

FORMATION FRANCAISE

12-16 ANS

-L'ENFANT N'EST PAS UN ADULTE EN MINIATURE.

-L'ADOLESCENT PRESENTE DES SPECIFICITES DUES à
SON AGE.

-

ARCHITECTURE DES FORMATIONS

Les contenus de formation en 1999

Public concerné	Public - de 12 ans	Public – de 16 ans.	Adultes
Niveau D'encadrement			
Débutant	<i>Animateur</i>	<i>Animateur / Jeunes</i>	<i>Animateur / Adultes</i>
Niveau 1	Tronc	commun	de 60H
Niveau 2	Spécifique 60H	Spécifique 60H	Spécifique 60H
Confirmé	<i>Éducateur</i>	<i>Éducateur Jeunes</i>	<i>Entraîneur</i>
Niveau 3	Tronc	commun	de 120H
Niveau 4	Spécifique 120H	Spécifique 120H	Spécifique 120H
Expert	<i>Formateur</i>	<i>Formateur Jeunes</i>	<i>Entraîneur niveau national</i>
Niveau 5	Tronc	commun	de 20H
Niveau 6	Spécifique 140H	Spécifique 140H	Spécifique 140H

SPECIFICITES SELON LES AGES

- 10-13 ANS: ENFANCE

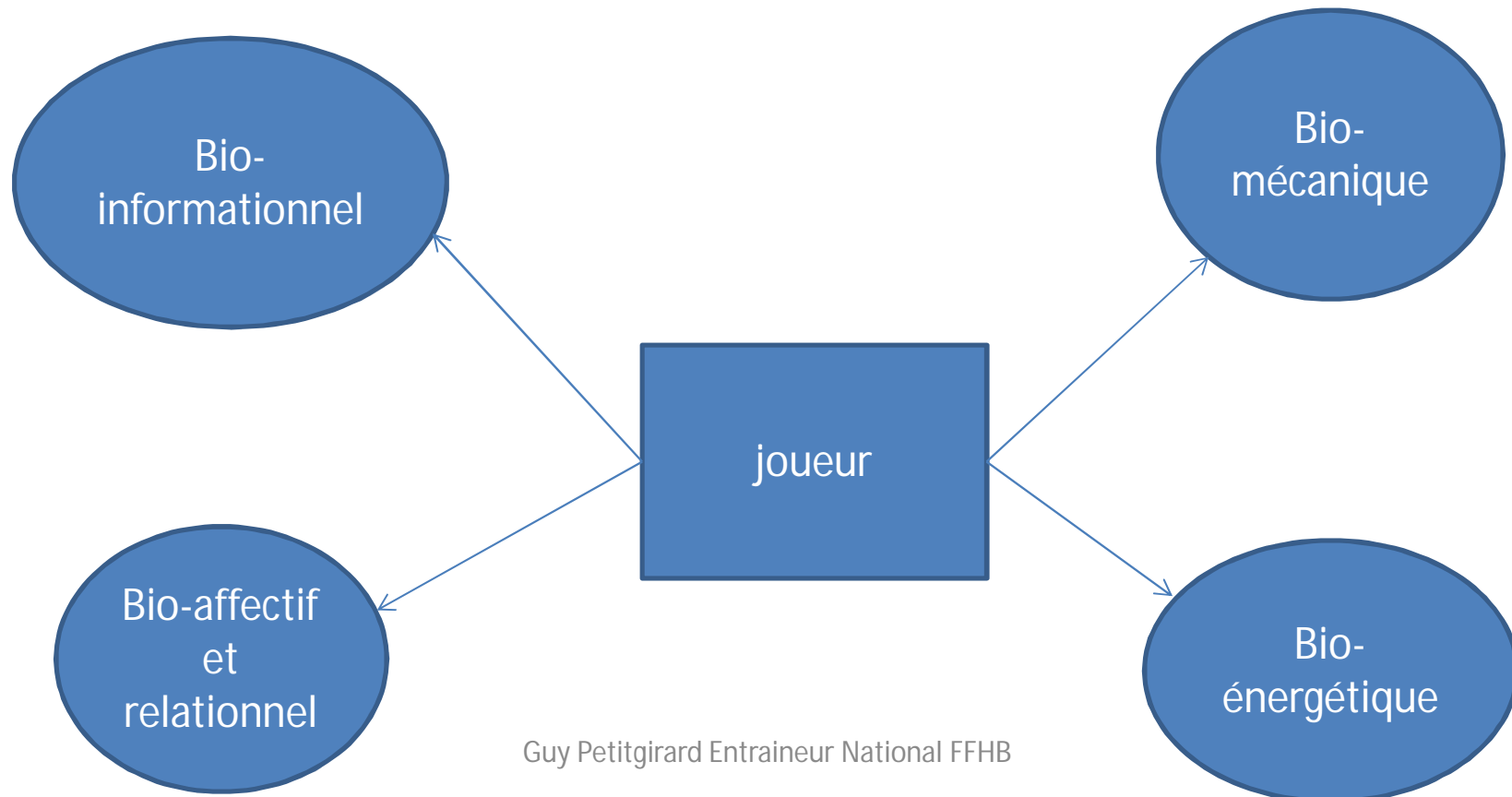
Remarque: l'âge biologique est variable selon l'individu.

- 13-16 ANS: ADOLESCENCE

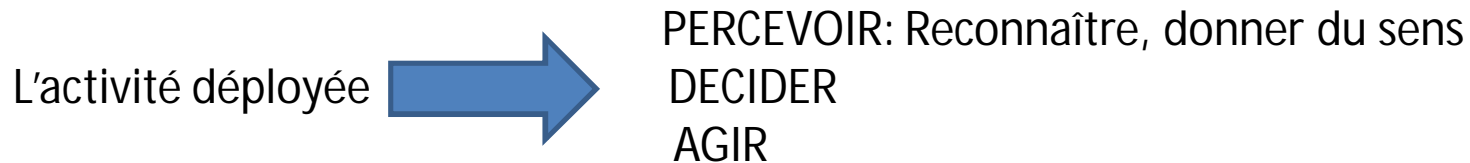
Remarque: l'entrée dans l'adolescence peut se faire à 13 ans, 14 ans, 15 ans suivant les individus. Les filles sont souvent plus précoces.

SPECIFICITES DES 12-13 ANS

- La conduite du joueur est influencée par 4 ressources:



À 12 ANS AU PLAN BIO-INFORMATIONNEL



- **IL A:**

*Une activité perceptive valorisant certaines informations (la balle par exemple) et perturbant la prise en compte d'autres indices.

- **IL DEVRAIT POUVOIR:**

*Sélectionner et mettre en relation des indices portant par exemple sur l'évolution d'un duel, le déplacement d'un gardien par rapport à la cible, la situation actuelle du couloir de jeu direct.

Ces indices lui permettront:

- De « choisir » pour décider
- De changer rapidement de statut
- D' améliorer la progression du ballon ou la reconquête de balle
- D' améliorer le nombre de buts marqués.

À 12 ANS AU PLAN BIO-MECANIQUE

LES BESOINS:

*En Motricité générale: équilibre, dextérité, latéralité, dissociation des ceintures, structuration de l'espace

*En Motricité spécifique: enchaînement d'actions spécifiques au handball (courir-attribuer, recevoir-dribbler, dribbler-tirer).

IL A:

- Des problèmes d'équilibre dans ses déplacements, ses sauts.
- Une motricité globale peu affinée, des dissociations segmentaires non réalisées.
- Des difficultés à se situer dans l'espace.

IL DEVRAIT POUVOIR:

- Jouer en enchaînant des actions du type: recevoir-passer, passer-se déplacer, tirer-défendre, défendre-intercepter.
- S'équilibrer dans ses déplacements, ses sauts.
- Tirer pour « tromper » le gardien de près ou de loin.

À 12 ANS AU PLAN BIO-ENERGETIQUE

CETTE RESSOURCE EST LIEE à:

- L'âge, la morphologie, aux qualités physiques (vitesse, force, détente, souplesse).
- La maturation physiologique.

IL A:

- Des difficultés à maintenir un effort soutenu, il s'essouffle vite.
- Une récupération rapide.

IL DEVRAIT POUVOIR:

- Développer ses capacités aérobies.
- Utiliser du temps pour « la lecture du jeu ».

À 12 ANS AU PLAN BIO-AFFECTIF ET RELATIONNEL

CETTE RESSOURCE EST LIEE à:

- La motivation, la volonté, le courage, la maîtrise émotionnelle, le respect du partenaire, de l'adversaire, les relations entre lui et les autres, les relations avec le manager, les relations avec l'arbitre, son caractère, sa personnalité.

IL EST:

- Capable de participer au groupe, capable de se surpasser.
- Il adore le jeu, mais il a besoin de confiance, de réussite.

IL DEVRAIT POUVOIR:

- S'associer à un projet d'équipe.
- Jouer et se jouer de....
- Accepter l'échec et le dépasser.

CONCLUSIONS: A 10-12 ANS

- Les jeunes joueurs ne sont pas vraiment confrontés aux perturbations morphologiques et psycho-affectives de la période pubertaire.
- Ils disposent d'une grande plasticité au plan perceptif et créatif.
- Ils font preuve d'un grand enthousiasme pour les apprentissages débouchant sur des pouvoirs nouveaux pour eux.
- Une **place prépondérante** mais **non exclusive** doit être consentie au développement des capacités perceptives et décisionnelles (activité tactique).

Entre 13 et 16 ans au plan BIO-INFORMATIONNEL

L'activité déployée: VOIR: reconnaître
DECIDER
AGIR

IL A:

- Des difficultés de prise d'information dans les situations d'espace restreints à forte densité de joueurs.
- IL DEVRAIT:
- Pouvoir progresser vers une activité prédictive dans les situations de jeu.
- Etre capable de prélever des indices pertinents qui vont lui permettre d'organiser ses actions.

Entre 13 et 16 ans au plan BIO-MECANIQUE

Les Besoins: les besoins de courir sont importants, mais les modifications corporelles et la maturation progressive du système énergétique (système cardio-pulmonaire, digestif, hormonal.....) sont à prendre en compte.

IL A:

- Des transformations morphologiques importantes.
- Une modification du schéma corporel.
- Une motricité perturbée par ses transformations dues à l'adolescence.
- Une dissociation des ceintures peu développée.

IL DEVRAIT POUVOIR:

*En motricité générale:

- Améliorer ses habiletés.
- Gagner en aisance corporelle.

*En motricité spécifique:

- Acquérir de nouveaux savoirs faire moteurs propres à l'activité qui lui donneront plus de pouvoir d'action.
- Utiliser des actions motrices (tirer, déborder....) dans des « espaces-temps » plus restreints.

ENTRE 13 et 16 ans au plan BIO-ENERGETIQUE

IL A:

- Des difficultés de gainage
- Un système cardio vasculaire sous développé eut égard à son développement rapide au niveau morphologique (grosse carrosserie, petit moteur!)

IL DEVRAIT POUVOIR:

Entre 13 et 16 ans au plan BIO-AFFECTIF ET RELATIONNEL

Etude Guillet-Sarrasin:

IL A:

- Une volonté de gagner (buts de compétitions)
- Une envie d'affrontement plus que de coopération.
- Des difficultés à coopérer.
- Des difficultés à s'identifier à un groupe.
- Des difficultés à faire des choix (projet scolaire....)

ELLE A:

- Une volonté de coopérer plus que de rechercher l'affrontement.
- Une envie d'appartenir à un groupe, d'avoir des relations amicales.
- Une recherche du plaisir au travers de la pratique.

BIO-AFFECTIF ET RELATIONNEL

ILS DEVRAIENT POUVOIR:

- Éprouver du plaisir par le jeu.
- Trouver leur place dans un projet collectif.
- Coopérer et entrer en relation avec des partenaires.
- Pouvoir s'affirmer comme leader dans certaines tâches.
- Développer leur combativité.
- S'affirmer dans la pratique sportive.
- Commencer à envisager un projet sportif.