

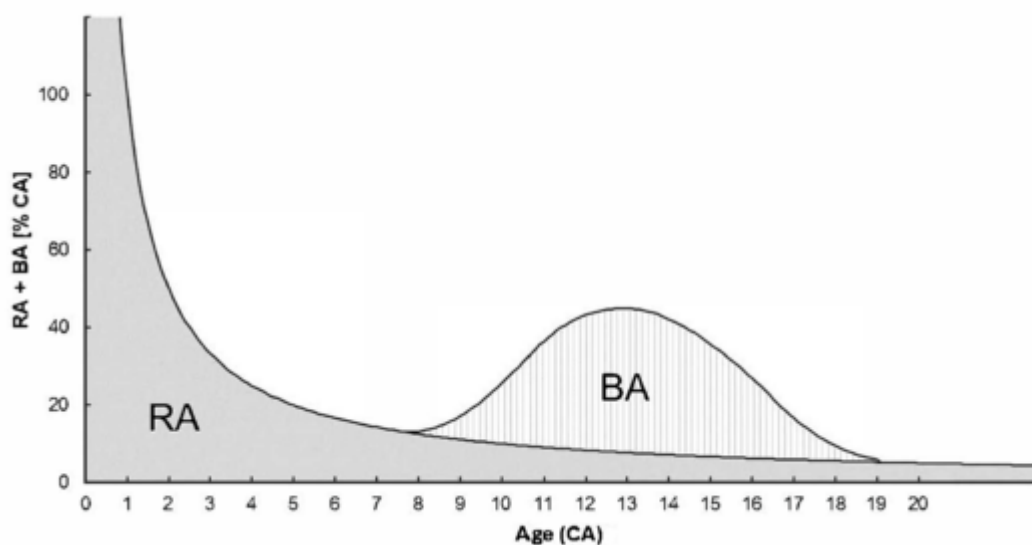
# Effets de l'âge en sport: Combinaison âge relatif et âge biologique

En combinant l'âge relatif (RA) et l'âge biologique (BA), on peut tirer des conclusions plus précises pour la sélection des talents.

Texte: Dennis Lüdin, Marie Javet, Michael Romann; Sciences de l'entraînement, Haute école fédérale de sport de Macolin HEFSM

L'âge relatif (RA) et l'âge biologique (BA) expliquent les différences de développement des joueurs de la relève à l'intérieur d'une catégorie d'âge. Si l'on combine les deux aspects, on peut représenter l'importance globale des différentes prédispositions physiques et psychiques par rapport à l'âge chronologique.

En outre, cela permet de reconnaître les pourcentages d'âge relatif (RA) et d'âge biologique (BA) dans les catégories d'âge en question (figure 1).



Vu que les plus grands écarts au niveau de l'état de développement biologique se rencontrent durant la phase pubertaire, les avantages physiques et psychiques des jeunes athlètes peuvent être attribués, jusqu'à huit ans, principalement à l'âge relatif. A partir de la huitième année, l'influence de l'âge biologique augmente continuellement tandis que celle de l'âge relatif diminue progressivement. On estime qu'à partir de la onzième année (chez les garçons), la majeure partie des disparités sont dues aux différences de l'âge biologique.

Ces différences restent bien présentes jusqu'à l'âge de 18 ans, ce qui correspond à la fin de la poussée de croissance. Il apparaît donc clairement que la tranche d'âge dans laquelle la sélection est faite est décisive. Avant la huitième année, les différences au niveau de l'âge biologique sont minimales, c'est pourquoi il est pertinent de focaliser l'attention sur l'âge relatif, même si les sélections chez les plus jeunes ne sont pas souhaitables en principe. Au fil des années, il s'agira de mettre de plus en plus l'accent sur l'âge biologique, afin de tenir compte des différences entre les jeunes athlètes pour les sélections.

## La combinaison dans la pratique

Dans quelle mesure tient-on compte de la combinaison des deux facteurs d'influence que sont RA et BA dans la sélection pratique des jeunes athlètes? Une étude actuelle autrichienne montre que les jeunes athlètes sélectionnés en football et en ski alpin, nés durant le quatrième trimestre, sont considérés de manière disproportionnée comme physiquement précoces. Inversement, les juniors à maturité physique tardive ne se retrouvent que dans les deux premiers trimestres (Müller et al., 2017).

En d'autres mots, les désavantages imputables au RA et au BA semblent être trop importants pour espérer une sélection. Soit l'on compense les désavantages du RA par un BA avancé, soit on contrebalance un état de développement tardif (BA) par les avantages liés à l'âge relatif (RA).

Une évaluation montre le modèle des joueurs sélectionnés en U15 des trois dernières années (tableau 1).

Les joueurs du T4 affichent moins souvent un développement tardif que ceux des autres trimestres. Le tableau est cependant moins extrême que celui susmentionné dans l'étude autrichienne. Il y a une part de 1.0% de joueurs à maturité tardive nés dans le T4, respectivement 4.4% dans le T3. Les jeunes à maturité tardive ne sont donc pas nécessairement nés dans la première moitié de l'année. Ils ne sont ainsi pas complètement exclus du processus de sélection de l'Association suisse de football.

Etat de développement	% précoce	% possibl. précoce	% normal	% possibl. tardif	% tardif	Total
Trimestre						
Q1	13.1 [27]	4.4 [9]	12.6 [26]	7.3 [15]	9.2 [19]	46.6 [96]
Q2	7.8 [16]	3.4 [7]	5.8 [12]	3.4 [7]	5.8 [12]	26.2 [54]
Q3	6.3 [13]	1.9 [4]	3.9 [8]	1.9 [4]	4.4 [9]	18.4 [38]
Q4	2.4 [5]	0.0 [0]	3.4 [7]	1.9 [4]	1.0 [2]	8.7 [18]

Tableau 1: Remarques: les valeurs représentent le pourcentage de l'ensemble des joueurs U15 des années 2015-2017 (n = 206). Les nombres entre parenthèses correspondent au nombre absolu de joueurs.

Il n'empêche que les chances pour un joueur du T4 à maturité tardive d'être sélectionné restent très faibles (deux joueurs sur 206). Pour contrebalancer cette tendance, l'**instrument PISTE** (Pronostic, Intégratif, Systématique, enTraîneur, Estimation) a été introduit en 2009 en Suisse. Cet outil tient compte notamment de l'âge relatif et de l'âge biologique dans l'évaluation du potentiel des joueurs.

### Dossier (articles dans l'ordre chronologique de lecture)

- [Effets de l'âge en sport: Influence sur la sélection des talents \(2018\)](#)
- [Effets de l'âge en sport: Age biologique et niveau de développement](#)
- Effets de l'âge en sport: Combinaison âge relatif et âge biologique
- [Effets de l'âge en sport: Solutions envisageables](#)
- [Effets de l'âge en sport: Littérature et références](#)