

L'enfant de 12 à 16 ans

Mieux connaître son public c'est gagner en efficacité car :

- Je ne ferai pas d'erreur dans ma programmation,
- Je ne serai pas surpris des réactions

Les aspects psychologiques	
Caractéristiques	Conséquence
<p><i>A la recherche de sa personnalité</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Besoin d'affirmation de soi• Remise en cause de la société, esprit critique• Recherche de l'indépendance = s'éloigne de sa famille• Découverte de l'amour : confusion entre tendresse et sexualité	<p><i>Nécessite de vie en groupe, en communauté</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Etablir un projet commun• De classement, d'entraînement (tâche)• De jeu (organisation/ principe de jeu = identité de l'équipe)
<p><i>Période de crise importante</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Le monde est à lui• Curieux de tout connaître, d'avoir ses propres opinions	<p><i>Nécessite de compétition</i></p> <p>A introduire le plus souvent possible dans l'entraînement :</p> <ul style="list-style-type: none">• Planifier des objectifs psychologiques pour développer : Abnégation/ surpassement/ engagement...• Etre très rigoureux sur l'implication psychologique
<ul style="list-style-type: none">• Cherche des supports affectifs ailleurs = recherche du confident• Besoin de se surpasser, réaliser un exploit personnel• S'implique dans des communautés très unies, des risques courus en commun	<p><i>Nécessite de considération</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Responsabiliser/faire confiance• Laisser l'initiative et gérer à distance• Sécuriser (attitudes pédagogiques)• Etre disponible, à l'écoute

Les aspects physiques (12-16ans)

Caractéristiques	Conséquence
<p><i>Bouleversements physiologiques et morphologiques</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Crise de croissance (7, 8, 10 cm par an) Perturbations des coordinations de repères moteurs• Développement de la force musculaire des membres inférieurs, puis du dos et des bras• Différenciation morphologiques entre les filles et les garçons• Fragilité organique = fatigabilité	<p><i>Poursuivre la formation (endurance, vitesse/détente, vivacité, souplesse)</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Importance du contrôle médical• Entretenir toute les facettes de la psychomotricité• Introduire la variété = proche de la réalité

Les aspects tactiques

Caractéristiques	Conséquence
<ul style="list-style-type: none">• Maturation psychologique Disparition de l'égoïsme• Capacité de compréhension très développée	<ul style="list-style-type: none">• Faire différencier les différentes phases générales de la logique du jeu (éduquer à une perception d'indicateurs de plus en plus spécifiques)• Apprentissage tactique dans sa totalité Travailler sur l'ensemble des principes de résolutions avec priorités suivant le niveau de groupe Planifier les contenus d'entraînement Privilégier la richesse (zone,...) Faire des choix d'éducation, mais pas d'efficacité immédiate (résultats)