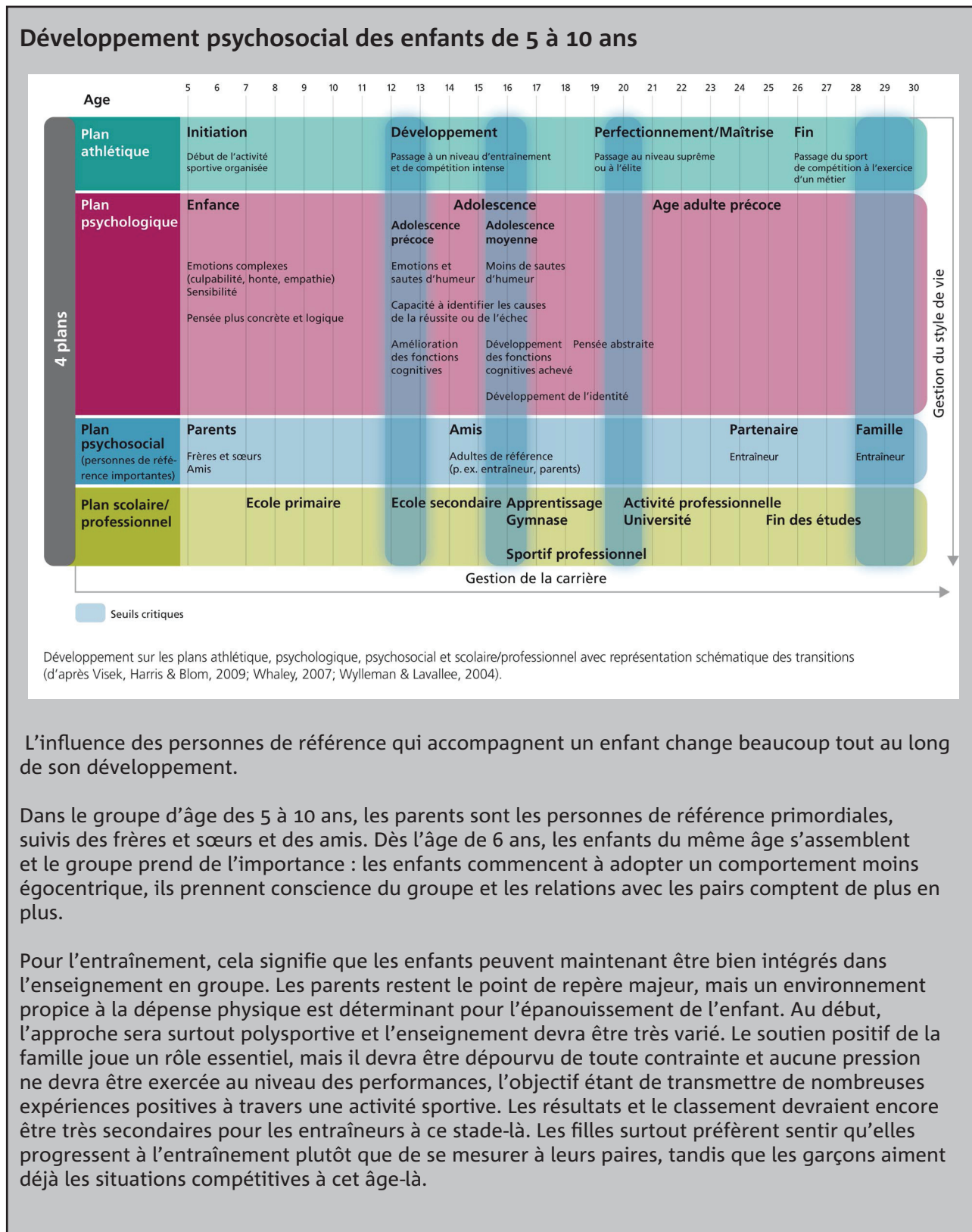


5-10 Entourage

Auteure: Annemarie Rüegg

1



L'influence des personnes de référence qui accompagnent un enfant change beaucoup tout au long de son développement.

Dans le groupe d'âge des 5 à 10 ans, les parents sont les personnes de référence primordiales, suivis des frères et sœurs et des amis. Dès l'âge de 6 ans, les enfants du même âge s'assemblent et le groupe prend de l'importance : les enfants commencent à adopter un comportement moins égocentrique, ils prennent conscience du groupe et les relations avec les pairs comptent de plus en plus.

Pour l'entraînement, cela signifie que les enfants peuvent maintenant être bien intégrés dans l'enseignement en groupe. Les parents restent le point de repère majeur, mais un environnement propice à la dépense physique est déterminant pour l'épanouissement de l'enfant. Au début, l'approche sera surtout polysportive et l'enseignement devra être très varié. Le soutien positif de la famille joue un rôle essentiel, mais il devra être dépourvu de toute contrainte et aucune pression ne devra être exercée au niveau des performances, l'objectif étant de transmettre de nombreuses expériences positives à travers une activité sportive. Les résultats et le classement devraient encore être très secondaires pour les entraîneurs à ce stade-là. Les filles surtout préfèrent sentir qu'elles progressent à l'entraînement plutôt que de se mesurer à leurs pairs, tandis que les garçons aiment déjà les situations compétitives à cet âge-là.

Recommandations pour l'environnement scolaire des 5 à 10 ans

La période de 5 à 10 ans comporte généralement 1 à 2 ans de jardin d'enfant, ainsi que les quatre premières années d'école primaire. Durant cette phase, les enfants ne sont pas encore très pris ni par l'école, ni par les unités d'entraînement recommandées, il est donc généralement superflu de trouver des arrangements avec des écoles primaires conciliantes en matière de sport et si c'était néanmoins nécessaire, cela se passerait sur une base individuelle. Souvent, il sera plus sage d'utiliser un allègement de l'horaire en faveur d'une régénération plutôt que de pousser l'entraînement à outrance. L'important, c'est la proximité entre le domicile, l'école et le lieu d'entraînement pour éviter de trop perdre de temps avec les déplacements. Il serait en outre souhaitable qu'un enfant déjà scolarisé puisse effectuer seul au moins une partie des trajets entre la maison, l'école et le lieu d'entraînement, c'est un bon exercice pour développer l'autonomie et la responsabilité personnelle.

A cet âge, les parents devraient avoir pour seul objectif de procurer à leur enfant le plaisir de jouer au tennis et de lui apprendre les règles de comportement (fair-play, égards pour les autres, politesse, etc.). La victoire et le classement ne sont encore pas du tout des priorités.