

# La Lettre

## DU CLUB FÉDÉRAL DES ENSEIGNANTS PROFESSIONNELS

N° 62  
15 JANVIER  
2010

### ÉDITORIAL

BIENVENUE À LA NOUVELLE  
COORDINATRICE DE LA RÉDACTION  
DE LA LETTRE DU CLUB FÉDÉRAL

Florence GUÉDY, numéro 3 française en 1977, 60<sup>e</sup> mondiale en 1976, ancienne joueuse de Fed Cup, est également licenciée d'anglo-américain. Titulaire du BE2, elle fut enseignante professionnelle pendant 10 ans et notamment directrice administrative et technique du TCM Le Perreux, dans le Val-de-Marne.

Membre du Comité Directeur de la FFT pendant 8 ans, elle fut

Directrice Adjointe en charge des Relations fédérales. Aujourd'hui, membre de la DTN, elle y assure parmi ces

nouvelles fonctions, des missions de communication. À ce titre, Florence est la nouvelle coordinatrice de la rédaction de *La lettre du Club fédéral*, en collaboration avec Marc Renoult. Ses compétences journalistiques, techniques et pédagogiques nous seront très utiles.

Je m'associe à l'ensemble des membres de la DTN pour vous souhaiter une excellente année 2010. Qu'elle soit pour vous et votre famille source de bonheur, de santé et de réussite.

**Patrice Hagelauer**  
Directeur Technique National



### L'enseignant dans le Club

## L'IMPORTANCE DE L'ENSEIGNANT RÉFÉRENT DANS LA FORMATION DU JOUEUR

PAR ODILE DE ROUBIN, CORESPONSABLE DU PROGRAMME AVENIR NATIONAL, DÉPARTEMENT "TENNIS RÉGIONAL"

***Nul doute que la qualité de la relation entraîneur/entraîné joue un rôle crucial dans la formation du joueur, nous en avons de multiples exemples, tant dans la réussite du sportif que dans son épanouissement personnel. Cette relation entraîneur/entraîné peut prendre ses racines à partir de la notion d'enseignant référent.***

Aujourd'hui, dans le cadre du parcours d'excellence vers le haut niveau, cette notion d'enseignant référent s'avère primordiale, au cœur du dispositif mis en place autour du jeune joueur : il s'agit de coordonner le parcours et le suivi global du jeune joueur, dès lors qu'il y a individualisation de son entraînement. Le plus souvent et notamment dans les premières années de formation, ce rôle revient à l'enseignant de club, lui qui a été à l'origine de la détection, qui a donné les premières bases et qui connaît le mieux le joueur.

### LES MISSIONS DE L'ENTRAÎNEUR RÉFÉRENT

"Repère", "Pilote du projet", "Fil conducteur", tels sont les termes proposés le plus souvent par les enseignants concernés pour définir l'enseignant référent. Termes qui évoquent parfaitement son rôle central et indispensable, au milieu et vis-à-vis des différents intervenants et des différentes structures concernées.

**Repère** pour le joueur : on sait l'importance de la relation humaine et affective avec l'enseignant dans la motivation et l'évolution du jeune joueur. Confiance, respect, échange, sont des pré-requis nécessaires au développement du joueur et à l'optimisation de ses performances. Repère également pour les parents dont il est l'interlocuteur privilégié et avec lesquels il lui faut instaurer une relation fondée sur la confiance et le dialogue. Cette relation est à formaliser au travers de réunions périodiques permettant de faire le point et d'échanger informations et explications. L'instauration de telles réunions permet d'anticiper et d'éviter beaucoup de problèmes grâce au cadre qui y sera défini et qui permettra à chacun de connaître son champ d'actions.

**Pilote du projet** dont il coordonne la mise en œuvre en mettant en place des stratégies de fonctionnement pouvant concerner les éléments suivants.

- La programmation hebdomadaire et annuelle : la répartition et le volume des entraînements, les temps de récupération, la programmation des compétitions ainsi que leur encadrement. Ce dernier point doit absolument faire l'objet d'une réunion de début de saison avec les parents qui sont particulièrement concernés et qui doivent s'organiser suffisamment tôt pour les inscriptions, les déplacements éventuels et les vacances.
- La coordination avec le préparateur physique, s'il s'agit d'un intervenant différent.
- L'évolution technique du joueur : c'est l'enseignant référent qui entraîne individuellement le joueur, c'est à lui de définir les objectifs et priorités de travail, et d'obtenir l'adhésion du joueur. Il est donc important qu'il prenne l'avis d'autres entraîneurs compétents et notamment d'un ou de plusieurs membres de l'Équipe Technique Régionale qui seront alors des "personnes ressource".

- Le suivi en compétition : c'est, en général, la tâche la plus difficile à assumer dans la mesure où l'enseignant référent ne peut pas toujours se libérer pour suivre le joueur sur des compétitions nécessitant plusieurs jours d'absence de son club. Dans ce cas, il est indispensable de prévoir à l'avance et en accord avec son président de club les tournois sur lesquels l'enseignant pourra suivre le joueur en donnant la priorité aux tournois interrégionaux ou nationaux de la catégorie d'âge.
- La communication avec les structures environnantes, passant par une formalisation du dossier administratif de suivi auprès du comité, de la ligue et de la DTN.

**Fil conducteur**, notion impliquant la durée : l'enseignant référent doit inscrire l'évolution de son élève dans une vision à long terme. Compte tenu de l'investissement nécessaire, l'enseignant pourrait être tenté de s'approprier "son" joueur, il lui faut donc être particulièrement attentif à maintenir à la fois le lien et la distance nécessaire pour préserver l'espace personnel du joueur et favoriser son autonomie. Il doit écouter les autres, ne jamais enfermer son élève dans une seule direction, le sensibiliser à d'autres points de vue, le faire réfléchir, le guider dans la recherche de sa voie.

**Pour mener à bien cette charge, il est fondamental que l'entraîneur ait l'ouverture d'esprit pour chercher en permanence à s'améliorer dans tous les domaines qui touchent à son activité et qui lui permettront de faire progresser son élève.**

### LA TRANSITION

Au fur et à mesure de ses progrès, la charge grandissante représentée par cette mission (volume d'entraînement, suivi en compétition, élaboration du projet personnel, relations avec l'entourage...) sera dans la plupart des cas, à plus ou moins long terme, déléguée à :

- un entraîneur de l'équipe technique régionale,
- un entraîneur d'un pôle France.

Il s'agira alors de préparer la transition dans les meilleures conditions.

L'enseignant référent peut parfois ressentir une contradiction, voire une frustration lors d'un éventuel changement de structure proposé dans le cadre du parcours d'excellence. Préparer sereinement le joueur et ses parents à une intégration en Pôle France est une mission importante de l'enseignant référent et doit lui permettre de trouver son compte dans la satisfaction d'avoir amené le joueur à franchir une nouvelle étape dans l'accomplissement de son projet.

Ensuite, il se tiendra à disposition du nouvel entraîneur référent pour lui faire gagner du temps dans la connaissance de son jeu mais aussi de sa personnalité et de son caractère. Si la transition se passe dans de bonnes conditions, il restera alors naturellement personne ressource de la cellule.



## ► LE CAS OÙ DEUX ENTRAÎNEURS SE PARTAGENT LE "MANAGEMENT"

Nous ne parlerons pas ici du cas particulier des Pôles France, dans lesquels 2 (ou 3) entraîneurs se partagent 4 à 6 joueurs. Ces groupes s'entraînent au même endroit, communiquent et vivent ensemble, la coordination ne présente alors aucune difficulté et ce management peut, dans ce cas, avoir d'énormes avantages.

Fréquemment, notamment dans les petites catégories ou lorsque l'éloignement, la difficulté à se rendre disponible pour l'accompagnement en tournoi et le manque de moyens peuvent obliger deux structures (club et comité départemental ou ligue) et deux entraîneurs à se partager la responsabilité des progrès d'un élève.

Il est alors indispensable de trouver la meilleure façon de fonctionner, ensemble, pour que cette double intervention soit une richesse et une complémentarité et non, comme c'est parfois le cas, un frein à l'évolution technique du joueur ou une source de conflit.

L'expérience nous montre que ce n'est pas le plus facile. Quelques outils peuvent néanmoins être utilisés pour garantir le succès :

- Réunion de début de saison et de chaque début de cycle pour établir clairement les objectifs et la programmation pour la période à venir.
- Contact téléphonique à chaque événement important (pour relater un comportement, un élément technique acquis ou non acquis, une discussion importante, etc.).
- Bilan oral ou écrit après chaque match de compétition observé.
- Cahier de correspondance pouvant contenir, par exemple, une fiche d'objectif (avant chaque compétition), une fiche d'analyse de match remplie par l'entraîneur présent, une fiche d'évaluation de séance (très appréciée par les élèves, elle rend compte de son investissement et des résultats obtenus).
- Utilisation de la vidéo.

Le plus important sera probablement d'établir une relation de confiance entre les deux entraîneurs, chacun devant travailler en équipe dans l'intérêt du joueur, en veillant à ce que ce dernier reste bien au centre du projet sportif et non au centre de conflits d'intérêt.

Entraîneur	Enfants du programme avenir national		
	10 ans	11 ans	12 ans
1 entraîneur référent	60 %	92,3 %	100 %
venant de l'ETR	22,5 %	59 %	72,2 %
venant du club	37,5 %	33,3 %	27,8 %
2 entraîneurs	40 %	7,7 %	0

## CONCLUSION

L'étude effectuée auprès des enfants du Programme Avenir National montre bien la tendance actuelle :

- À 10 ans, 40 % des enfants sont « gérés » par deux entraîneurs, 60 % par un entraîneur référent venant majoritairement du club.

- À 11 ans, la notion d'un enseignant référent est renforcée et c'est le plus souvent l'ETR qui prend le relais.
- À 12 ans, cette notion est encore plus évidente. À noter que 40 % des entraîneurs de club référents sont des parents enseignants professionnels.

Plus l'enfant grandit, plus la nécessité d'un entraîneur référent s'impose !

## LE TÉMOIGNAGE DE DEUX ENTRAÎNEURS RÉFÉRENTS



■ David BARRE, entraîneur référent de Manon Sauvage, née en 1999, classée à 15/3, TC Guéret (Limousin).

« Ce nouveau "statut" mis en place par la Direction Technique Nationale a de nombreux avantages :

Une collaboration étroite avec la DTN concernant le suivi (technique, physique...) de la joueuse. Les objectifs de travail ont ainsi été fixés en début de saison durant le rassemblement à Roland Garros (coordonné par Odile De Roubin et Laurent De Pasquale).

La participation, très instructive, au stage de pré-saison, qui nous permet d'échanger avis et points de vue avec les autres entraîneurs et les cadres fédéraux en charge de ces jeunes joueuses.

Un accompagnement plus important sur les compétitions de niveau national voire international : "Les Enfants de la Terre" ; le "TCBB" ; le "Top 10-12" de Bressuire. Ce suivi me permet d'être beaucoup plus réactif concernant le travail à effectuer après l'analyse et le bilan de l'épreuve.

Enfin, le sentiment d'une certaine valorisation du travail effectué, en étant un interlocuteur privilégié de la DTN et de la FFT. »



■ Diego OCÁMPO, CSD et entraîneur référent de Lori Meresse.

« N'étant pas le seul intervenant, l'enseignant référent doit se donner comme objectif de créer une dynamique positive et orientée vers un objectif commun pour l'ensemble de la structure. Le joueur doit rester prioritaire et les actions orientées de la façon la plus pertinente.

L'entraîneur va l'aider à réaliser son rêve, le guider et l'aider à construire son tennis en s'appuyant sur toutes les expériences à vivre.

Ses domaines d'actions sont la formation, la programmation, la relation entre les enseignants/entraîneurs et notamment avec le préparateur physique, la communication avec les dirigeants des clubs et la relation avec les parents.

Les méthodes peuvent parfois être différentes mais l'essentiel est de "parler d'une même voix".

En conclusion, le rôle d'enseignant référent se résume par ces mots : Collaboration / Coopération / Échange / Confiance / Passion. »

## Technique & pédagogie

## S'ENTRAÎNER AUSSI AVEC DES JOUEURS MOINS FORTS

PAR MARC RENOUULT, RESPONSABLE DU CLUB FÉDÉRAL DES ENSEIGNANTS PROFESSIONNELS



Un discours très fréquent consiste à dire qu'on progresse plus vite quand on joue avec des joueurs plus forts que soi. Cette affirmation très discutable ne peut être prise comme une vérité. Passer du temps à s'entraîner contre plus fort que soi présente un intérêt évident, mais il est tout aussi important de jouer avec des partenaires d'un niveau inférieur. En voici les principales raisons :

### PRENDRE CONFIANCE

Un joueur qui perd tout le temps à l'entraînement ne peut pas être performant en match. Mais au-delà du match d'entraînement, indispensable en phase de préparation, il est également important d'avoir de la réussite dans les exercices proposés par l'entraîneur. La plupart du temps, cette réussite ne peut pas être amenée artificiellement par un joueur ou un entraîneur ralentissant le jeu ou jouant plus court consciemment sous peine de dénaturer le jeu et de tromper le joueur qui, la plupart du temps, n'est pas dupe. La confiance et la réussite se construisent sur des résultats solides, dans les conditions de la compétition.

### TRAVAILLER TECHNIQUE ET TACTIQUE

Avec des joueurs moins forts, on peut se risquer à des stratégies plus offensives, car on ne subit pas (ou moins) la pression de l'adversaire. C'est dans ce genre de situation qu'on peut expérimenter des techniques nouvelles (effets au service, coups de défense coupés, revers long de ligne, etc.) ou des schémas de jeu inhabituels (service extérieur suivi de coup droit de décalage, passing en 2 temps, montée à contre-temps, etc.) ou encore des coups qui fonctionnent moins bien ou sur lesquels on se sent moins bien.

### S'HABITUER À GAGNER

Les victoires amènent les victoires. Les joueurs en perte de confiance sur le grand circuit reviennent aux Challengers pour engranger des victoires. L'exemple de Tiemo De Bakker, le hollandais qui a gagné 17 matches de suite en challenger avant de battre Gaël Monfils, sa meilleure performance, en Coupe Davis, est éloquent. Le raisonnement pour la compétition est valable pour l'entraînement. On gagne en confiance contre des joueurs moins forts pour se mesurer ensuite à des joueurs plus forts.

### COMMENT GÉRER L'ENTRAÎNEMENT AVEC DES JOUEURS PLUS FORTS ?

Il n'est pas inutile, bien entendu, de s'entraîner avec des joueurs plus forts. Il faut néanmoins y être préparé. D'abord ne pas se laisser impressionner, jouer son jeu sans chercher à "surjouer", sans prendre de risques inconsidérés. Ensuite, tenter de trouver des solutions tactiques pour compenser les différences. Enfin, regarder et prendre exemple afin de tirer bénéfice éventuel de la "leçon".



### L'AVIS DE...

■ Emmanuel Planque, entraîneur national

Premier avantage non négligeable, s'entraîner avec un joueur moins fort, c'est la quasi certitude d'avoir un partenaire d'entraînement totalement impliqué et concerné, condition essentielle pour faire une bonne séance.

Autre avantage, le joueur moins fort "se cale" souvent au niveau de son partenaire du jour ce qui a pour effet de réduire les écarts surtout lors de situations fermées (gammes, etc.). Dans les situations ouvertes (points, matches par exemple), le joueur le plus fort va devoir « monter » sa supériorité et c'est souvent sur les 2 premiers coups de l'échange que les écarts se font. Par conséquent, il existe un intérêt indéniable pour le travail du service et du retour.

Dans le cadre de mon travail, je propose souvent aux joueurs dont j'ai la responsabilité, des matches de fin de semaine d'entraînement contre des adversaires moins forts. La fatigue accumulée durant la semaine va constituer "une gêne" que le joueur va devoir contourner pour continuer à être efficace et ne jamais tomber dans la frustration de se voir éventuellement accroché par un adversaire plus faible. J'y vois une bonne occasion pour travailler certaines qualités mentales (humilité, rigueur, application).

## STÉPHANE SAVE ET BRUNO FARRUCH

**Stéphane et Bruno sont enseignants professionnels, BE1, à Nevers. Respectivement âgés de 37 et 40 ans, ils exercent dans leur club (l'ASPTT pour Stéphane et le USON pour Bruno) depuis plus de 15 ans, ont tous les deux le statut de travailleur indépendant et en sont plutôt satisfaits. Ils nous expliquent pourquoi...**

**Club fédéral : Comment vous êtes-vous retrouvé enseignant professionnel à Nevers ?**

**Stéphane Save :** Je suis né à Nevers. J'ai fait des études en biologie mais, pas passionné, j'ai passé le monitorat en 94 pour bosser un peu l'été. Après la licence, je suis ensuite parti à l'armée, j'ai réfléchi et, à mon retour, en 98, l'opportunité s'est présentée, je suis devenu le moniteur du club.

**Bruno Farruch :** Je suis originaire de Paris. J'ai ensuite fait la plus grande partie de ma scolarité à Dijon et dans les environs. Comme je suis arrivé dans les premiers de ma promotion du monitorat, en 91, le CTR de Bourgogne m'a alors parlé de l'offre d'emploi proposée par le club, j'y ai répondu et j'y suis toujours. Je n'avais aucune attache à Nevers mais j'y ai fait ma vie et y ai rencontré mon épouse.

CLUB	INSTALLATIONS	LICENCES	COTISATIONS	STRUCTURE JURIDIQUE	AUTRES ENSEIGNANTS
ASPTT (Stéphane)	2 courts couverts + 1 court réduit 4 courts extérieurs, tous en dur	327 en 2009	70 à 160 €	Section d'association / terrain appartenant à la ville	1 pro 7h/s et 4 initiateurs bénévoles
USON (Bruno)	2 Courts couverts en TB (Bulle démontable) 4 courts extérieurs 2 en TB et 2 en dur (+2 l'été)	271 en 2009		Association propriétaire des installations et du terrain	2 pro à 10h/s

**CF : Quelles sont les conditions de votre contrat de coopération libérale ?**

**Stéphane :** Je suis entièrement rémunéré par mes élèves et je reverse au club une location de court.

**Bruno :** Je suis également rémunéré par mes élèves, tous les trimestres, sauf pour l'entraînement des équipes, le mini-tennis et le handisport (environ 4 par semaine) pour lesquels je facture une prestation au club. Je paie également une location de court, symbolique.

**CF : Quelles missions remplissez-vous dans le club ?**

**Stéphane :** Elles ne sont pas définies contractuellement, donc je remplis les fonctions que je m'attribue car je n'ai aucun compte à rendre au club, ni sur le plan des horaires, ni sur celui des résultats. Mon rôle est de remplir la demande de cours formulée par les adhérents et de leur donner satisfaction. Bien qu'indépendant, j'ai fait le stage de Direction Sportive en 2008. Sur les 40 missions du DS proposées lors de ce stage, j'en assurais 70 %. Disons que je suis un enseignant généraliste qui assure toutes les missions hors terrain liées à l'organisation de mon enseignement libéral (donc aussi de l'école de tennis) et au statut d'entraîneur d'un « club formateur ». D'autant plus que nous n'avons pas de secrétariat.

**Bruno :** J'assure toutes les missions de terrain, du mini-tennis à l'entraînement des équipes premières en passant par le handisport.

**CF : Quel est le nombre d'adhérents du club qui prennent au moins 1 heure de leçon par semaine ?**

**Stéphane :** J'ai 90 élèves sur les 327 adhérents. C'est à la fois beaucoup et peu. J'en ai

eu davantage mais le fait que j'ai quelques jeunes compétiteurs suivis par le comité, la ligue ou la DTN a fait réduire ce nombre. Il y a là un équilibre à trouver pour ne mettre en péril ni ma rémunération, ni le développement du club.

**Bruno :** Environ 120 sur 270. C'est un chiffre important et je me dois donc de satisfaire tous ces adhérents. Le secteur adultes loisir est en nette évolution dans mon club.

**CF : Votre statut est-il un choix personnel, du club ou des deux ? Convient-il aux deux parties ?**

**Stéphane :** Je me souviens avoir débuté avec un contrat emploi-jeune pour devenir indépendant au bout de 3 ans. Ce statut me convient et satisfait également le club. J'y vois plusieurs avantages : une grande liberté

de mouvement dans l'emploi du temps, la façon de fonctionner, les rapports avec les dirigeants. Je suis dans une démarche d'entreprise individuelle et c'est la raison pour laquelle j'ai pu contribuer (peut-être) autant à développer le club (progression de 163 à 327 adhérents). Je suis mon propre patron. L'inconvénient principal est l'obligation de rester sur le terrain pour être rémunéré et d'être bénévole pour tout le travail hors terrain, accompagnement en compétition, suivi des initiateurs, organisation, réunion avec les parents... Autre inconvénient, la constitution plus délicate d'une retraite convenable.

Outre l'avantage de ne pas payer de charges salariales, le club bénéficie du fait que l'enseignant est tout le temps « à fond » car il est directement impliqué dans le développement du club (si le nombre d'adhérents est en baisse, c'est son nombre d'heures de travail qui diminue). *A contrario*, le rapport à l'argent de l'enseignant est plus important et ne l'incite pas à organiser le club en dehors du terrain. Même si je préconise l'organisation d'animations, je n'y participe pas. Elles sont à la charge des bénévoles ou de l'autre moniteur. Autre inconvénient pour le club, il n'est pas toujours évident pour l'enseignant professionnel indépendant de coller à sa politique sportive. En effet, même si je souhaite suivre les progrès des meilleurs jeunes du club, je ne peux pas me permettre de les accompagner en tournoi et de les entraîner davantage au détriment d'autres adhérents car pour ma sécurité, mon nombre global d'élèves ne peut pas descendre en dessous d'un certain seuil.

**Bruno :** En fait, je suis soumis au bon vouloir de mes dirigeants. Depuis 20 ans, j'ai plutôt exercé en tant que libéral. La seule fois où j'ai été salarié, c'était pour des missions d'encadrement hors terrain qu'avait précé-



nisées le Président d'alors. Le statut libéral me convient parfaitement car je reste maître de mes horaires, le club me laissant un terrain à disposition sur lequel je suis prioritaire par rapport aux adhérents (bien entendu, lors des manifestations exceptionnelles, comme les matches par équipes par exemple, je libère le terrain). Je suis donc autonome et je gère l'école de tennis comme je l'entends. En revanche, je rends quelques services au club. Par exemple, je m'occupe du montage et du démontage de la bulle. Je fais moi-même, tous les ans, la réfection du court en terre battue qui m'est alloué, deux autres courts étant faits par la Mairie, le dernier par un autre adhérent, bénévolement. Je vais également m'occuper de l'organisation du tournoi des jeunes. Autrement dit, je suis obligé de suivre les desiderata de mes dirigeants et de m'y adapter. Ceux-ci ont changé plusieurs fois en 17 ans mais je pense que c'est un phénomène logique qui va perdurer.

**CF : Dans le cadre du centre d'entraînement, dans la mesure où tu prends les enfants sur plusieurs séances supplémentaires, qui paie le supplément ?**

**Stéphane :** Le club, qui a une politique sportive marquée, donne une bourse aux familles. Pour les meilleurs, le comité ou la ligue participe également.

**CF : Bien entendu, tu prends une assurance individuelle ?**

**Stéphane :** Bien entendu, j'ai une assurance en responsabilité civile professionnelle et une assurance me couvrant en cas d'arrêt temporaire ou définitive d'activité. Malgré cela, après une entorse du genou, je me suis retrouvé à enseigner en fauteuil roulant pendant une semaine car la franchise était de 30 jours.

**Bruno :** L'assurance en responsabilité civile est obligatoire mais, effectivement, j'ai aussi une assurance accident et, avec l'âge, j'envisage de prendre une complémentaire santé.

**CF : Quels sont vos rapports avec les dirigeants ?**

**Stéphane :** Il n'y a pas de tension. Nous traitons d'égal à égal car, s'ils ne paient pas de charges patronales, ils savent qu'ils ne peuvent pas me demander de faire n'importe quoi. Cela dit, l'aura acquise compte tenu des résultats que j'ai apportés au club et la stabilité du bureau font que ses dirigeants m'ont toujours fait confiance et suivi dans les actions que je proposais. Ils sont 8 et la gestion est très démocratique. Je n'ai pas vraiment de rapports employeurs/employé.

**Bruno :** Ils sont bons. On travaille en bonne intelligence. Je leur dis souvent que le moniteur a tout intérêt à ce que le club tourne bien. Il est là pour travailler et gagner sa vie. Bien sûr, les conflits existent parfois, ils font partie du job mais c'est aussi de notre rôle de savoir les gérer convenablement. A ce propos, je ne suis pas certain que les enseignants professionnels soient suffisamment formés pour ça, en tout cas pour ceux

de ma génération. En sortant de la formation et de l'examen, je n'avais aucune notion sur la gestion des rapports avec les dirigeants ni, d'ailleurs, sur les tenants et les aboutissants des statuts de salarié et d'indépendant.

**CF : Vos deux clubs "tourment" bien. Quels sont, pour vous, les éléments importants au bon fonctionnement d'un club ?**

**Stéphane :** L'enseignant professionnel doit être le pivot. Il doit assurer une présence et influencer la politique du club tout en s'adaptant à leur volonté. Veulent-ils une augmentation des licences, des résultats sportifs au niveau des jeunes, une équipe pour jouer en Nationale 1B ? Moi aussi, je dois m'adapter à leur projet.

**Bruno :** Les relations bureau/moniteur sont primordiales. Ensuite, l'enseignant doit faire preuve de professionnalisme. Ça ne veut pas dire seulement être à l'heure mais aussi faire progresser ses élèves, leur donner ce qu'ils viennent rechercher, les amener rapidement à la compétition et avoir de bonnes qualités relationnelles. C'est un métier dans lequel il faut être conciliant et savoir gérer les relations humaines à l'intérieur du club. Savoir gérer les conflits devient aussi important que connaître la technique.

**CF : Quelles satisfactions tirez-vous de l'exercice de votre métier au quotidien ?**

**Stéphane :** Être en contact avec les gens en général et les jeunes en particulier, puis les faire progresser. Ensuite, j'aime bien le côté éducatif du métier, être à l'écoute, aider les jeunes, psychologiquement parfois. Quand je suis avec eux, ils me mettent souvent "la banane".

**Bruno :** La satisfaction pour moi, c'est l'élève qui t'appelle après son match et qui te dit : « Bruno, j'ai bien joué, j'ai gagné, je suis super content ! ». Elle est donc dans les progrès des élèves, quel que soit leur niveau, même le 30/4 qui m'appelle pour me dire qu'il a gagné à 30/3. On ne peut pas obliger les gens à venir prendre des leçons mais ma satisfaction, c'est de les voir revenir une 2<sup>e</sup> fois parce que je leur aurai apporté quelque chose sur le plan technique ou sur le plan humain. La satisfaction, c'est aussi d'avoir aujourd'hui en leçon les enfants d'anciens élèves. C'est aussi de croiser en ville des anciens élèves qui me rappellent qu'ils ont passé de bons moments au tennis avec moi. J'ai alors l'impression d'avoir fait mon boulot.

À ce propos, après toutes ces années, je suis un peu déçu par la compétition. C'est dans ce secteur que j'ai eu mes plus grosses déceptions. Je m'explique : j'ai toujours pensé qu'il fallait amener les gens à la compétition car je pense que c'est ce qui va les maintenir dans l'activité. Or, je suis aujourd'hui un peu aigri par le manque de reconnaissance de la part des cadres techniques ou des parents eux-mêmes lorsqu'on me reproche de ne pas faire assez de suivi en compétition. Je trouve que, plus tu t'engages dans le bénévolat, moins il y a de reconnaissance et plus on t'en demande.

Je ne supporte pas d'être mal vu ou mal jugé parce que je ne fais pas de suivi en compétition alors que je n'ai pas les moyens de le faire. Il y a là une contradiction qui est difficile à supporter à mon niveau. Je sors des jeunes, je participe à la formation d'une élite, donc je fais mon job mais j'ai aussi besoin de gagner ma vie, alors qu'on ne me demande pas de faire du bénévolat ! Je voudrais qu'on cesse de culpabiliser les enseignants qui ne font pas le suivi en compétition. Je considère que mon travail est de présenter des joueurs aux détectations proposées par le Comité départemental ou la ligue. Ainsi Alexis Benyahia, Constantin Belot, Mathieu Boulain, Yann Bouvier, Bertrand Kontzler sont passés par notre club. À une époque, j'avais la plupart des boursiers de la Nièvre et nous avons remporté de nombreux titres régionaux. Il me semble qu'à un moment donné, c'est aux cadres techniques de pren-

dre le relais. Je me rends bien compte que j'ai moins de bons jeunes aujourd'hui que je n'en ai eus. Je pense qu'il faut être humble dans ce métier, savoir profiter des bons éléments que l'on a au moment où on les a et savoir s'en détacher également.

**CF : Comment envisagez-vous votre avenir ?**

**Stéphane :** Je me pose la question en ce moment. Physiquement, je suis en souffrance et je ne me vois pas continuer sur le terrain jusqu'à 65 ans. Nos installations ne sont pas chauffées et certaines soirées d'hiver sont très difficiles. Je pense qu'à l'avenir, j'aurais du mal à continuer à faire 45 heures par semaine ou alors je les ferai moins bien et je ne le veux pas. Cela dit, je ne me vois pas exercer un autre métier. Donc, il faut que je le fasse évoluer. L'idéal serait de m'orienter vers une fonction de Directeur Sportif. Me retirer un peu du terrain pour, tout en gardant ma fonction d'entraîneur, devenir

également un organisateur/animateur. Cela passe obligatoirement par le développement du club, donc de ses infrastructures. Aujourd'hui, nous avons un club house mais c'est moi qui l'ouvre quand j'arrive à 17h pour entraîner. Donc, le club n'est pas un lieu de vie naturel. Nous avions un projet de 4 courts supplémentaires (2 couverts et 2 en terre battue) mais il n'a pas abouti. Peut-être un projet moins ambitieux verra-t-il le jour prochainement ?

**Bruno :** Je rêve peut-être mais j'aimerais continuer à être enseignant professionnel de club le plus longtemps possible, dans les mêmes conditions qu'aujourd'hui. La situation est un peu stressante car très dépendante des élus qui voient parfois davantage l'intérêt d'un enseignant jeune et bien classé par rapport à un enseignant expérimenté. Je dois aussi penser à me constituer une retraite...

**CF : Vous n'avez pas la même attitude vis-à-vis du Club fédéral (Stéphane est un fidèle et Bruno n'y a jamais été inscrit). Pour quelles raisons ?**

**Stéphane :** Je suis au Club fédéral quasiment depuis les débuts. L'offre m'intéressait. J'y trouve un intérêt certain à travers la lettre, l'invitation aux Internationaux. De plus, je trouve que le Club fédéral a bien évolué avec la plateforme vidéo. J'ai toujours considéré que les cadres fédéraux avaient un recul, une expérience que je n'ai pas à Nevers et que je me devais de m'informer.

**Bruno :** Je ne suis pas inscrit et j'ai probablement tort mais c'est mon côté un peu rebelle. Je me bloque sur le fait que l'information de la Fédération est en général très descendante. J'apprécie d'ailleurs que le Club fédéral vienne nous rendre visite et nous permette de nous exprimer. Cela dit, je lis souvent La Lettre que des collègues me montrent.

**POUR EN SAVOIR PLUS :**

Stéphane SAVE, [save.stephane@wanadoo.fr](mailto:save.stephane@wanadoo.fr) Bruno FARRUCH, [bruno.farruch@yahoo.fr](mailto:bruno.farruch@yahoo.fr)

**Technique & pédagogie**

**C'EST BIEN, RECOMMENCE !**

PAR GEORGES DENIAU, EX-ENTRAÎNEUR NATIONAL, EX-ENTRAÎNEUR DE L'ÉQUIPE DE FRANCE ET DE L'ÉQUIPE DE SUISSE.

**Comme chacun d'entre vous, j'ai un parcours, une expérience et l'utilisation d'un vocabulaire personnel d'entraîneur. En club ou dans un centre de formation, je veux fabriquer des joueurs complets, agressifs et attackants. Ces convictions ont influencé mon comportement et mon vocabulaire d'entraîneur. Celui-ci est naturel et je vais essayer d'en faire une petite analyse sans prétention.**

**L'entraîneur peut se tromper**

Réputé râleur, je ne mets pas en cause mes joueurs s'ils ne font pas bien ce que je demande car j'estime que je suis le premier responsable. Je peux avoir mal expliqué, proposé quelque chose de trop compliqué, demandé un rythme trop rapide ou trop lent, etc. On corrige et je leur dis bien que c'est de ma faute.

**Aider le joueur à penser pour agir**

Puis, il faut que ça marche ! Alors je pousse et j'encourage pour garder la concentration sur les points importants. Je parle beaucoup, je suis proche des joueurs, je joue pour eux, je pense avec eux... et pour eux aussi. Souvent, je pense même à voix haute : « Vas-y », « C'est bien », « C'est pas grave », « Recommence », « Bien », etc. C'est ma façon de faire. J'utilise aussi les conseils individuels donnés de manière anticipée quand il est encore temps que le joueur les applique ou se concentre sur un détail. Il s'agit de le faire penser comme il devrait penser de lui-même pendant qu'il joue et avant qu'il n'amorce le mouvement. Par exemple dans des gammes : « Remplace-toi » ou « Remplace-toi plus près du centre » ou « devant la ligne » ou « Avance », etc. Je trouve cette façon de procéder plus efficace que d'interrompre et de réexpliquer des choses que les joueurs savent déjà. Il s'agit en fait de créer l'automatisme de pensée en conseillant par anticipation. En voici un autre exemple : après un bon coup et si l'adversaire joue court, je lui dis : « Attaque » ou « Vas-y » car peut-être, j'aurais senti l'action avant lui. On peut agir de même pour la technique. Répétez-lui les points importants avant que la balle n'arrive. « Fais bien ci ou ça », un mot, une phrase courte qui sera la pensée du joueur.



Georges Deniau, avec Guy Forget et Jakob Hlasek.

« Bien », « Mieux », « Plus haut », « Plus bas », « Plus croisé », etc.

Tous ces ordres ou conseils feront mouche parce qu'ils auront déjà été expliqués.

**Les joueurs vont ainsi apprendre à "s'auto-corriger".** Avec le temps, ils imposeront à la balle leur volonté, leur pensée.

Nadal fonctionne ainsi. Quand son coup droit est trop court, le plus souvent, il s'auto-corrige dès la balle suivante. Il frappe plus haut ou plus fort et la balle tombe plus longue. L'exemple vient toujours des meilleurs. Pas du champion de notre rue !

**Entraîner, c'est aussi faire un match**

Les entraîneurs, comme les joueurs, ont tous des droits et des devoirs. Nous aussi, entraîneurs, nous faisons un match, notre match. On le gagne ou on le perd. Il n'y a ni match nul ni le temps de rêver. **Les joueurs ont plus ou moins le droit à l'erreur selon l'exercice. Mais ils ont l'obligation de tout donner, de faire l'effort physique et l'effort mental.** Sur ces points, j'avoue être très exigeant. Rappelez à l'ordre, râlez si vous voulez. Vous avez encouragé, félicité, vous devez aussi savoir être sévère et juste.

J'ai personnellement tellement l'envie que j'essaie de la transmettre et j'espère le faire. Inutile d'employer un vocabulaire trop compliqué ni de faire de grandes phrases. Il faut prendre son temps pour certaines explications mais après, « On y va ! ». Pas d'arrêt, on recommence : « C'est bien », « Bravo », « Accroche-toi », « Ne lâche pas », « Regarde ta balle », « Ça joue trop vite,

ralentisse », « Sers une 1<sup>re</sup> sur le revers », « Frappe plus fort », « Stop, souffle », « Allez, on refait le même exercice, en mieux ».

**Parfois ne rien dire**

On n'est pas obligé de parler tout le temps, ne rien dire, c'est bien aussi. Il n'y a pas de règles mais les joueurs doivent savoir que vous les regardez, que vous voyez tout. Parlez parfois à celui qui est le plus loin de vous, parfois à celui qui fait moins bien ou qui est moins fort car il doit savoir que vous l'aimez autant. Il a droit à votre volonté. Réclamez au plus fort de donner l'exemple, il tirera les autres et en retour, les autres le pousseront.

Si vous avez des raisons de râler, ne faites pas dans la psychologie confidentielle de salon de thé, allez droit au but mais évitez quand même de réveiller tout le quartier. Cela m'est arrivé et je le regrette. Quand c'est grave et que je suis vraiment en colère (rassurez-vous, c'est très rare), je ne hausse pas la voix devant les autres joueurs.

**Les encouragements et la répétition**

Regroupez vos joueurs de temps en temps pour les féliciter et n'oubliez pas de faire refaire souvent les exercices : « Allez les gars (les filles), c'est bien, on recommence ! ». Il y a dans cette phrase deux notions fondamentales : la valorisation de l'élève et l'automatisation de sa réalisation par la répétition. Cette phrase me fait d'ailleurs penser au célèbre nageur Popov : « C'est dur mentalement, de faire et refaire tous les jours les mêmes gestes, les mêmes mouvements, les mêmes efforts ». Le mental se travaille en permanence, pendant les entraînements, il ne se trouve pas par hasard dans une pochette surprise...



Melbourne 2001, finale Coupe Davis Australie/France.



Melbourne 2001, après la victoire.

## LICENCES 2009

PAR MARC RENOULT, RESPONSABLE DU CLUB FÉDÉRAL DES ENSEIGNANTS PROFESSIONNELS

Les chiffres officiels sont parus. Voici ce qu'il faut savoir :

### Généralités

La FFT compte cette année 1 125 201 licences, nombre qui n'avait pas été atteint depuis 1994. Cela représente une augmentation de 19 759 licences (1,78 %). C'est la 2<sup>e</sup> année de suite que nous franchissons le cap des 1 100 000.

C'est la 4<sup>e</sup> année que nous comptons davantage de licences jeunes que de licences adultes et l'écart continue à se creuser, atteignant près de 53 000 licences cette année.

Le pourcentage des licenciées femmes a perdu 1 point pour atteindre le niveau le plus bas jamais enregistré de 31,3 %.

Le taux de pénétration (pourcentage du nombre de licences par le nombre d'habitants) est très différent d'une ligue à l'autre. Rien que pour les ligues métropolitaines, il varie de 1,15 % en SSD à 3,20 % dans les Yvelines.

### Évolution des licences par catégorie

CATÉGORIE	2009			2008			ÉVOLUTION 2008-2009		
	FEMMES	HOMMES	TOTAL	FEMMES	HOMMES	TOTAL	FEMMES	HOMMES	TOTAL
0 À 4 ANS	838	1742	2 580	670	1 441	2 111	25,07 %	20,89 %	22,22 %
5 ANS	2 935	7 409	10 344	2 628	6 594	9 222	11,68 %	12,36 %	12,17 %
6 ANS	6 663	16 041	22 704	6 301	14 856	21 157	5,75 %	7,98 %	7,31 %
7 ANS	10 533	23 765	34 298	10 552	21 998	32 550	-0,18 %	8,03 %	5,37 %
8 ANS	14 406	31 294	45 700	14 523	29 375	43 898	-0,81 %	6,53 %	4,10 %
9-10 ANS	37 017	76 733	113 750	36 572	71 267	107 839	1,22 %	7,67 %	5,48 %
11-12 ANS	38 180	80 404	118 584	39 043	77 567	116 610	-2,21 %	3,66 %	1,69 %
13-14 ANS	32 080	74 451	106 531	32 622	73 103	105 725	-1,66 %	1,84 %	0,76 %
15-16 ANS	25 048	56 491	81 539	26 623	56 359	82 982	-5,92 %	0,23 %	-1,74 %
17-18 ANS	17 454	35 582	53 036	18 135	35 035	53 170	-3,74 %	1,56 %	-0,25 %
TOTAL J	185 154	403 912	589 066	187 669	387 595	575 264	-1,34 %	4,21 %	2,40 %
19-24 ANS	19 028	41 441	60 469	19 502	39 779	59 281	-2,43 %	4,18 %	2,00 %
25-34 ANS	31 104	72 918	104 022	31 759	72 468	104 227	-2,06 %	0,62 %	-0,20 %
35-44 ANS	51 507	105 214	156 721	52 498	101 868	154 366	-1,89 %	3,28 %	1,53 %
45-54 ANS	37 110	74 243	111 353	36 927	73 066	109 993	0,50 %	1,61 %	1,24 %
55-64 ANS	19 483	47 378	66 861	19 729	47 563	67 292	-1,25 %	-0,39 %	-0,64 %
65 ET +	8 570	28 139	36 709	7 959	27 060	35 019	7,68 %	3,99 %	4,83 %
TOTAL A	166 802	369 333	536 135	168 374	361 804	530 178	-0,93 %	2,08 %	1,12 %
TOTAL G	351 956	773 245	1 125 201	356 043	749 399	1 105 442	-1,15 %	3,18 %	1,79 %

Nous constatons une incroyable augmentation des enfants très jeunes (22 % pour les 4 ans et moins, 12 % pour les 5 ans et 7 % pour les 6 ans).

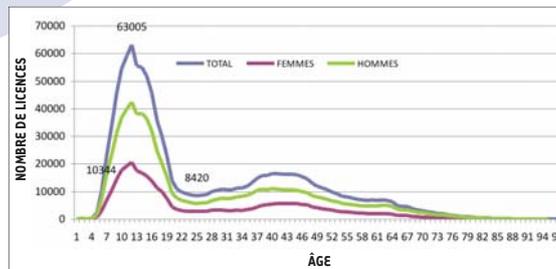
La difficulté sera de les conserver dans nos effectifs car si l'effectif des jeunes garçons a augmenté (au moins jusqu'à 14 ans), l'effectif des filles est en diminution dès l'âge de 7 ans. Nous perdons 1,34 % (près de 6 % des 15-16 ans !) de licences sur l'ensemble des jeunes filles après 2 années positives en 2006 et 2007.

Pour la 2<sup>e</sup> année consécutive, nous regagnons un peu de licences entre 19 et 24 ans mais le nombre de femmes de cette tranche d'âge continue à diminuer d'année en année depuis 2004.

Enfin, en ce qui concerne les 25-34 ans, les hommes ont réussi à enrayer la chute libre initiée en 2004 et que les femmes subissent toujours.

### Courbe du nombre de licences selon l'âge (graphique ci-dessous)

Si le pic à 11 ans n'est pas surprenant, la forme de cette courbe l'est davantage. Sa verticalité entre 4 et 11 est le signe d'une discipline qui attire les jeunes mais sa chute entre 11 et 24 ans doit nous interroger sur le suivi des jeunes dans nos clubs juniors et nos écoles de tennis.



En effet, on peut faire ici un parallèle avec le turn over des licenciés jeunes (voir tableau) : entre 2008 et 2009, le taux de réinscription des licenciés jeunes n'est que de 55 % pour les filles, c'est-à-dire que près d'une fille sur deux, inscrite à 5 ans, ne renouvelle pas son inscription l'année suivante. Le taux de renouvellement des garçons est meilleur, variant entre 65 % et 72,5 % selon les années. S'il est difficile de fidéliser les jeunes à une activité pendant leur adolescence, on pourrait penser qu'entre 5 et 10 ans, le tennis devrait permettre d'en conserver davantage (surtout les jeunes filles) dans nos écoles de tennis et clubs Junior.

ÂGE	TAUX DE RENOUVELLEMENT		
	F	H	T
5	55,4 %	65,0 %	62,1 %
6	54,7 %	65,0 %	62,1 %
7	55,6 %	65,5 %	62,5 %
8	57,5 %	69,1 %	65,4 %
9	59,8 %	70,1 %	66,7 %
10	60,5 %	71,5 %	67,8 %
11	61,6 %	72,5 %	68,8 %
12	56,2 %	67,6 %	63,7 %
13	60,8 %	70,8 %	67,6 %
14	62,2 %	69,9 %	67,5 %

Enfin, entre 22 et 27 ans, le nombre de licences par année d'âge est inférieur (8 420 pour les 24 ans) au nombre de licences de 5 ans (10 344) !

### L'équilibre est à trouver à tous les niveaux

Nous ne pouvons que vous conseiller d'analyser les chiffres de votre ligue, de votre département et de votre club, (évolution âge par âge, par sexe, turn over, taux de pénétration, etc.). Il y a de fortes chances pour que ces chiffres soient révélateurs et vous donne des idées sur la politique de développement de votre club et les actions à mettre en place.

## EN BREF • EN BREF

### ACCÈS À L'INTRANET

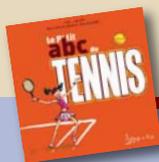
Comme moi, vous avez sans doute accès à un certain nombre de sites qui vous imposent un accès sécurisé avec login et mot de passe (banques, assurances, établissement scolaire de vos enfants, ...) Parfois, vous pouvez modifier le mot de passe et en choisir un facile à retenir (comme avec la plateforme vidéo), parfois non... comme avec l'intranet du Club Fédéral !

Un conseil : enregistrez l'adresse du site sur vos favoris et renommez ce favori par le nom du site suivi de votre mot de passe. Ainsi, vous pourrez le retrouver facilement à chaque connexion sans avoir à aller le chercher sur un courrier ou sur un post-it...

### L'ABC DU TENNIS

Jérôme Vanier, ancien n° 17 français, BEZ, Directeur du Tennis Club de Lyon a collaboré à la rédaction de l'ABC du tennis. En plus de 100 définitions, les jeunes (et les moins jeunes) peuvent faire un tour d'horizon de l'histoire du jeu, de ses règles et de son actualité.

L'ABC du tennis, par Jérôme Vanier, Marie-Pierre Odox et Bernard Jadot, 12 € aux éditions Fleur de Ville.



### ANNULATION DU SALON DU TENNIS

Nous sommes au regret de vous annoncer le report du 2<sup>e</sup> salon du tennis qui devait se tenir au Parc des Expositions de la porte de Versailles, à Paris, en mars 2010. La conséquence directe est le report du 8<sup>e</sup> colloque national des Enseignants professionnels qui était prévu dans l'enceinte de ce salon.

Nous travaillons actuellement sur l'éventualité d'un colloque national en 2011.



### FESTIVAL TENNIS À DINARD

Les 23, 24 et 25 avril 2010, l'association **Regards Croisés Sur Le Tennis** accueillera à Dinard (Salle Polyvalente du COSEC) son premier Festival sur le thème « Tennis, hier, aujourd'hui, demain ! ».

Ce festival de 3 jours est ouvert aux dirigeants, aux enseignants et à tous les acteurs du tennis. La première journée sera principalement consacrée aux enseignants professionnels avec des intervenants de haut niveau.

Programme et conditions d'accès sur le site : [www.dinard-tennis-festival.com](http://www.dinard-tennis-festival.com)



## L'IMPACT BIOMÉCANIQUE DE LA TECHNIQUE DE SERVICE SUR L'ENCHAÎNEMENT SERVICE/VOLÉE

PAR CAROLINE MARTIN, BE1, PROFESSEUR AGRÉGÉE D'EPS ET ÉTUDIANTE EN BIOMÉCANIQUE À L'UNIVERSITÉ DE RENNES 2 (LABORATOIRE M2S) ET AU DÉPARTEMENT SCIENCES DU SPORT ET DE L'EPS DE L'ENS CACHAN (ANTENNE DE BRETAGNE).



**Au service, deux techniques sont majoritairement utilisées concernant l'action des membres inférieurs : certains joueurs effectuent un relais d'appuis – foot-up technique, FU – alors que d'autres gardent leurs pieds écartés – foot-back technique, FB (voir photos ci-contre).**

Lors de Roland Garros 2007, Marc Renoult a étudié la répartition de ces techniques de service en fonction du style de jeu de 99 joueurs. Au cours de son analyse, il a remarqué que les joueurs pratiquant service-volée souvent ou de temps en temps (joueurs de double mais aussi des joueurs comme Federer ou Karlovic) utilisent davantage la technique de foot-back au service (45,7%) que les joueurs ne suivant pratiquement jamais leur service au filet (17,3%). Divers auteurs ont évalué les caractéristiques biomécaniques des techniques de service. Selon Elliott et Wood (1983), la FU produit des forces de réaction du sol supérieures vers le haut et inférieures vers l'avant (vers le filet) en comparaison à la FB.

Lors du service, le tronc effectue une flexion qui correspond dans le même temps à une rotation de ce segment vers l'avant autour de l'axe des hanches. Pour Murphy (1975), la base de sustentation réduite formée par les pieds proches l'un de l'autre diminuerait l'équilibre du joueur et faciliterait les rotations du tronc vers l'avant à cause de la réduction du moment d'inertie du corps. Enfin, il est supposé que le joueur qui sert avec FU produit des forces de poussée excentrée par rapport à son centre de gravité. Ce phénomène aurait également pour conséquence d'augmenter la rotation du corps vers l'avant lors du service (Payne, 1978 et Bahamonde, 2000). Sachant qu'un des objectifs du serveur-volleyeur est d'arriver le plus vite possible au filet pour frapper une volée dans les meilleures conditions possibles, le but principal de cette étude était d'analyser l'influence de la technique de service utilisée (FU/FB) sur le temps de course vers le filet lors du service volée.

### MÉTHODOLOGIE

Huit joueurs classés entre 5/6 et -30 (ayant en moyenne 25,6 ans ± 6,5 ans), filmés par 11 caméras infrarouges (système Vicon, 120 hertz), ont réalisé 10 service/volée dans chaque technique (FU et FB). Six d'entre eux préféraient la FU, les deux autres utilisaient habituellement la FB, mais tous les joueurs étaient capables de servir avec les deux techniques. Les joueurs et leurs raquettes étaient équipés avec des marqueurs réfléchissants (voir photos) afin de réaliser la capture du mouvement en 3D (voir photos). Nous avons mesuré :

- **le temps de la course vers le filet** (distance parcourue d'environ 5,30 m, mesurée du point de départ situé à 20 cm à l'intérieur du court au point d'arrivée situé à la ligne de service).



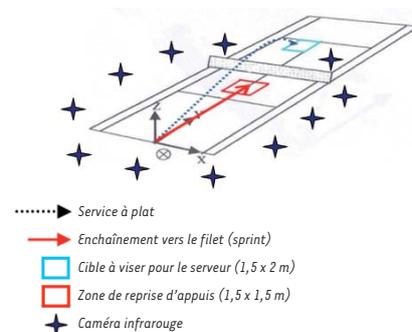
Djokovic = foot-back ou sans relais d'appuis.



Vaidisova = foot-up ou avec relais d'appuis.

- la quantité de rotation (moment cinétique) du tronc vers l'avant autour de l'axe transversal (hanche).
- la durée de contact pied-sol lors de la réception du service.

### Représentation schématique de la situation expérimentale



### RÉSULTATS

- Les joueurs étaient significativement plus rapides avec la technique de FB qu'avec la technique de FU (différence moyenne de 70 millisecondes). Quand nous avons analysé les performances individuelles de chaque joueur, nous avons remarqué que chacun d'entre eux était plus rapide avec la FB, quelle que soit leur technique de service préférée. Lors du service, le tronc effectue une flexion qui correspond dans le même temps à une rotation vers l'avant autour de l'axe des hanches.

- Cette quantité de rotation du tronc vers l'avant (c'est-à-dire le moment cinétique autour de l'axe transversal passant par les hanches) avec la technique de FU était significativement supérieure à celle mesurée avec la technique de FB. Cette importante quantité de rotation du tronc vers l'avant en FU pourrait contribuer à la perte de temps lors de l'enchaînement vers le filet. En effet, le joueur serait dans l'obligation de contrecarrer cette bascule vers l'avant en freinant le tronc et en se redressant pour conserver en priorité son équilibre avant d'enchaîner vers le filet dans de bonnes conditions.

- La durée de contact pied-sol lors de la réception du service était significativement allongée lors des services-volée avec FU par rapport aux services-volée avec FB. Ce résultat pourrait expliquer le temps de course supérieur vers le filet avec la FU. En effet, Elliott et coll. ont rapporté que la technique de FU était caractérisée par une hauteur d'impact balle/raquette plus importante liée à des forces de poussée contre le sol vers le haut supérieures à celle utilisée avec la technique de FB. Ainsi, étant donné que le joueur pousse plus vers le haut avec la technique de FU, nous pouvons supposer qu'il a besoin de davantage de temps pour se réceptionner avant d'enchaîner sa course vers le filet.

Un autre élément pourrait expliquer le meilleur temps de course vers le filet avec la technique de FB. Elliott and coll. ont mis en évidence que les joueurs parcouraient une distance supérieure à l'intérieur du court avec le 1er appui après le service en FB parce qu'ils produisent, avec cette technique, d'importantes forces de propulsion vers l'avant avec leurs membres inférieurs. Cela suggère que la technique du FB est plus propice à l'enchaînement vers le filet après le service.

### CONCLUSION

Cette étude démontre que le choix de la technique de service (FU ou FB) a une influence sur la rapidité du déplacement au filet dans le cadre du service-volée au tennis. En effet, au regard de nos résultats, la FB serait la technique la plus propice à un déplacement rapide du joueur au filet. Ainsi, la FB pourrait être à privilégier dans la formation du joueur possédant un style de jeu porté vers l'attaque mais aussi intéressé par le double. En effet, cette technique possède deux avantages biomécaniques majeurs : la stabilité du serveur et la propulsion à "propulser" le joueur vers l'avant en cas de service-volée. De son côté, la technique de relais d'appui (FU) permettrait de frapper la balle plus haut et donc d'acquies une marge de sécurité supérieure par rapport au filet (Elliott et Wood, 1983).

Coordination de la rédaction : Florence Guédy et Marc Renoult • Rédaction : DÉPARTEMENT TENNIS RÉGIONAL  
 Ont collaboré à la rédaction de ce numéro : David Barre, Georges Deniau, Caroline Martin, Diego Ocampos et Emmanuel Planque.  
 • Édition : FFT/Direction de la Communication • Photos : FFT/Christophe Saïdi, D.R., AFP • Maquette : Agence TWAPIMODA

Impression : RAS, 95400 Villiers-le-Bel Imprimé sur papier recyclé 100%



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TENNIS

2, avenue Gordon-Bennett • 75016 Paris • Tél. : 01 47 43 48 00 • Fax : 01 47 43 40 13 • www.fft.fr