

## **Nadeau, Luc; Martel, Denis**

**Département d'éducation physique, Université Laval  
(Projet du CRSH et de Sport Canada, 2015 à 2018)**

*Effects of a Learning Game Through Understanding Strategy on Tactical Skills and Performance in Team Sports (Stratégie d'apprentissage axée sur la compréhension du jeu : effets sur les habiletés tactiques et les performances dans le contexte des sports d'équipe)*

---

### **Résumé du projet**

L'acquisition d'habiletés tactiques est essentielle à l'amélioration des performances dans le contexte des sports d'équipe (Grehaigne et Godbout, 2014). La compréhension du jeu est un bon indicateur de l'acquisition de ses habiletés (Mimmert et Perl, 2005). Malheureusement, de nombreux entraîneurs d'équipes sportives semblent utiliser des techniques traditionnelles axées sur l'enseignement des compétences techniques et les exercices de jeu. Le but de l'étude était double. D'une part, il consistait à analyser les exercices proposés par les entraîneurs afin de déterminer la proportion des habiletés tactiques réelles qu'utilisent les joueurs de soccer et de hockey sur glace de niveau compétitif. D'autre part, il s'agissait d'aider les entraîneurs à utiliser une stratégie d'apprentissage axée sur la compréhension du jeu et à évaluer l'incidence sur les connaissances et les compétences du joueur.

La première étape a consisté à analyser 63 séances d'entraînement (soccer=34, hockey=29) de 17 équipes différentes (soccer=10, hockey=7) dans le but de classer tous les types d'exercices effectués par les joueurs. Les résultats montrent que 4 p. 100 des 255 exercices effectués par les joueurs de hockey portaient précisément sur les habiletés tactiques par comparaison à 55 p. 100 des 166 exercices effectués par les joueurs de soccer. Peu de ces exercices présentaient les caractéristiques d'un exercice tactique, à savoir la liberté de décision des joueurs, la présence d'adversaires au déroulement de l'exercice, les jeux réduits, des enjeux semblables à ceux d'un match réel et les matchs à double effet (jeux à la fois offensif et défensif).

La deuxième étape a consisté à former les entraîneurs d'équipes et à les aider à utiliser une stratégie d'apprentissage axée sur la compréhension du jeu. Trois entraîneurs (soccer=2, hockey = 1) ont reçu une formation et bénéficié d'un encadrement (5 séances de 60 minutes) pendant une saison de compétition. Ils devaient utiliser plusieurs outils pendant les séances d'entraînement et à la suite de matchs réguliers pour renforcer la compréhension du jeu et la pensée réflexive à l'égard du jeu chez les joueurs. Parmi ces outils figuraient 1) les jeux réduits présentant des enjeux similaires à ceux d'un match réel, 2) les débats d'idées entre les joueurs, 3) l'utilisation de la technique des incidents critiques après les matchs, 4) des séances de questions posées aux athlètes plutôt que des séances d'analyse critique et 5) la mesure des performances des joueurs. Les athlètes ont réagi différemment aux divers outils, et plus particulièrement aux enjeux importants liés aux jeux réduits. Les entraîneurs ont tous accueilli favorablement la stratégie d'apprentissage axée sur la compréhension du jeu, mais ils ont éprouvé des difficultés à l'établir au sein de leurs équipes. La culture et les traditions de leur sport, ainsi que l'adhésion de l'entraîneur à la stratégie étaient des aspects importants dans cette étude. La stratégie d'apprentissage axée sur la compréhension du jeu constitue un moyen

différent d'entraîner les athlètes d'un sport d'équipe, et elle semble s'harmoniser bien avec l'acquisition d'habiletés tactiques.

---

## **Méthodes de recherche**

### **Étape 1**

Recherche par observation : Cette étape a consisté à filmer les séances d'entraînement au moyen d'une caméra GoPro que l'entraînement portait et d'une deuxième caméra ayant été placée dans les gradins afin d'obtenir un cadrage plus large du jeu pendant les exercices. La caméra GoPro enregistrait aussi la voix de l'entraîneur et de certains joueurs. Les vidéos des séances d'entraînement ont ensuite été divisées par exercice selon les catégories (exercice technique, tactique, physique, stratégique ou mixte) établies par deux adjoints à la recherche.

### **Étape 2**

Recherche-action collaborative : Cette étape a consisté à former et encadrer les entraîneurs à l'utilisation de la stratégie d'apprentissage axée sur la compréhension du jeu. Au cours de la saison, les impressions des entraîneurs et des chercheurs ont été recueillies par vidéo lors de cinq réunions dans le cadre de trois études de cas.

Pendant la saison, les impressions des athlètes du soccer (n=36) et du hockey (n=18) relativement aux situations de jeu ont également été recueillies au moyen de la technique des incidents critiques. Les entraîneurs avaient demandé aux joueurs de décrire les situations de jeu survenues (situation tactique très efficace [TE] ou non efficace [NE]) pendant les matchs. Ces derniers pouvaient décrire et expliquer en détail les raisons pour lesquelles ils estimaient qu'une situation était importante.

---

## **Résultats de recherche**

### **Étape 1**

L'analyse de 63 séances d'entraînement a révélé l'existence de 421 exercices différents (n=255 au hockey, n=166 au football). De ce nombre, 102 (24 p. 100) visaient explicitement à perfectionner les habiletés tactiques des joueurs. Au hockey, seulement 11 exercices (4 p. 100) étaient de nature tactique, par comparaison à 91 (55 p. 100) au soccer. Les entraîneurs de soccer utilisent davantage les jeux réduits (56 p. 100) alors que les entraîneurs de hockey semblent préférer les exercices individuels ou pour quelques joueurs (1 joueur contre 0, 2 joueurs contre 0, 2 joueurs contre 1) [63 p. 100]. Dans l'ensemble, peu d'exercices présentaient un enjeu similaire à ceux d'un match réel ou étaient axés sur des jeux offensif et défensif à la fois, comme c'est le cas pour les matchs réguliers. Selon les résultats obtenus, les entraîneurs utilisent principalement une technique traditionnelle avec les joueurs.

### **Étape 2**

L'analyse de la deuxième étape se poursuit.

Entraîneurs : L'analyse révèle que l'utilisation d'une stratégie d'apprentissage axée sur la compréhension du jeu est bien perçue par les entraîneurs et les joueurs. L'attitude de l'entraîneur et la capacité de responsabiliser davantage les joueurs sont essentielles à la réussite de la stratégie.

Athlètes : L'analyse selon la technique des incidents critiques a révélé que les situations tactiques jugées efficaces (n=289) étaient plus nombreuses que celles jugées non efficaces (n=117). Dans la majorité des cas, il s'agissait de situations tactiques individuelles ou offensives où le tir au but de l'adversaire (n=184) ou l'avancement vers celui-ci (n=239) ont été mentionnés par les joueurs. Le débat d'idées s'est avéré être un moyen intéressant pour motiver les joueurs et les rendre davantage responsables de la réussite de l'équipe. Le processus de réflexion associé à ces outils peut aider les joueurs et les entraîneurs à approfondir leur compréhension du jeu dans le cadre d'une stratégie d'apprentissage axée sur la compréhension du jeu.

---

### **Implications du point de vue des politiques et des programmes**

L'étude a révélé que beaucoup d'entraîneurs d'équipes sportives continuent d'utiliser des méthodes traditionnelles fondées sur le perfectionnement des compétences techniques des athlètes malgré l'existence de stratégies d'une efficacité accrue visant l'acquisition d'habiletés tactiques, comme l'apprentissage axé sur la compréhension du jeu. Le Programme national de certification des entraîneurs ainsi que les programmes de sport et d'éducation physique du secteur universitaire devraient enseigner et promouvoir ces différentes approches permettant aux joueurs et aux entraîneurs d'approfondir leur compréhension du jeu. Selon nous, une telle mesure contribuerait non seulement à l'amélioration des athlètes, mais aussi au maintien d'une motivation accrue chez les joueurs tout au long de leur carrière.

---

### **Prochaines étapes**

Les entraîneurs d'équipes sportives à tous les niveaux de compétition devraient utiliser la stratégie d'apprentissage axée sur la compréhension du jeu ou d'autres méthodes fondées sur la compréhension de la part des joueurs. Ces derniers doivent exercer une réflexion approfondie afin de bien comprendre le jeu, d'anticiper les actions de l'adversaire et des coéquipiers, et d'adapter sans cesse leurs actions à la situation de jeu. Une responsabilité accrue des joueurs dans la réussite de l'équipe devrait avoir pour effet de renforcer la motivation de ces raisons en raison d'une participation étendue. Selon notre hypothèse, une telle situation donnerait lieu à une participation améliorée des joueurs ainsi qu'à une carrière sportive plus longue et plus agréable.

Ainsi, différentes questions ont découlé de l'étude, que voici : 1) l'utilisation d'une stratégie d'apprentissage axée sur la compréhension du jeu tout au long de la carrière donne-t-elle lieu à un perfectionnement accru par comparaison aux résultats obtenus avec une méthode traditionnelle? 2) les stratégies de ce genre peuvent-elles contribuer à motiver davantage les athlètes et à faire baisser le nombre d'athlètes qui abandonnent leur carrière sportive? 3) pourquoi les entraîneurs ou les athlètes continuent-ils de résister à l'utilisation de ces stratégies? 4) ces stratégies contribueraient-elles réellement à améliorer les performances?

---

## Transfert des connaissances

À ce jour, des exposés ont été présentés aux entraîneurs membres de la fédération sportive Hockey Québec et aux entraîneurs membres de deux associations sportives régionales, dont l'Association de soccer Chaudière Ouest et le Club Caravelles de Sainte-Foy. De plus, les résultats de l'étude ont été intégrés au programme de baccalauréat en intervention sportive de l'Université Laval.

Quatre communications scientifiques ont été présentées en français lors d'une réunion semestrielle de l'Association sur la recherche en intervention sportive (ARIS), une association internationale, et deux autres en anglais à l'intention de l'Association internationale des écoles supérieures d'éducation physique (AIESEP).

Trois articles scientifiques ont été envoyés à des éditeurs ou le seront pendant l'année en cours.

- Nadeau, L., Martel, D., Poulin-Beaulieu, I., et Couture-Légaré, J. (2019). L'utilisation de la technique des incidents critiques pour favoriser la réflexion de joueurs en sports collectifs. *eJERIEPS* (article accepté).
  - Poulin-Beaulieu, I., Martel, D., Nadeau, L., et Couture-Légaré, J. (2019). Catégorisation de situations d'apprentissage et de perfectionnement offertes à des athlètes de football et de hockey sur glace. *Actes de congrès ARIS*.
  - Nadeau, L., Martel, D., Poulin-Beaulieu, I., et Légaré-Couture, J. (en préparation). Une stratégie d'apprentissage fondée sur la compréhension du jeu au soccer et au hockey sur glace compétitif : trois études de cas.
-