

Introduction

Même si l'enfant présente de nombreuses analogies avec l'adulte au plan physiologique, il diffère de celui-ci en de nombreux points. Il possède en effet des caractéristiques spécifiques liées à son stade de développement et qui lui imposent ses propres modalités d'adaptation. On ne peut donc pas le considérer comme un simple adulte en miniature. Il faut, au contraire, tenir compte de ses particularités lorsqu'on lui propose des activités afin qu'il en tire le maximum de profit

1/ Qu'est-ce qu'un jeune enfant ?

C'est la période de la vie qui précède l'âge adulte et qui doit permettre, à ce futur adulte, d'acquérir un certain nombre d'aptitudes liées à son propre développement.

Ce développement repose sur deux phénomènes principaux : la croissance et la maturité.

La croissance consiste en l'augmentation des dimensions de l'organisme de l'individu.

La maturité signifie, qu'à certaines périodes du développement, un tissu ou un organe se modifie et acquiert d'autres possibilités de fonctionnement (la maturation des organes génitaux par exemple au moment de la puberté).

Ces deux processus sont en fait imbriqués, la croissance étant nécessaire pour que la maturation s'opérationnalise.

2/ Les deux grandes étapes de la vie de 9 ans à 18 ans

Deux étapes majeures :

- De 9 à 11/13 ans : étape qui couvre la dernière moitié de la grande enfance et le début relatif de l'adolescence,
- De 11/13 à 18/19 ans : étape qui couvre les toutes dernières années de la grande enfance pour aller jusqu'aux toutes premières années du jeune adulte.

Sur cette période courte de la vie, une dizaine d'années, vont s'opérer d'énormes changements plus ou moins brusques.

3/ Analyse des caractéristiques du jeune enfant de 9 à 11/13 ans

3.1– aspect morphologique et fonctionnels

A la fin de la grande enfance se produit une importante poussée de croissance staturale, poussée déséquilibrée allant de 15 à 20 cm en 2 ans alors que la prise de poids n'excède pas 3 à 4 kg par an. L'augmentation de la taille porte essentiellement sur les membres inférieurs et on note également une croissance nette au niveau de la face, l'enfant prend alors l'aspect dit en « asperge » car il est maigre et les proportions sont disharmonieuses. Les membres sont trop longs pour un tronc qui se développe relativement peu.

3.2– développement moteur

L'évolution des structures nerveuses se positionne, on constate donc une amélioration de la coordination motrice globale. L'équilibre s'assure et l'adresse prédomine au niveau des extrémités mais le contrôle rachidien n'est pas encore acquis. Le travail dans la vitesse peut alors s'envisager pour optimiser les facteurs de coordination.

En revanche, des travaux scientifiques démontrent que la filière anaérobie lactique est immature chez l'enfant. Il n'est donc pas souhaitable de la solliciter. Ce handicap fonctionnel est pondéré par une très grande mise en action de la filière anaérobie en début d'exercice.

3.3 – développement cognitif

On constate une disponibilité motrice globale, une attention plus soutenue et l'immobilité devient possible pendant un temps assez long. Vers 11/12 ans, le jeune enfant manifeste beaucoup d'assurance dans ses gestes, éprouve de la joie à bien se mouvoir et la structuration de son schéma corporel est pratiquement réalisée. Ce n'est qu'après 12 ans que l'enfant est capable d'identifier les indices pertinents dans l'environnement (attention sélective).

Enfin, des études montrent qu'à 11 ans, les capacités de contrôle sur l'action sont identiques à celle de l'adulte (feed-back).

3.4 - développement affectif

En plus d'un renouveau d'intérêt pour la scolarité et les activités périscolaires, on note l'apparition du désir de compétition, du besoin de justice, d'initiative et surtout d'indépendance relative, notion essentielle au milieu scolaire comme dans le groupe de jeu en club sportif.

La notion de but apparaît chez eux que l'on peut diviser en deux : but de maîtrise ou de compétition (but de résultat).

Le but de maîtrise consiste à accroître son habilité et ses capacités ou aptitudes. La comparaison n'est faite qu'avec soi-même pour clairement identifier chez l'enfant sa propre progression.

Le but de compétition ou de résultat se caractérise par une volonté de l'enfant à se comparer aux autres afin de démontrer ses capacités.

Entre 8 et 11 ans, les buts sont mixtes. Les enfants recherchent à la fois l'approbation sociale et la maîtrise de l'acte moteur global ou spécifique. Après 11 ans, les buts sont clairs et différenciés. Il apparaît que les filles s'orientent vers les buts de maîtrise tandis que les garçons semblent opter majoritairement vers des buts de résultats.

Cependant, ces buts peuvent être conduits simultanément.

4/ Analyse des caractéristiques de l'adolescent de 11/13 à 18/19 ans

4.1– aspect morphologique et fonctionnels

La musculature est faible à cette période de l'adolescence ce qui donne bien souvent une stature assez voutée, il a du mal à se tenir correctement. Il présente alors un terrain favorable à des déformations vertébrales. Si cette phase est l'âge de la disgrâce morphologique, une certaine fragilité organique s'installe, souvent accompagnée d'une apathie qu'il convient de respecter.

4.2– développement moteur

L'allure reste gauche et on note même la réapparition de mouvements parasites et des petits signes d'incoordination.

La force vient avec l'âge chez le garçon comme chez la fille (une accélération s'observe sur la période la puberté) en rapport avec la production accrue d'hormones sexuelles qui survient à cette période.

La puberté constitue une étape critique au regard du développement de la puissance musculaire et du processus anaérobie alactique inhérent. Il faudra cependant être prudent dans les programmes de musculation car le squelette reste encore fragile.

L'adolescent semble très réceptif à la pratique sportive. Des études montrent que c'est la période privilégiée pour développer la VO₂ max.

4.3 – développement cognitif

Au plan des ressources cognitives et bio-informationnelles, on constate un développement optimal qui se rapproche des caractéristiques de l'adulte. Au niveau perceptif, l'attention est sélective : l'adolescent est alors capable d'identifier des indices pertinents pour programmer son action.

4.4 - développement affectif

La puberté est une période complexe. Lors de la crise de croissance pré-pubère, le schéma corporel, qui s'était stabilisé à la fin de la grande enfance, change encore une fois. Les possibilités du contrôle de soi au niveau émotionnel sont rendues très peu opérationnelles et ce sont ces émotions qui vont dicter une certaine instabilité motrice (agitation, impulsivité ou apathie).

L'adolescent est avant tout un inquiet qui a du mal à gérer toutes les transformations organiques profondes. Sa morphologie, son image corporelle et sa sensibilité s'en retrouvent altérées d'où des réactions bipolaires : agressivité/inhibition, enthousiasme/dépression...

On note également le développement de son esprit critique avec hostilité au conformisme et aux valeurs traditionnelles, ainsi qu'un éloignement des valeurs familiales. C'est une période de négativisme et d'obstruction avec souvent une fuite dans l'imaginaire et le virtuel. Son besoin d'affirmation de soit revêt soit des formes individuelles, soit des formes collectives que la pratique sportive pourra tout à fait satisfaire.

C'est aussi l'âge de la recherche de l'ami, du confident, du petit groupe, de l'opinion politique, de la crise spirituelle et religieuse et c'est aussi la période où l'on peut se diriger vers un métier.

Les idéaux se précisent alors qu'il coupe avec les chaînes de l'enfance, l'adolescent s'exprime par des réactions d'opposition.

5/ La pédagogie de l'enfant et de l'adolescent

Nous pouvons dégager quelques conseils pédagogiques :

- Sur le plan physique : assurer et expliquer la sécurité, démarrer lentement, contrôler l'effort, montrer les résultats.
- Sur le plan cognitif : faire appel à du concret, à des explications orales, visuelles et démonstratives, jongler habilement entre infantilisation du langage et vocabulaire plus adulte quelque fois, favoriser l'aspect ludique chez les petits et les plus grands mais à des doses adaptées dans les situations pédagogiques.

- Sur le plan affectif : aucun contact physique (juridique et émotionnel), se méfier de l'utilisation ambiguë de certains mots ou de la signification symbolique de certaines situations surtout pour les adolescents, être vigilant quant à la notion de « modèle ».

Le jeune public se cherche. Il faut pouvoir avant tout l'intéresser et le fidéliser à la pratique. L'intervention avec des jeunes doit s'appuyer sur l'aspect ludique du jeu, s'amuser en travaillant doit être le crédo de l'éducateur (notamment avec les plus jeunes). Il faut aussi les responsabiliser en leur donnant des rôles à jouer à l'intérieur du groupe ou pour le groupe. L'entraîneur doit pouvoir apporter un maximum d'informations liées à la pratique car c'est sur ces âges que l'assimilation est la plus importante. Dans l'idéal l'intervention de l'éducateur devrait être la plus individualisée possible car c'est un public qui ne peut collectivement aller à la même vitesse d'apprentissage.

Enfin, il convient plutôt, dans sa quête de recherche d'autonomie, de lui apprendre à connaître ses limites et à maîtriser son corps afin qu'il puisse avoir une attitude positive dans son apprentissage.

Conclusion

L'enfance et l'adolescence représentent une période propice à l'apprentissage de nouvelles habiletés cependant il faut être attentif et vigilant dans son approche pédagogique. L'éducateur doit impérativement tenir compte de ces phénomènes pour apporter une adaptation permanente aux attentes variables et aux besoins inhérents à la pratique du badminton.

*Document intégralement tiré de :
Mallette Dispositif Jeunes - Livret FORMATION du jeune joueur - Caractéristique de l'enfant – page 38
à 45*