



Ressources pour les entraîneurs Hockey sur gazon Canada: Modes d'apprentissage

Il est important de noter que chaque personne a ses propres particularités, son histoire personnelle, son niveau de maturité, son vécu et ses capacités. Le savoir-faire physique, le mouvement et les habiletés sportives vont se développer à des rythmes différents, et par conséquent l'entraîneur doit élaborer des stratégies afin de soutenir tous les niveaux de développement des athlètes dans le cadre d'une séance d'entraînement.

Nous encourageons les entraîneurs à élaborer une approche axée sur l'athlète dans le cadre de leur travail d'entraîneur. Les éléments du mode d'enseignement axé sur l'athlète comprennent notamment

- L'enseignement à l'aide des matchs
- Poser des questions pour comprendre
- Prioriser les besoins de l'apprenant
- Apprentissage individualisé
- L'attention tournée vers la personne
- L'emphase sur le développement
- Le joueur prend les décisions
- Leadership démocratique
- Chaos
- Approche non-interventionniste
- Poser des questions et écouter
- Approche tacite et informelle

Comprendre les différents modes d'apprentissage et d'identification de la façon que chaque joueur apprend dans un milieu d'enseignement représente une première étape essentielle pour avoir un impact sur leur développement.

Il y a toutes sortes d'études et différentes modélisations qui ont été présentées en ce qui a trait aux modes d'apprentissage. Il est généralement reconnu que la plupart des personnes peuvent apprendre de différentes façons, mais ils vont souvent préférer une méthode particulière dans un milieu donné.

L'apprentissage d'habiletés: Connaître les différentes phases d'acquisition des habiletés aide un entraîneur à planifier des activités d'entraînement qui correspondent au développement de chaque joueur. Une méconnaissance peut faire en sorte qu'on aura des attentes irréalistes à l'égard de débutants.



1. Les débuts (étape cognitive)

Durant cette phase, les apprenants ont besoin d'acquérir une bonne compréhension des mouvements:

- une image mentale claire des mouvements qu'ils doivent faire
- Ils doivent réfléchir attentivement à la technique
- Ils commettront souvent des erreurs graves et
- Ils auront besoin de l'encadrement d'un entraîneur pour s'améliorer

2. L'amélioration (étape associative)

Durant cette phase, les apprenants répètent et cherchent à se familiariser avec une habileté donnée:

- Les apprenants ont déjà appris la technique
- L'attention se porte sur l'application et la répétition de l'habileté
- Le niveau de performance s'améliore et le nombre d'erreurs diminue
- Il est possible de commencer l'auto-évaluation et la correction des mouvements

3. L'expertise (étape d'autonomie)

Durant cette phase, les apprenants sont des experts et ils performant l'habileté automatiquement:

- Les apprenants peuvent performer la technique quasi automatiquement
- L'attention se porte sur la prise de décisions en terme de stratégie et de tactique
- Les apprenants sont habiles et se servent des techniques aux bons moments et aux bons endroits

Les étapes d'apprentissage: le modèle de Maslow

Le modèle d'apprentissage des nouvelles habiletés d'Abraham Maslow identifie quatre étapes d'apprentissage. Il propose que les personnes sont d'abord inconscientes de ce qu'elles ne savent pas, donc au stade d'incompétence inconsciente. Quand elles commencent à réaliser leur niveau d'incompétence, elles cherchent consciemment à acquérir une habileté, puis elles l'utilisent consciemment. Éventuellement, l'habileté peut être utilisée sans qu'on y réfléchisse consciemment - on dit alors de cette personne qu'elle a fait l'acquisition d'une compétence inconsciente.

