

Clinic interactif sur le focus attentionnel en badminton : impact sur la pratique des entraîneurs

SEPAPS 27.02.2020 – « Les praticiens parlent aux chercheurs »
Gaspard Quentin, Cloes Marc, Chauvel Guillaume & Mouton Alexandre



Clinic interactif sur le **focus attentionnel** en **badminton** : impact sur la pratique des entraîneurs

Réflexion initiale

Recherche



Pratique



Focus attentionnel



International Review of Sport and Exercise Psychology
Publication details, including instructions for authors and subscription information.
<http://www.tandfonline.com/loi/rirs20>

Attentional focus and motor learning: a review of 15 years
Gabriele Wulf^a
^a Department of Kinesiology and Nutrition Sciences, University of Nevada, Las Vegas, NV, USA
Published online: 24 Sep 2012.

← Interne → Externe →

→ Apprentissage
→ Performance



3

Une envie de partager

Clinic interactif sur le focus attentionnel en badminton : **impact sur la pratique des entraîneurs**

Recherche



Pratique



4

MAIS...

Original research

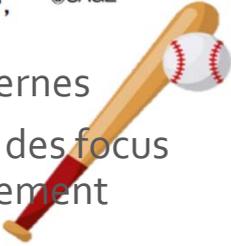
Focus of attention instructions during baseball pitching training

Erik van der Graaff¹, Marco Hoozemans¹, Maurice Pasteuning¹, Dirkjan Veeger^{1,2} and Peter J Beek¹

International Journal of Sports Science & Coaching
 International Journal of Sports Science & Coaching
 2018, Vol. 13(3) 391-397
 © The Author(s) 2017
 Reprints and permissions:
 sagepub.co.uk/journalsPermissions.nav
 DOI: 10.1177/1747954117711095
 journals.sagepub.com/home/spo
 SAGE

- Entraîneurs : 31% de focus externes
- Joueurs préféreraient recevoir des focus de type « internes » à l'entraînement

➔ Formation interactive



5



Retour aux chercheurs

Clinic **interactif** sur le focus attentionnel en badminton : impact sur la pratique des entraîneurs

Recherche

↻

Pratique

↻





6



Formation interactive

Activité d'apprentissage efficace : 3 éléments

- Expérience** : expériences des participants
- Théorie** : nouvelles connaissances
- Application** : réfléchir sur le sujet par rapport à leur pratique pour expérimenter les nouvelles connaissances sur le terrain

Source : Association canadienne des entraîneurs (2011)



7

Affiche de la formation

CLINIC ENTRAINEUR LE FOCUS ATTENTIONNEL

Comment orienter le focus attentionnel de vos joueurs pour booster leur apprentissage et leur performance ?

JEUDI 28 MARS 2019

18h30-21h (accueil dès 18h15)

Avenue de la Croix Rouge, 4 – 4500 HUY



Le focus attentionnel, c'est quoi ?



C'est ce à quoi un athlète pense, ce sur quoi il se concentre. Le focus peut être interne (orienté vers son corps) ou externe (orienté vers l'extérieur de son corps). La littérature scientifique à ce sujet est riche de 20 années de recherche. Ceci nous permet d'en retirer les implications pratiques pour intervenir sur le terrain de manière efficace et efficiente.

Le clinic

Formation interactive – Clés pour intervenir à l'issue du clinic – Verbalisation scientifique

Approche des concepts théoriques

Identifier les focus internes et externes

Orienter son discours lors de son intervention

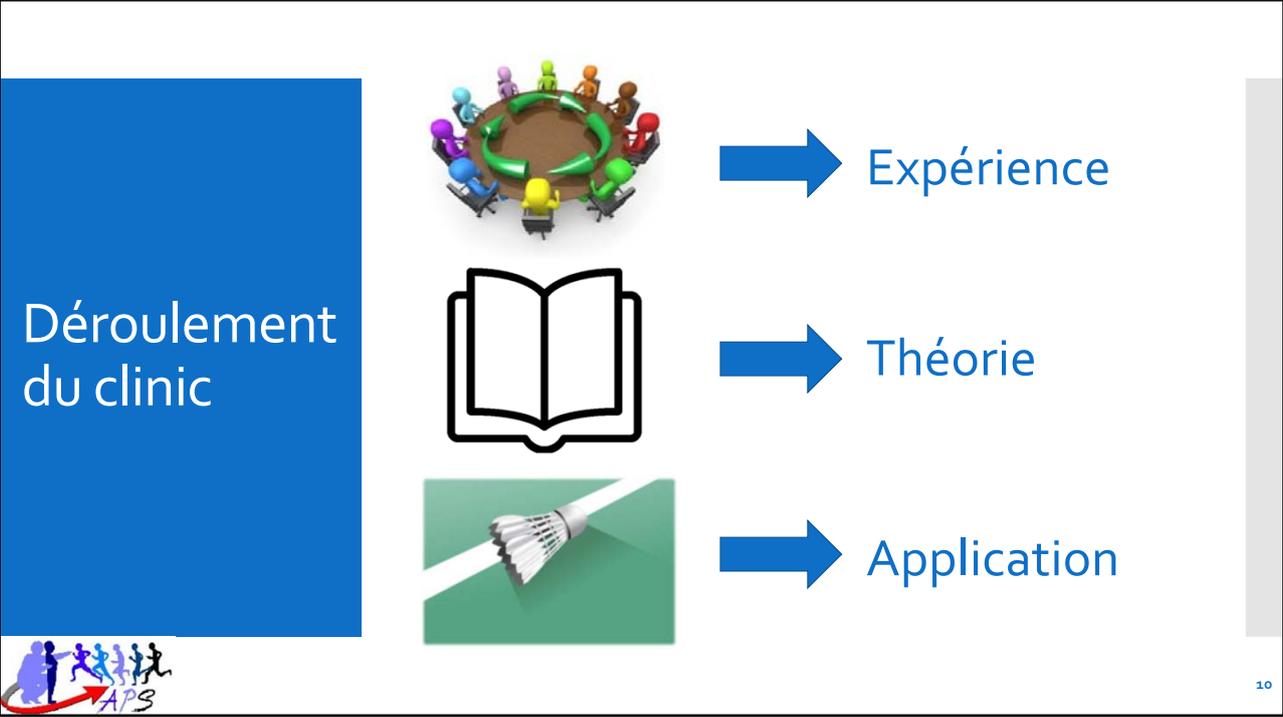
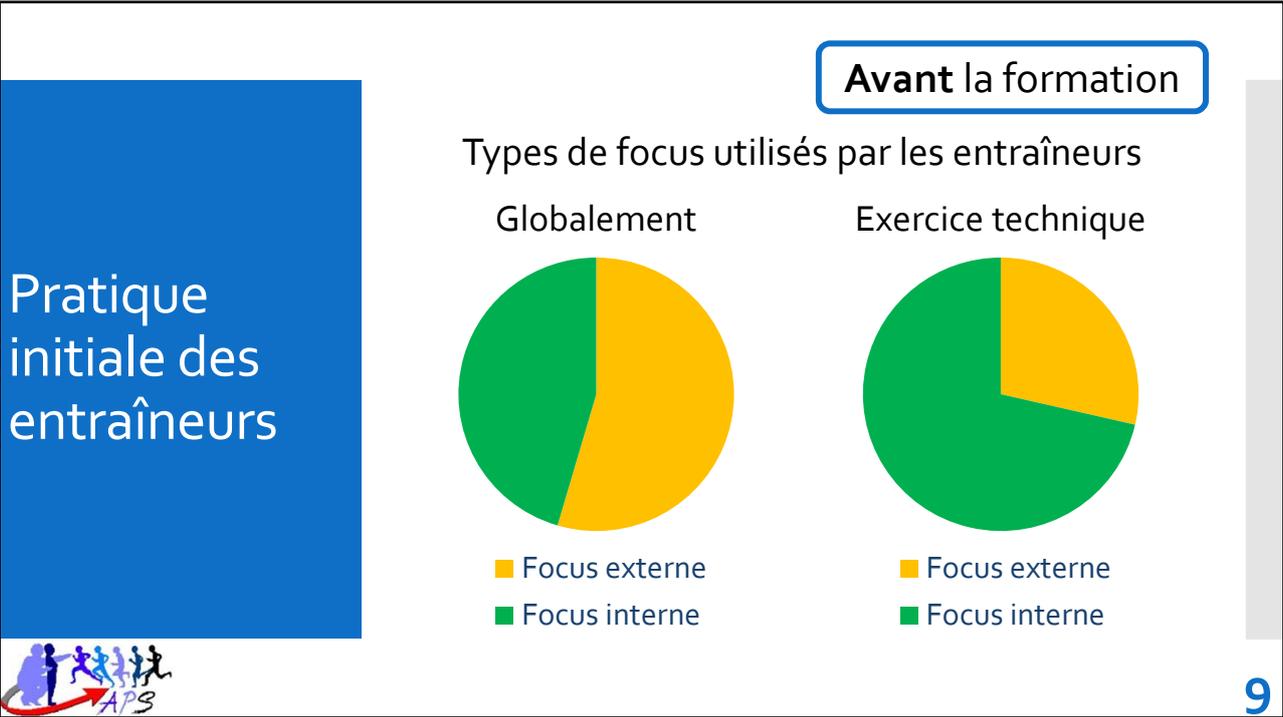
Infos & inscriptions

Quentin Gaspard – 0497 739 742
quentin.gaspard.coaching@gmail.com
Inscription gratuite et obligatoire
15 places disponibles

Clinic organisé en collaboration avec la Ligue Francophone Belge de Badminton et le Département des Sciences de la Motricité (Université de Liège) dans le cadre d'une recherche-action.



8



Continuum des types de focus en badminton

INTERNE

EXTERNE

proche

moyen

éloigné

Corps

Technique

Volant

Tactique

Trajectoire

Raquette

Chaussure

Adversaire

Inspiré de Tsetseli et al., 2016

11

Exemples pratiques

Adaptations du vocabulaire

Pied → chaussure

Main → raquette

12

Exemples pratiques

Adaptations matérielles



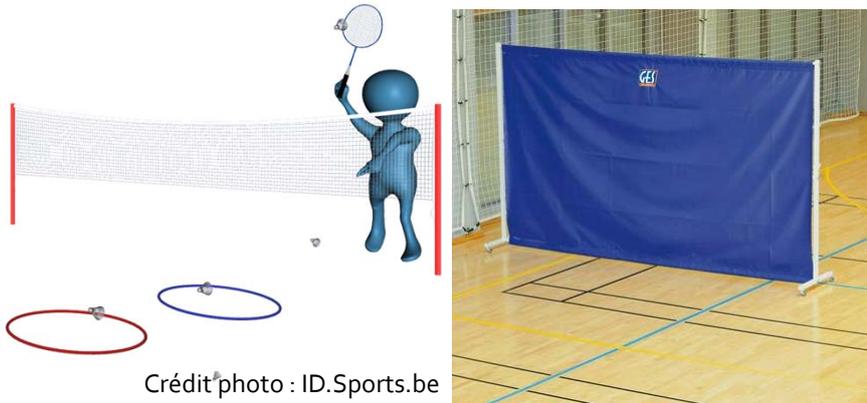
V-grip / Basic Grip Thumb Grip GripFixer®



13

Exemples pratiques

Adaptations matérielles



Crédit photo : ID.Sports.be

Cibles Parois



14

Exemples pratiques

Images mentales



Préparation frappes fond de cours



15

Mises en place des entraîneurs

Après la formation

Adaptations

- Vocabulaire 
- Matérielles 
- Images mentales 



16

Limites de l'étude

- Nombre d'entraîneurs (n=7)
- Pas d'évaluation sur l'utilisation des types de focus pendant leurs entraînements (à postériori)
- Impact réel sur les joueurs non mesuré



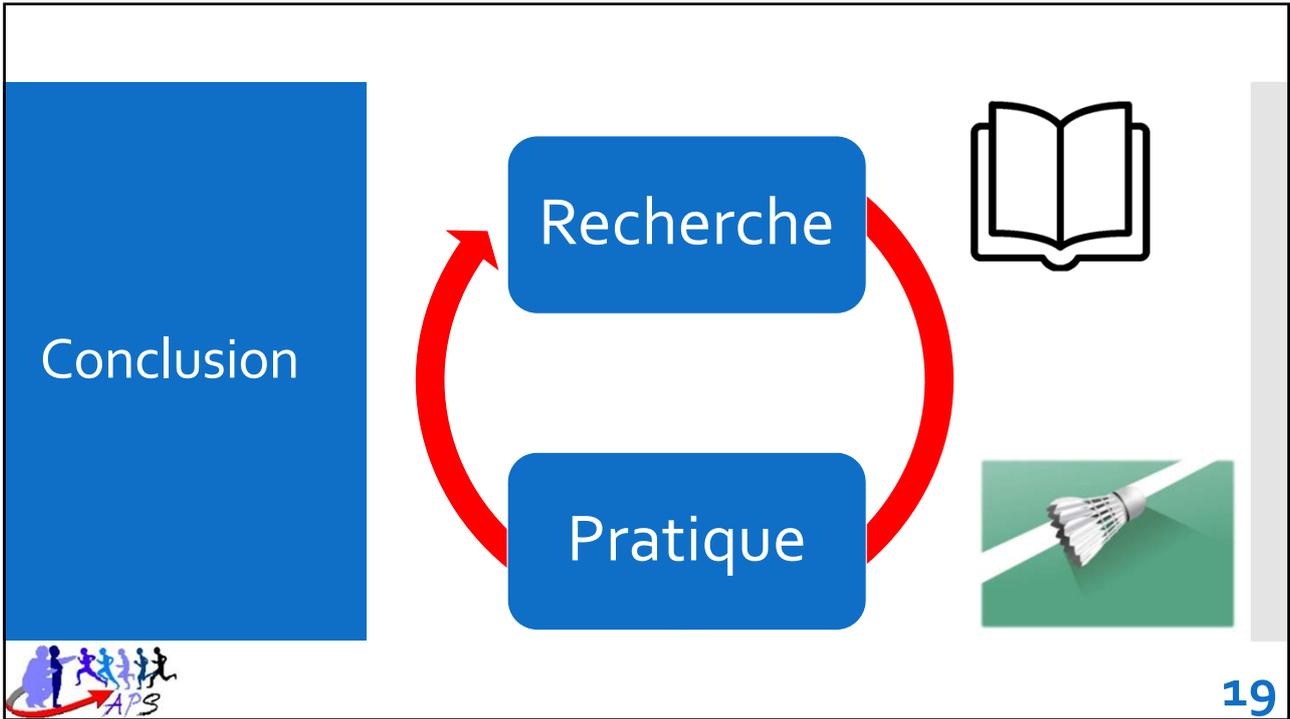
17

Perspectives de recherche

- Répéter cette formation avec un échantillon plus large, dans un autre sport et analyser l'impact chez les joueurs
- Clarifier la notion de « focus »
Quid images mentales ?
- Utilisation d'un ratio mixte ? Contexte ?



18



A magnifying glass icon is positioned on a blue rectangular background on the left side of the slide.

Merci pour votre attention !

Contact: q.gaspard@student.uliege.be

In the bottom-left corner, there is a small logo with stylized figures and the letters "APS". The number "20" is in the bottom-right corner.

Références

- Association canadienne des entraîneurs (2011). *Formation de formateurs interactifs. Niveau 1 : document de référence. Version 2.0.*
- Gabriele Wulf (2013): Attentional focus and motor learning: a review of 15 years, *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6:1, 77-104
- Hourst, B., & Thiagarajan, S. (2007). *Modèles de jeux de formation: les jeux-cadres de Thiagi* (3e éd.). Paris, France : Eyrolles.
- Tsetseli, M., Zetou, E., Vernadakis, N., & Michalopoulou, M. (2016). The effect of internal and external focus of attention on game performance in tennis, *Acta Gymnica*, 46, 4, 162–173.
- Van der Graaff, E., Hoozemans, M., Pasteuning, M., Veeger, D., & Beek, P. (2017). *Focus of attention instructions during baseball pitching training*. *International Journal of Sports Science & Coaching*.

