

Programmes de développement de Hockey Canada

*Cadre pour la programmation du
développement à long terme du joueur*



www.HockeyCanada.ca

Énoncé de mission de Hockey Canada

▼ « *Diriger, développer et promouvoir
des expériences enrichissantes au
hockey. »*

Défier • Apprendre • Améliorer



Buts de la programmation – axée sur le participant

- ❖ Déterminer la « référence absolue » pour toute la programmation hockey.
- ❖ Offrir une expérience enrichissante à tous les participants axée sur l'acquisition de solides habiletés de base.
- ❖ Respecter les principes du développement à long terme du joueur (DLTJ) dans la conception et la mise en œuvre de programmes conçus pour des âges précis.



Développement à long terme du joueur

En termes simples, le développement à long terme du joueur (DLTJ) est un cadre de référence pour maximiser le potentiel d'un joueur et sa participation à long terme au sport au cours de sa vie.

Cette philosophie présente une vision du hockey au Canada qui profite de l'histoire et de la culture du sport pour accroître la participation et jeter les assises du succès international pour de nombreuses années à venir.



Développement à long terme du joueur

Mission 10/10 000

La recherche a démontré qu'il faut au moins 10 ans et 10 000 heures d'entraînement délibéré pour qu'un athlète talentueux atteigne l'élite (Starkes et Ericsson, 2003).

Ceci signifie qu'avant que la règle des 10 ans ou 10 000 heures entre en jeu :

1) un joueur doit avoir développé les habiletés fondamentales; et

2) un savoir-faire physique.

**Pour un joueur et un entraîneur, ceci représente un peu plus
de trois heures d'entraînement ou de compétition
par jour pendant 10 ans.**



Développement à long terme du joueur

- ❖ Tient compte du développement physique, mental, émotionnel et cognitif des enfants et des adolescents. Chaque stade correspond à une étape distincte du développement de l'athlète.
- ❖ Permet d'acquérir le savoir-faire physique – qui sert de fondement à la poursuite de l'excellence.
- ❖ Assure que l'athlète bénéficie des meilleurs programmes d'entraînement, de compétition et de récupération tout au long de sa carrière.
- ❖ Offre une structure de compétition optimale adaptée aux différents stades de développement de l'athlète.



Développement à long terme du joueur

- ❖ A une incidence sur l'ensemble des acteurs de l'échiquier sportif : participants, parents, entraîneurs
- ❖ Intègre le sport d'élite, le sport récréatif et communautaire, le sport étudiant et l'éducation physique offerte dans les écoles.
- ❖ Est conséquent avec les quatre objectifs de la Politique canadienne du sport — **participation accrue**, **excellence accrue**, **ressources accrues**, et **interaction accrue** — et témoigne d'un engagement envers l'atteinte de ces objectifs.
- ❖ Contribue à bâtir une société saine, bien renseignée sur l'activité physique et dont les membres pratiquent l'activité physique leur vie durant.



Développement à long terme du joueur

Ce modèle pour le hockey a été conçu en fonction des principes suivants :

- ❖ Faire la bonne chose pour le joueur au bon moment de son développement.
- ❖ Adopter une approche centrée sur le joueur et ne pas aborder le développement de la même façon pour tous les joueurs.
- ❖ Plus la base de joueurs sera large, plus le hockey connaîtra du succès au Canada.
- ❖ Voir le développement du joueur comme un processus à long terme.



Développement à long terme du joueur

- ❖ Aligner les ressources pour le développement du joueur à l'âge et aux capacités appropriés.
- ❖ Aligner les ressources pour le développement des entraîneurs et du matériel éducatif afin que les entraîneurs fassent la bonne chose au bon moment (manuels des habiletés, DVD).
- ❖ Le besoin de mieux éduquer les parents sur le développement de leur enfant au hockey. C'est bien que les parents veulent que leur enfant atteigne le plus haut niveau possible, mais ils doivent savoir la meilleure façon pour que cela se concrétise.



Développement à long terme du joueur

Inconvénients de notre système de développement

- ❖ Surcompétition et sous-entraînement
- ❖ Programmes pour adultes imposés à des enfants
- ❖ Programmes d'entraînement masculins imposés à des filles et des femmes
- ❖ Utilisation de l'âge chronologique plutôt que de l'âge développemental pour planifier l'entraînement et la compétition
- ❖ Les entraîneurs négligent largement les périodes critiques d'adaptation accélérée à l'entraînement (9-12 ans).



Développement à long terme du joueur

Inconvénients de notre système de développement

- ❖ *Les fondements du mouvement et les habiletés propres au sport ne sont pas enseignés correctement.*
- ❖ *La préparation est orientée vers des résultats à court terme.*
- ❖ *Les entraîneurs compétents se retrouvent au niveau de l'élite.*
- ❖ *Le système de compétition nuit au développement de l'athlète.*
- ❖ *Une spécialisation hâtive est demandée.*
- ❖ *Les parents ne sont pas renseignés sur le DLTA.*



Développement à long terme du joueur

Conséquences – Quels sont les résultats de ces inconvénients?

- ❖ *Piètres habiletés liées aux fondements du mouvement*
- ❖ *Manque de conditionnement approprié*
- ❖ *Mauvais développement des habiletés*
- ❖ *Mauvaises habitudes découlant d'une surcompétition axée sur la victoire*
- ❖ *Habiletés sous-développées et non perfectionnées à cause d'un sous-entraînement*
- ❖ *Potentiel des athlètes féminines non atteint à cause de programmes inappropriés*
- ❖ *Les enfants ne s'amuse pas, car ils participent à des programmes fondés sur les adultes.*
- ❖ *Aucun développement systématique de la prochaine génération d'athlètes pouvant réussir sur la scène internationale*
- ❖ *Défaut d'atteindre des niveaux de performance optimale lors de compétitions internationales*

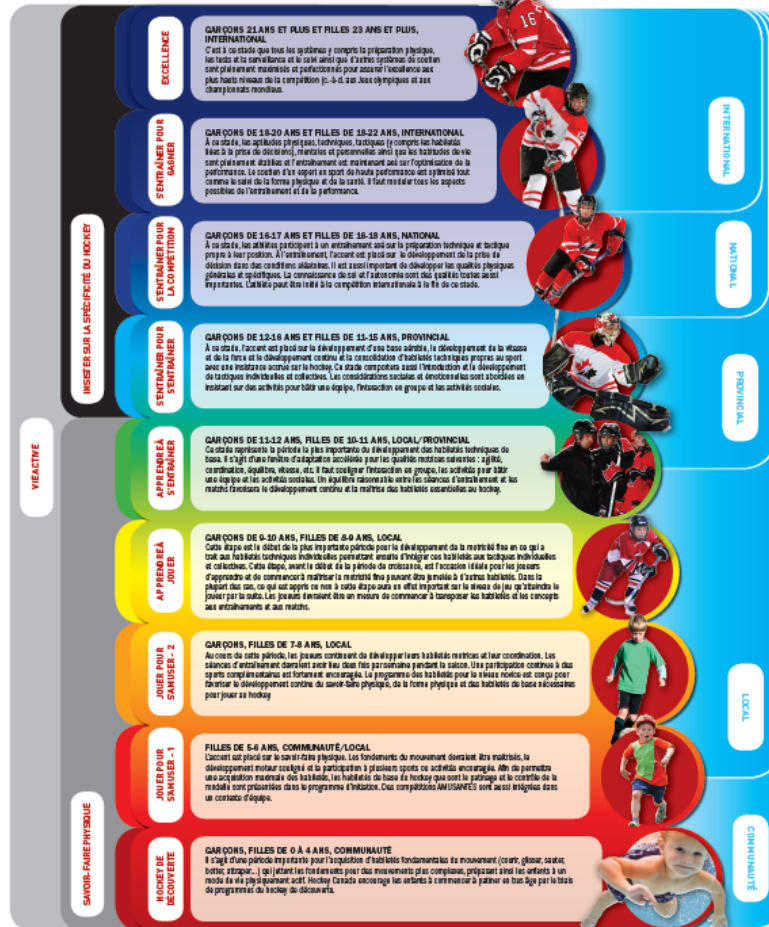


Développement à long terme du joueur

Conséquences – Quels sont les résultats de ces inconvénients?

- ❖ Les athlètes sont tirés dans tous les sens par les équipes scolaires, de clubs et provinciales à cause de la structure des programmes de compétition.
- ❖ Programmes de rattrapage mis en œuvre par les entraîneurs des équipes provinciales et nationales pour compenser les lacunes dans la préparation des athlètes.
- ❖ Performance nationale variable due à l'absence d'un cheminement développemental.
- ❖ Les athlètes ne peuvent atteindre leur potentiel génétique et leur niveau de performance optimal.



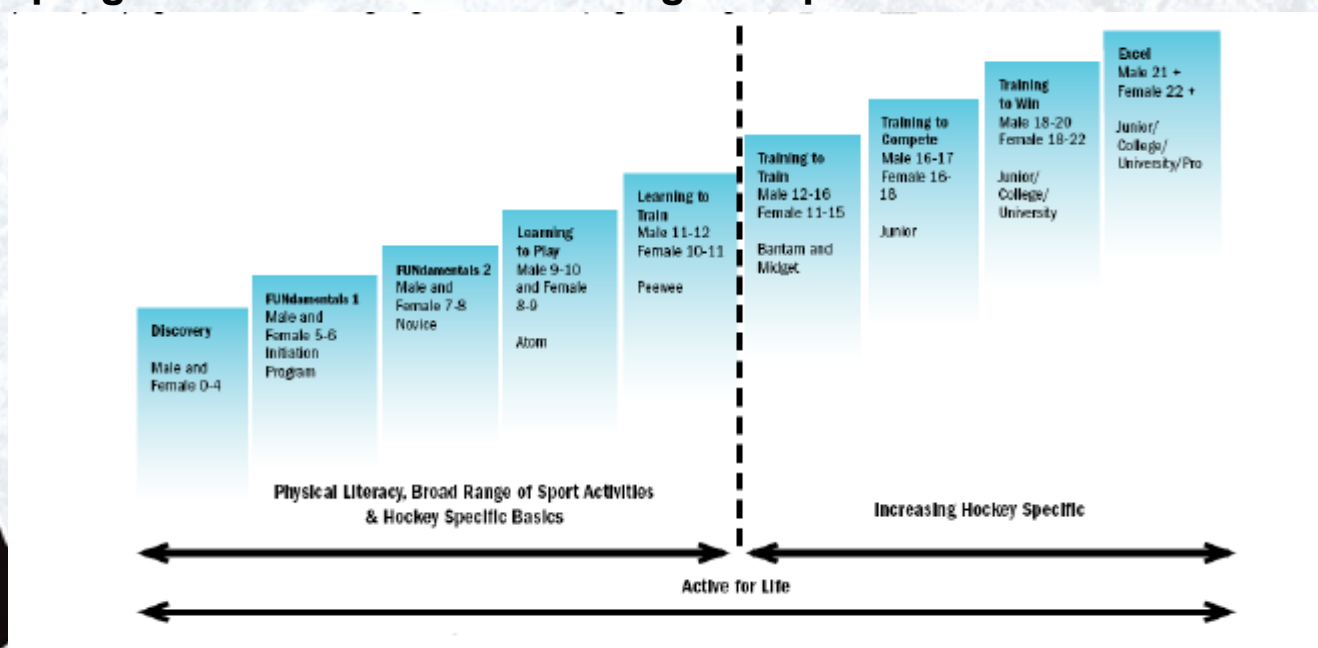


HockeyCanada.ca

HockeyCanada.ca

Développement à long terme du joueur

Le joueur de hockey mineur au Canada doit faire l'expérience de plusieurs activités d'apprentissage correspondant à son niveau d'habileté et à ses capacités. Le modèle du développement à long terme du joueur de Hockey Canada comporte neuf étapes. Celles-ci peuvent aussi être désignées comme le cheminement ou la progression du joueur de hockey. Le schéma suivant décrit cette progression à l'aide de termes génériques.



Développement à long terme du joueur

- Les tableaux suivants correspondant à des âges précis représentent des lignes directrices pour la création d'une structure saisonnière qui est plus propice au développement du joueur.

DLTJ – Initiation

Groupe d'âge	Nombre de séances d'entraînement	Début des séances d'entraînement	Saison de développement	Début des matchs	Saison de développement et régulière	Éliminatoires	Tournois	Nombre total de matchs
Initiation Idéal	35 - 40	15 sept.	10 semaines 20 entraînements 0 match	15 déc.	10 semaines 20 entraînements 10 matchs	S.O.	2 tournois 8 matchs	15 - 20



DLTJ – Novice

Groupe d'âge	Nombre de séances d'entraînement	Début des séances d'entraînement	Saison de développement	Début des matchs	Saison de développement et régulière	Éliminatoires	Tournois	Nombre total de matchs
Novice Idéal	40-45	15 sept.	10 semaines 20 entraînements 2 matchs hors concours	1 ^{er} déc.	14 semaines 28 entraînements 16 matchs	S. O.	3 tournois 12 matchs	30-35

DLTJ – Atome

Groupe d'âge	Nombre de séances d'entraînement	Début des séances d'entraînement	Saison de développement	Début des matchs	Saison de développement et régulière	Éliminatoires	Tournois	Nombre total de matchs
Atome Idéal	45-50	15 sept.	6 semaines 12 entraînements 2 matchs hors concours	1 ^{er} nov.	16 semaines 32 entraînements 20 matchs	15 mars	4 tournois 16 matchs	40-45

DLTJ – Pee wee

Groupe d'âge	Nombre de séances d'entraînement	Début des séances d'entraînement	Saison de développement	Début des matchs	Saison de développement et régulière	Éliminatoires	Tournois	Nombre total de matchs
Pee wee Idéal	50-55	15 sept.	4 semaines 12 entraînements 4 matchs hors concours	15 oct.	18 semaines 36 entraînements 24 matchs	15 mars	4 tournois 16 matchs	45-50



DLTJ – Bantam

Groupe d'âge	Nombre de séances d'entraînement	Début des séances d'entraînement	Saison de développement	Début des matchs	Saison de développement et régulière	Éliminatoires	Tournois	Nombre total de matchs
Bantam Idéal	55-60	15 sept.	4 semaines 12 entraînements 4 matchs hors concours	15 oct.	20 semaines 40 entraînements 28 matchs	15 mars 2 semaines 6 entraînements 8 matchs	3 tournois 12 matchs	50-55



DLTJ – Midget

Groupe d'âge	Nombre de séances d'entraînement	Début des séances d'entraînement	Saison de développement	Début des matchs	Saison de développement et régulière	Éliminatoires	Tournois	Nombre total de matchs
Midget Idéal	55-60	15 sept.	4 semaines 12 entraînements 4 matchs hors concours	15 oct.	20 semaines 40 entraînements 32 matchs	15 mars 2 semaines 6 entraînements 8 matchs	3 tournois 12 matchs	55-60

Buts de la programmation – centrés sur l'AHM

Ce qu'une AHM doit faire pour s'améliorer :

- Se concentrer sur l'appui de l'athlète complet et non seulement sur l'athlète en entraînement et en compétition.
- Présenter les habiletés propres au sport de façon systématique et au moment approprié.
- Recommander d'autres sports et des méthodes d'entraînement croisé pour permettre à l'athlète de s'éloigner du hockey et éviter un épuisement professionnel.
- Éliminer la concentration sur la victoire à tous les niveaux et tous les âges.



Buts de la programmation – centrés sur l'AHM

Les aspects les plus importants du développement des associations de hockey mineur sont la :

- 1) constance de la philosophie de l'entraînement;
- 2) constance de ce que les entraîneurs enseignent.



Buts de la programmation – centrés sur l'AHM

Le succès d'une association de hockey mineur en ce qui a trait à l'enseignement et au développement des joueurs sera fondé sur trois (3) principaux aspects :

- 1) Le plaisir que prennent les joueurs chaque jour qu'ils viennent à l'aréna;
- 2) L'amélioration des habiletés des joueurs;
- 3) Le développement des joueurs pour leur permettre de jouer au niveau supérieur.



Étapes clés de la création d'un modèle de programmation

Développer le joueur idéal?

Avants

- Très habiles, compétitifs et intelligents sur la glace
- Agiles en patins dans toutes les directions, nord, sud, est et ouest
- Créatifs – prêts à essayer des choses

Défenseurs

- Prêts à essayer et à réussir des jeux
- Bons passeurs, capables de prendre des décisions rapidement et patineurs agiles

Gardiens de but

- Font les arrêts qu'ils doivent faire
- Techniquement solides et athlétiques

Peu importe la définition du « joueur idéal », l'AHM et les entraîneurs doivent être sur la même longueur d'onde en ce qui a trait à ce qu'il faut développer et à comment le faire.



Étapes clés de la création d'un modèle de programmation

En adoptant un **curriculum technique et une méthodologie uniformisés pour la formation**, votre association bâtit une base qui permettra aux athlètes de prendre plaisir à jouer au hockey et de développer leur plein potentiel. Bien que chaque équipe devrait avoir comme objectif de connaître du succès au sein de sa ligue, le processus de développement du joueur devrait être au premier plan de chaque équipe et cette **composante du développement ne doit pas être compromise.**



FC Barcelone – Preuve d'un système

- À une époque où bon nombre de grandes équipes professionnelles de soccer optent pour la méthode de la « solution rapide » pour bâtir leur équipe, la philosophie du FC Barcelone peut parfois sembler comme un raisonnement d'une époque révolue.
- Alors que leurs adversaires dépensent leur argent pour obtenir les meilleurs joueurs, *Barça* continue d'**accorder une grande importance à un programme de développement qui a permis à un nombre remarquable de jeunes joueurs de talent de cheminer jusqu'à la première équipe de Barcelone et au-delà.**
- Bien que plusieurs autres grands clubs ont des programmes de longue date pour les jeunes, aucun n'a pu rivaliser avec le succès qu'a connu l'académie *La Masia* de *Barça* au cours des dernières années.

FC Barcelone – Preuve d'un système

- ❖ Ballon d'Or de la FIFA - Messi, Iniesta et Xavi (**première fois de l'histoire où trois joueurs issus du même programme pour les jeunes se disputaient le prix du meilleur joueur au monde**) – le succès incroyable de l'académie incarné par ces joueurs a aussi sauté aux yeux de tous lors de la campagne réussie de l'Espagne à la Coupe du monde FIFA 2010 en Afrique du Sud.
- ❖ Sept anciens de *La Masia* faisaient partie de l'équipe de l'Espagne qui a remporté la Coupe du monde en Afrique du Sud – et six d'entre eux étaient parmi les 11 partants.

« Ce n'est pas un objectif précis, mais nous voulons que le plus de joueurs possible de l'académie atteignent les plus hauts niveaux. »



FC Barcelone – Preuve d'un système

Quoique le nombre de diplômés de *La Masia* soit peut-être le meilleur indice du succès de *Barça*, **son efficacité à perfectionner le talent brut des jeunes athlètes est l'élément clé derrière ce succès.**

Maintenant que Barcelone voit son investissement à long terme dans la jeunesse récompensé, il est surprenant de constater que d'autres clubs ne parlent pas d'imiter les méthodes et les philosophies de *La Masia*.

« La plupart des équipes se fient toujours à l'entraîneur de la première équipe, au président. Les changements qui surviennent au sein des clubs tous les deux ou trois ans signifient que les idées changent, mais *Barça* a toujours **conservé la même philosophie en ce qui a trait au soccer pour les jeunes et c'est là la principale différence entre ce club et les autres.** C'est la clé de notre succès. »



FC Barcelone – Preuve d'un système

Des décennies d'investissement

Le succès de *La Masia* n'est pas survenu en un jour. Il est plutôt le résultat de plus de trente ans de développement ambitieux du soccer chez les jeunes par le club.

La philosophie selon laquelle il fallait croire aux jeunes joueurs et les **orienter vers une doctrine axée sur les courtes passes et le jeu de possession** était un tout nouveau concept lorsqu'elle a été introduite dans le club dans les années 1970.

L'important au fil des ans a été la façon dont l'académie pour les jeunes a été forcée **d'imiter les stratégies et formations en vigueur au sein de la première équipe de Barcelone.**



FC Barcelone – Preuve d'un système

- Le style du jeu de possession a été **introduit systématiquement en même temps que la même philosophie** était appliquée aux équipes de jeunes – l'entraînement de tout le monde repose présentement sur les habiletés, les tactiques et la philosophie du 4-3-3 en vigueur.
- Alors que les membres du personnel d'entraîneurs continuaient de suivre la méthode de Michel, ce fut Cruyff qui a décidé que **toutes les équipes de Barcelone allaient jouer de la même façon afin de faciliter la transition vers la constance.**

FC Barcelone – Preuve d'un système

- « Nous sommes très fiers et satisfaits de ce qui se passe en ce moment », et cela est dû au travail des **nombreuses personnes qui ont gardé la même approche pendant plusieurs années** pour nous permettre d'en arriver ici alors que les trois meilleurs joueurs au monde sont des anciens de notre académie pour les jeunes. »
- « Pour Barcelone, avoir les trois finalistes au Ballon d'Or de la FIFA au sein de la formation est un témoignage de l'excellence du club en tant qu'établissement. Il va sans dire que Barcelone est admirée pour son succès, mais **la reconnaissance sociale et sportive dont jouit le club va au-delà du simple fait de gagner des matchs**. Cela a trait au modèle de football que nous projetons qui montre qu'il est possible d'être compétitif et de gagner tout en rendant cela agréable pour les spectateurs. »

Étapes clés de la création d'un modèle de programmation

Utilisez les ressources présentées dans les pages suivantes pour vous aider à appuyer vos entraîneurs et leur fournir tous les outils nécessaires pour qu'ils développent leurs joueurs.



Ressources/Programmes

1. Manuels des habiletés
2. DVD Habiletés en or
3. Entraîneurs-conseils
4. Ateliers spécialisés
5. Trousses d'exercices
6. Programme d'excellence
7. Camps de développement des habiletés



Développement à long terme du joueur

- Intégré aux Manuels de développement des habiletés Hockey Canada depuis 1996
- Manuels de développement des habiletés offerts pour tous les âges depuis 1999
- Chaque manuel contient 32 plans de séances d'entraînement qui progressent d'exercices simples à des exercices plus complexes

-**Initiation** - Novice - Atome

-**Peewee** - **Bantam** - **Midget**

-Demi-glace – Gardiens de but



Ressources/Programmes

Plusieurs ateliers spécialisés ont été conçus pour offrir aux entraîneurs, une séance pratique sur l'enseignement de diverses habiletés et tactiques et de divers systèmes. Cette méthode proactive ouvrira aussi les voies de communication pour les entraîneurs qui veulent avoir un mentor.

Sujets des ateliers spécialisés :

1. Patinage
2. Contrôle de la rondelle
3. Jeux dans des espaces restreints
4. Mise en échec
5. Développer des défenseurs
6. Tirer et marquer



Ressources/Programmes

