



Disponible en ligne sur

ScienceDirect
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

EM|consulte
www.em-consulte.com



LETTRE À LA RÉDACTION



Le développement athlétique des jeunes : synthèse ReFORM de la position de consensus du CIO

Youth athletic development: ReFORM synthesis of the IOC consensus position

1. Introduction

La déclaration de consensus du CIO sur le développement athlétique des jeunes présente une mise à jour des données scientifiques probantes sur la thématique du développement des jeunes athlètes : le processus de maturation biologique ; les défis pour la santé, le bien-être et les performances ; le développement athlétique [1]. Une attention particulière de cette déclaration est dédiée aux réalités auxquelles les jeunes sont confrontés et aux implications que cela pourrait avoir sur leur développement athlétique futur et leur engagement sportif (Fig. 1).

2. Le problème de la détection précoce

La situation actuelle dans le domaine du sport, notamment dans les grandes métropoles, est la suivante : les parents, les programmes et les entraîneurs identifient très tôt les jeunes athlètes qui doivent être spécialisés dans le sport. Le financement, l'énergie et l'attention sont réservés aux meilleurs athlètes et peu d'attention est accordée au développement d'athlètes polyvalents, quels que soient leur âge, leur profil démographique et leurs capacités. L'objectif n'est pas de former des athlètes pour la vie qui peuvent bénéficier de la pléthore d'avantages pour la santé découlant de la pratique sportive, mais plutôt de se concentrer sur la performance et l'atteinte du plus haut niveau sportif.

3. Vers un modèle plus inclusif

La réalité relevée dans cette déclaration de consensus est que la majorité des athlètes ne correspondent pas à ce moule et qu'un changement de culture doit être

mis en œuvre par toutes les personnes impliquées dans les sports avec la jeunesse afin de promouvoir l'inclusion, l'accessibilité et la sécurité pour tous ceux qui participent. Il est important de noter que cela n'empêche pas les athlètes d'atteindre leur performance maximale, mais que l'accent devrait être mis sur le développement d'athlètes équilibrés chez tous, puis sur le développement d'athlètes d'élite chez les plus talentueux, et non l'inverse. Quelques messages clés sont mis en évidence.

3.1. L'accessibilité

Il est important de créer des programmes qui tiennent compte des différentes réalités démographiques, des différentes disponibilités et des différents niveaux d'intérêt/de temps pour participer.

Les familles ne sont pas toujours en mesure de payer l'équipement, la formation spécialisée ou le développement individuel. Cela peut créer des inégalités dans le développement des compétences qui, à leur tour, donnent des avantages à ceux qui ont plus de temps et de moyens à investir pour leurs enfants.

Certains aspects du sport comme l'esprit sportif, l'intégrité, le travail acharné, le travail d'équipe sont souvent oubliés alors que les compétences, l'apparence, les capacités physiques sont recherchées.

Les athlètes de niveau inférieur ne reçoivent pas la même attention en matière de développement que leurs homologues de niveau supérieur, ce qui freine leur progrès et, par conséquent, parfois leur intérêt et leur enthousiasme à participer.

3.2. Inclusivité

Tous les niveaux, genres, ethnies, origines et âges doivent être traités de manière égale. Des systèmes doivent être mis en place pour assurer une représentation équitable dans les postes d'entraîneurs, d'arbitres et de dirigeants afin que les différentes réalités soient prises en compte dans les décisions relatives aux programmes sportifs financés par des fonds publics.

<https://doi.org/10.1016/j.scispo.2021.12.001>

0765-1597/© 2021 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

Le Développement du Jeune Sportif

Position de consensus du Comité International Olympique



Référence : Bergeron et al. BJSM 2015

Designed par ©YLMsSportScience

1 Sur-mesure

Respecter la singularité du jeune sportif, en pleine période de transformation physiologique et comportementale



2 Réussite

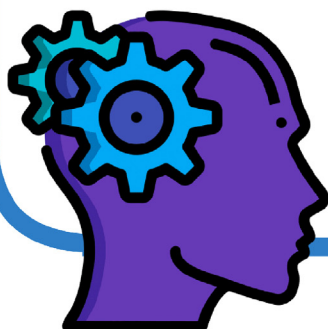
Contribuer à des expériences positives, bonnes pour la santé et favorables au développement de la personne



Images fournies par FlatIcon

4 Olympisme

Participer à former des sportifs résilients et adaptables, se démarquant par une grande robustesse mentale et la recherche continue d'Excellence



3 Coaching

S'appuyer sur un mode d'intervention flexible et adapté au stade de développement du jeune sportif et à sa progression



5 Diversité

Combiner des pratiques libres fondées sur le jeu avec des activités encadrées pour développer un large panel d'habiletés motrices et de compétences sociales

6 Ethique

Promouvoir la sécurité, la santé, le respect des règles, de l'adversaire et du jeu, tout en demeurant attentif aux problématiques de harcèlement et d'abus

7 Équilibre

Aider à maintenir un bon équilibre entre sa pratique sportive et la vie personnelle pour préparer au mieux à la vie post-compétition

Figure 1 Le développement du jeune sportif.

3.3. La sécurité

La résilience ainsi que les soins et la considération individuels sont primordiaux pour assurer la poursuite de la pratique sportive des jeunes athlètes.

Le développement est différent chez chaque athlète et, bien que les groupes d'âge permettent de séparer facilement les niveaux d'athlètes, cela peut amener certains retardataires à être exclus du sport plus tôt qu'ils ne le devraient et à freiner leur développement athlétique. Les organisations sportives doivent identifier les préjugés qui perpétuent ces inégalités et les atténuer, tout en permettant un accès continu aux jeunes qui sont en décalage dans leur développement physique par rapport à leurs pairs. Au niveau individuel, chaque membre de l'entourage des jeunes sportifs (entraîneurs, parents, professeur d'éducation physique...) doit être conscient des limites naturelles et des spécificités de la croissance des jeunes.

Chaque athlète se développe à son propre rythme, avec ses propres forces et faiblesses, mais les programmes d'entraînement et les critères de sélection sont uniformes pour tous les âges et toutes les capacités.

La spécialisation des athlètes à un jeune âge peut également affecter le développement d'un athlète à vie. Les blessures dues à la surutilisation, le manque d'équilibre dans la croissance corporelle et les pressions psychologiques susceptibles d'affecter la santé mentale sont autant de facteurs qui peuvent empêcher les athlètes de pratiquer un sport tout au long de leur vie, ce qui limite les bénéfices attendus pour la santé et la qualité de vie.

La prévention des blessures revêt un aspect capital et les programmes de prévention doivent être adaptés à l'âge et au développement des jeunes.

4. Conclusion

Dans l'ensemble, l'approche du sport chez les jeunes devrait privilégier la participation et l'inclusion plutôt que la spécialisation et l'exclusion. Notre société est de plus en plus sédentaire et la participation des jeunes aux sports permet d'acquérir des compétences telles que la coordination, l'endurance, la confiance en soi, les compétences académiques et les interactions sociales, qui peuvent contribuer à promouvoir la poursuite de l'activité physique plus tard dans la vie. Ceci apporte des avantages pour la santé tout au long de la vie contrairement aux carrières sportives de courte durée de la plupart des jeunes athlètes d'élite.

5. Nota

Cette publication fait partie du projet de traduction-synthèse des positions de consensus du CIO porté par le Réseau Francophone Olympique de la Recherche en Médecine du sport (ReFORM) et présenté dans un précédent éditorial [2].

Déclaration de liens d'intérêts

Les auteurs déclarent ne pas avoir de liens d'intérêts.

Annexe 1. Matériel complémentaire

La traduction francophone intégrale de la position de consensus originale est disponible au lien suivant: <http://www.sciencedirect.com> et doi:10.1016/j.scispo.2021.12.001.

Références

- [1] Bergeron MF, Mountjoy M, Armstrong N, Chia M, Côté J, Emery CA, et al. International Olympic Committee consensus statement on youth athletic development. *Br J Sports Med* 2015;49(13):843–51, <http://dx.doi.org/10.1136/BJSPORTS-2015-094962>.
- [2] Martens G, Edouard P, Tscholl PM, Bieuzen F, Winkler L, Cabri J, et al. Translation and synthesis of the IOC consensus statements: the first mission of ReFORM for a better knowledge dissemination to the Francophonie. *Sci Sports* 2021;36(4):323–4, <http://dx.doi.org/10.1016/j.scispo.2021.07.001>.

M. Moroz^a

G. Ostiguy^a

F. Delvaux^{b,c}

C. Nuehrenboerger^{d,e}

S. Nguyen^f

J.-F. Kaux^{b,c}

M. Schindler^g

R. Seil^{b,d,e}

G. Martens^{b,*}

^a Institut National du Sport du Québec (INS), Montréal, QC, Canada

^b ReFORM IOC Research Centre for Prevention of Injury and Protection of Athlete Health, 4000 Liège, Belgique

^c Physical Medicine and Sport Traumatology Department, SportS², FIFA Medical Centre of Excellence, FIMS Collaborative Centre of Sports Medicine, University and University Hospital of Liege, Liege, Belgium

^d Clinique du sport, Centre Hospitalier de Luxembourg, Luxembourg, Luxembourg

^e Luxembourg Institute of Research in Orthopedics, Sports Medicine and Science, Luxembourg, Luxembourg

^f French National Institute of Sport (INSEP), Paris, France

^g Department of Orthopaedic Surgery and Traumatology, Geneva University Hospitals, Geneva, Switzerland

* Auteur correspondant.

Adresse e-mail : geraldine.martens@chuliege.be

(G. Martens)

Reçu le 10 septembre 2021

Accepté le 30 octobre 2021