

Apprentissage du hockey sur glace – Le pouvoir du jeu: Un outil puissant

Le jeu offre tous les ingrédients nécessaires à un bon apprentissage. Il est prouvé que les enfants et les jeunes demeurent plus longtemps concentrés et attentifs que lors d'un simple exercice. Ils s'engagent activement et, si le jeu est bien organisé, ils reçoivent un retour d'informations immédiat. Enfin, la répétition intelligente des mouvements entraîne la consolidation.

Dans le cas présent, jeu ne signifie pas (ou pas forcément) match. Il s'agit plutôt de formes de jeu et de petits jeux qui assure un cadre d'apprentissage ludique et stimulant. Depuis le 20e siècle, les pédagogues sont parvenus à convaincre l'opinion du rôle du jeu dans le développement des enfants et des jeunes.

Le jeu: oui, mais pourquoi?



Les vertus du jeu dans le sport sont multiples. En premier lieu, les enfants et les jeunes éprouvent un besoin naturel de jouer. Autre élément, le jeu favorise les apprentissages essentiels et complexes dans une atmosphère stimulante. Pratiqué parfois individuellement, parfois aux côtés de coéquipiers, il engage la tête et/ou le corps.

Mais ce n'est pas tout: les situations de jeu changeant constamment, les joueurs doivent apprendre à lire le jeu et à réagir en conséquence. Souvent «contraints» de se mesurer aux autres, les enfants et les jeunes font l'expérience de la victoire et de la défaite. Enfin, ils apprennent à respecter les règles, les coéquipiers et les adversaires.

Le jeu: oui, mais comment?

Comme mentionné précédemment, le jeu est un moyen d'apprentissage privilégié – à la fois stimulant et exigeant – et son cadre est idéal, pour autant que certaines conditions soient réunies.

Tout d'abord, l'objectif doit être clairement défini, ce qui oblige l'entraîneur à se poser les questions suivantes: Quels sont les buts que je veux atteindre avec ce jeu? Ce jeu est-il au service de mon objectif? Cette démarche permet à l'entraîneur de définir des points clés (keypoints) qu'il pourra contrôler dans le détail. Il bénéficiera ainsi

d'un feed-back sur le fonctionnement de son jeu, son organisation et son exécution par les joueurs.

Ensuite, l'entraîneur doit, selon le niveau et l'âge de ses joueurs, fixer un challenge, chercher la compétition (jouer pour gagner), inventer des histoires ou encore travailler avec des métaphores qui augmentent l'intensité et l'envie de bien faire.

L'organisation est un autre aspect très important puisqu'elle permet de créer un terrain propice à l'apprentissage. Idéalement, le jeu doit fonctionner sans intervention externe, afin que les jeunes puissent apprendre par eux-mêmes. L'entraîneur dispose ainsi de plus de temps pour observer, encourager et motiver ses joueurs.

Let's go play hockey!

Grâce au jeu et aux diverses adaptations faites par les entraîneurs, les enfants et les jeunes peuvent – conformément aux trois degrés d'apprentissage du concept méthodologique du manuel clé de J+S – «acquérir et stabiliser» de nouveaux éléments, les «appliquer et varier» dans des conditions d'apprentissage modifiées dans un but précis, et finalement «créer et compléter» leur répertoire moteur. Pour qui l'utilise à bon escient, le jeu devient alors un instrument puissant en faveur de l'apprentissage du hockey sur glace.

Source: Benoît Pont, chef de sport J+S Hockey sur glace et coach instructeur Swiss Ice Hockey



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO