



De la jeunesse à l'expérience

Le point de vue de Jeff Piccard



Quelles corrélations entre les résultats chez les juniors et les seniors ?

Jeff Piccard nous fait parvenir son compte-rendu d'une publication portant sur l'évolution sportive des sportifs, depuis leurs débuts jusqu'à leur éventuelle réussite internationale. Si l'étude porte sur les sports en général, pas spécifiquement sur le ski, elle n'en est pas moins riche d'enseignements.

Dans le monde du sport, il est intéressant d'observer la trajectoire des athlètes, depuis leurs débuts, jusqu'à leur évolution en tant que seniors et meilleurs mondiaux. Une question, qui se pose régulièrement, est de savoir s'il existe une corrélation entre les performances (résultats) des athlètes dans leur jeunesse et celles qu'ils obtiennent à un niveau plus avancé. Dans cet article, nous allons explorer ces corrélations et tenter d'éclairer notre vision sur le cheminement vers le haut niveau.

Le ski est plein de jeunes talents prometteurs qui se démarquent dans les catégories jeunes. Certains réussissent à maintenir leur niveau de performance à mesure qu'ils progressent vers les catégories supérieures, tandis que d'autres semblent stagner ou même régresser, et encore d'autres semblent être sortis de nulle part. Dans un premier temps il est important de noter que de prédire les résultats futurs grâce aux performances chez les catégories junior est un sujet complexe et que les résultats peuvent varier selon le sport et les athlètes eux-mêmes. Il y aura toujours des trajectoires de développement différentes, cependant, certaines corrélations ont été identifiées par ces travaux conduits par Michael Barth du département de science sportive de l'université Innsbruck.

Il ressort de cette méta analyse « Michael Barth et al », parue en juin 2022, quelques points importants que nous allons mettre en évidence grâce à l'infographie de Yann Le Meur éditée en septembre 2023. Ces travaux ont été

menés pour évaluer dans quelle mesure la performance sportive chez les juniors prédit celle chez les adultes. Les données de 13392 athlètes issus d'un large éventail de sports olympique furent analysés de 2006 à 2021.

Observations générales

- 1- La performance junior n'explique que de 2,2% de la variance de la performance chez les seniors, ce qui est faible.
- 2- Ce constat est robuste quel que soit le type de sport considéré, le sexe, la plage de performance considérée, le niveau de l'échantillon (national ou international), ou la manière d'évaluer la performance (binaire ou continue).
- 3- Plus la catégorie d'âge considérée est jeune et plus la corrélation entre les performance juniors et seniors est fai-



ble. Selon la catégorie d'âge considérée, la performance des juniors explique de 0 à 4,6% la variance de la performance sénior.

Observations chez les athlètes ayant eu des performances à cours terme (juniors)

Les points facilitants

- Un début de la pratique du sport principale rapide.
- Une pratique intensive du sport principal.
- Une spécialisation et un coaching importants dans le sport principal et peu d'entraînement dans les autres sports.

Observations chez les athlètes ayant eu des résultats à long terme (séniors)

Les points facilitants :

- Une pratique multisports en enfance et adolescence
- Un départ retardé et long dans le sport principal
- Des progrès progressifs
- Une pratique modérée et une spécialisation modérée pendant l'adolescence.

Observation dans les deux cas

Le jeu ou la pratique surdirigés par les entraîneurs dans le sport principal et autres a des effets négligeables sur la performance des juniors et séniors.

En résumé

Une pratique spécialisée excessive chez les enfants et l'adolescent peut entraver le développement à long terme des athlètes en raison de blessures dues au surmenage, de l'épuisement professionnel, d'une adéquation athlètes-sport sous optimale et d'une limitation du capital d'apprentissage à long terme.

En revanche, la pratique multisport durant l'enfance et l'adolescence, et la pratique modérée du sport principal semble être un modèle relativement préservant les res-

sources, réduisant les coûts et limitant les risques, ce qui produirait un plus grande durabilité et une plus grande efficacité de la pratique à long terme.

Avant de conclure il est important de rappeler que ces corrélations ne sont pas absolues et qu'il y a toujours des exceptions surtout dans notre sport avec une multitude de barrières. Il est aussi important de rappeler que la réussite sportive n'est pas la seule mesure du succès dans la vie et que chaque individu est unique et porte des compétences et des qualités uniques.

Conclusion

D'après ces études les liens entre performance chez les juniors et performance chez les seniors de classe mondiale sont très faibles bien qu'ils existent clairement mais il est important de reconnaître que ces corrélations ne sont pas toujours directes et définitives. De nombreux facteurs peuvent influencer la trajectoire des athlètes, il est essentiel de prendre en compte ces éléments d'étude lors de l'analyse des performances sportive et donc des sélections.

Ces résultats challengent fortement les théories traditionnelles reliant le don à l'expertise et soulèvent de sérieuses questions sur l'utilisation des performances juniors à des fins de détection des talents.

Donc être performant chez les jeunes est un point de départ, mais cela ne garantit pas de devenir un champion surtout si le développement a été forcé et trop rapide. Donnons-nous utilement plus de temps lors des sélections à tout niveau, afin d'étudier ces athlètes à développement tardif mais qui suivant les études pourront devenir des sportifs de classe mondiale. ■

Source :

Infographie : <https://ylmsportscience.com>

Barth Michael : uibk.ac.at

Etude : link.springer.com/article/10.1007/s40279-021-01625-4

Yann Le Meur : Doctorat en physiologie de l'exercice de l'université de Nice

