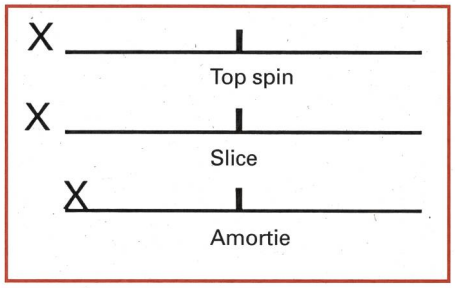
Toto: *Mais peux-tu m'expliquer pourquoi?*

Catherine: A mon avis, mes joueurs ne varient pas assez la trajectoire de leurs balles même s'ils utilisent les différents coups qu'ils ont appris. Ils jouent tout le temps selon le même schéma: leurs top spin sont trop courts et trop plats, tout comme leurs slices, et leurs amorties trop longues et trop plates.

Maintenant, je vais leur faire part de mes observations et voir ce qu'ils en pensent. C'est important qu'ils me donnent eux aussi leurs impressions. Il ont peut-être remarqué des détails qui m'ont échappés.

Toto: *Quels conseils vas-tu leur donner?*

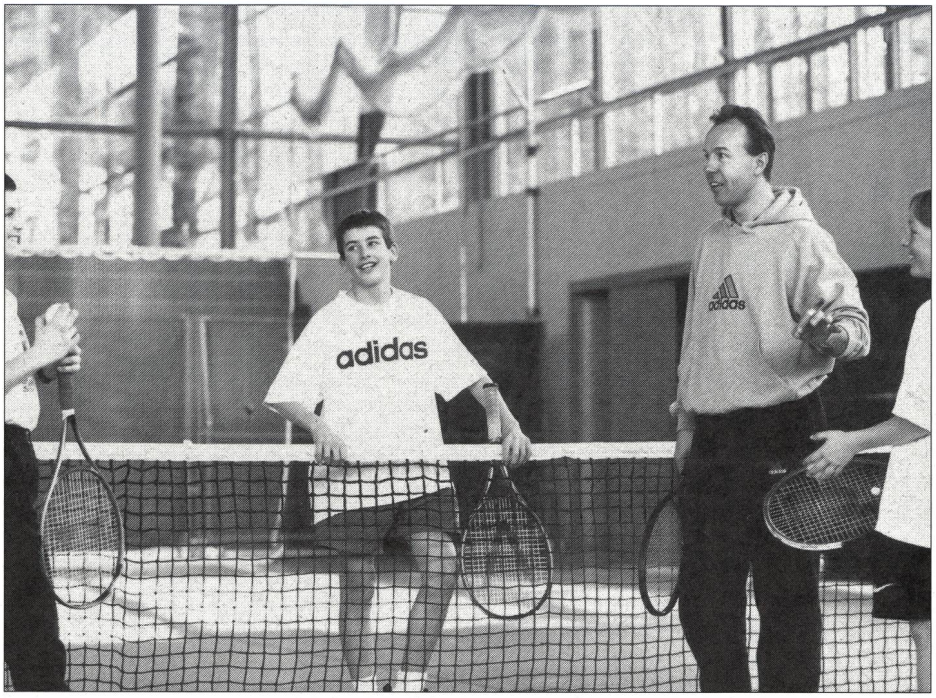
Catherine: Tu vois, j'ai préparé un croquis sur lequel les joueurs vont pouvoir dessiner la trajectoire de leurs balles.



Je vais leur demander à chacun de s'imaginer qu'ils sont dans une position X et, à partir de là, de dessiner la trajectoire de leur balle. Je comparerai la trajectoire dessinée avec la trajectoire idéale. Et puis, nous exercerons les différents cas de figure. Dans un premier temps, je vais leur donner pour tâche de jouer à deux sur la moitié du terrain. Un des partenaires distribuera les balles et l'autre s'entraînera. On va commencer par exercer le top spin, puis le slice et enfin l'amortie. Je vais bien évidemment varier les tâches que je leur proposerai.

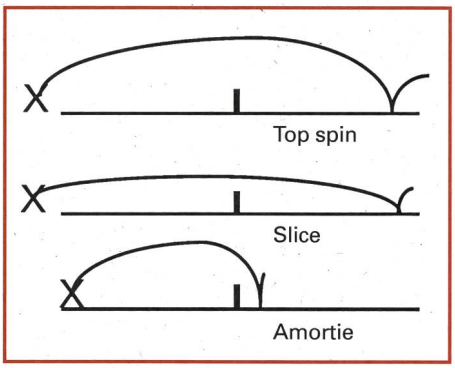
Toto: *Mais, pourquoi faut-il qu'un des partenaires distribue les balles?*

Catherine: Parce qu'il est important que l'autre puisse s'exercer dans les meilleures conditions possible. Si je laissais les deux joueurs s'exercer en même temps, les situations deviendraient trop irréalistes. Dans un deuxième temps, nous allons faire un entraînement en colonne. C'est moi qui vais distribuer les balles aux joueurs depuis la ligne de fond et ils devront me les renvoyer selon les consignes que je leur aurai données. Cet exercice doit leur permettre d'améliorer les trajectoires propres aux différents coups exercés, car je suis sûre qu'ils se font une idée erronée de ces trajectoires. C'est une façon d'apprendre à décider quel coup on va jouer dans telle ou telle situation.



Bravo! Vous avez bien joué! (Photo: Urs Siegwart)

Toto: *Cette fois, j'ai compris. Mais pour en être tout à fait sûr, je vais essayer de dessiner les trajectoires idéales dont tu parles.*



Toto: *Dans cette partie analytique de la leçon, est-ce que tu donnes des explications à tes élèves?*

Catherine: Oui, je leur donne certaines indications, de préférence imagées, qui leur permettent de mieux visualiser les différentes trajectoires. Par exemple, pour le top spin: de bas en haut; pour le slice: laisser planer la balle; pour l'amortie: stopper la balle.

Après cette série d'exercices, nous allons à nouveau jouer aux points et je suis curieuse de voir si mes conseils auront porté leurs fruits.

Toto: *Est-ce que tu vas réutiliser la consigne de la zone interdite?*

Catherine: Dans un premier temps oui et, ensuite, ils pourront jouer sur toute la surface du terrain.

Toto: *J'ai l'impression que ça va nettement mieux. Le jeu est plus varié et plus intéressant.*

Catherine: Oui, je suis très contente de mes élèves. Comme toi, je trouve qu'ils jouent de façon beaucoup plus variée. Apprendre à jouer demande du temps, mais c'est un processus passionnant. Ça m'a fait plaisir que tu assistes à mon entraînement et j'espère bientôt te revoir parmi nous. Disons l'année prochaine... ■