

Schweizerischer Fussballverband

Association Suisse de Football

Associazione Svizzera di Football

Swiss Football Association



Pour l'égalité des chances dans le football junior



Constats de nos études:

Conséquences des différences d'âge relatif et biologique sur la performance et solutions envisageables pour un développement équitable.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO

Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen EHSM

« Nous devons créer un environnement qui rende possible un développement équitable et durable. La première condition est de prendre en compte l'âge relatif et biologique durant les sélections et la répartition des joueur-euse-s dans les catégories afin que tout le monde profite des mêmes circonstances préalables. »

Patrick Bruggmann, directeur du développement du football ASF



Les trois joueurs sur cette photo ont le même âge mais démontrent en ce moment des capacités physiques différentes.

Etat actuel :

Développement équitable

non garanti

Focalisation injustifié sur l'année de naissance

- Actuellement, la répartition dans les catégories juniors ainsi que la sélection des talents se basent uniquement sur l'année de naissance.
- La différence d'âge relatif dans une même année de naissance peut atteindre jusqu'à 12 mois.
- Lors de la puberté, les différences d'âge biologique peuvent atteindre jusqu'à 6 ans. Ces différences ont un impact sur les performances individuelles.
- Les joueuse-s biologiquement plus jeunes au sein d'une catégorie ont généralement moins de chances d'être soutenue-s.
- Les possibilités des biologiquement plus jeunes sont fortement limitées : désavantagés lors des sélections, des talents potentiels sont ainsi perdus.
- Dans les catégories juniors féminines, les influences de l'âge relatif et biologique sont moins marquées. D'autres effets qui doivent encore être étudiés sont attendus.

L'âge chronologique (âge calendaire) indique l'âge en fonction de la date de naissance.

L'âge relatif définit la différence d'âge entre deux enfants nés durant la même année. Un enfant né en janvier est presque 12 mois plus âgé qu'un enfant né en décembre.

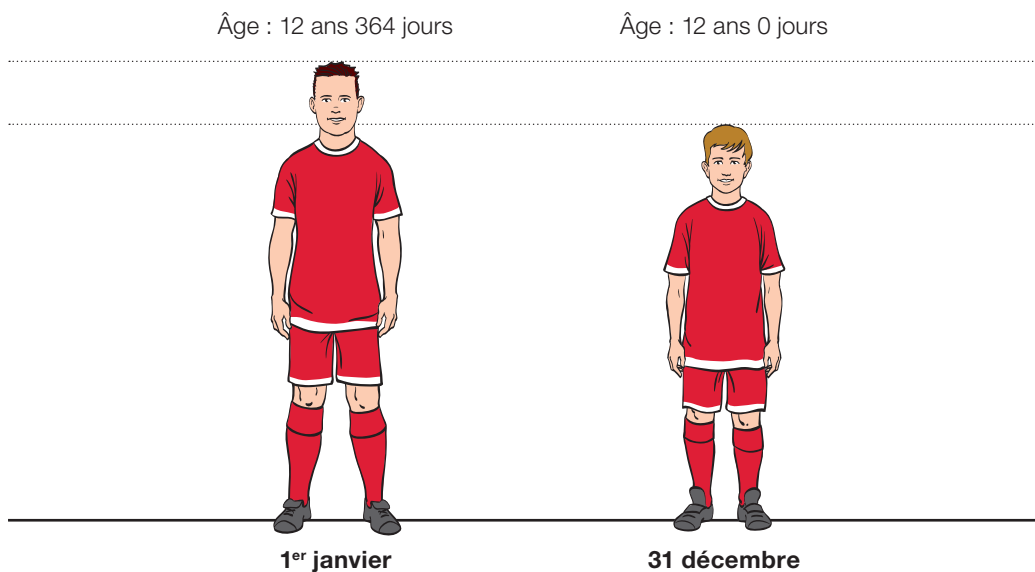
L'âge biologique décrit le développement du corps.

Le stade de développement biologique représente la comparaison entre l'âge biologique et l'âge chronologique. Un enfant présentant un développement tardif est biologiquement plus jeune que son âge chronologique.

L'effet d'âge relatif (RAE)

Même année de naissance mais presque un an d'avance et donc souvent plus performant-e

- La différence d'âge relatif entre un enfant né en janvier et un enfant né en décembre s'élève à presque une année.
- De telles différences d'âge mènent à une meilleure capacité de performance de la part des enfants nés en janvier.
- Les enfants nés en janvier (généralement relativement plus âgés) sont fortement surreprésentés dans les programmes de promotion des talents et dans les cadres des équipes nationales (effet d'âge relatif, RAE)
- Le RAE est très prononcé dans le football junior masculin.
- Le RAE est moins prononcé dans le football junior féminin.



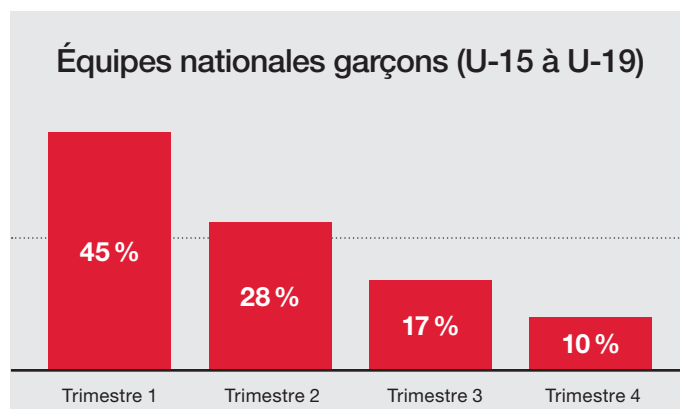
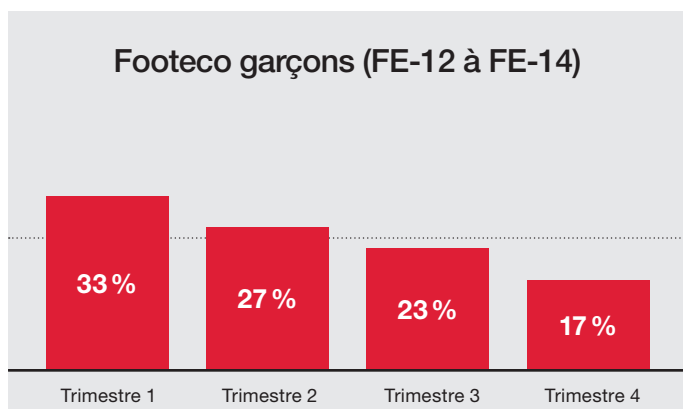
Graphique : L'enfant à gauche est né en janvier. Il est 364 jours plus âgé que l'enfant sur la droite, né en décembre. Dans le football, cela signifie souvent que l'enfant né en janvier a un tir plus puissant, court plus vite, s'impose plus dans les duels et présente des avantages cognitifs. En résumé : l'enfant né en janvier est en ce moment plus performant que l'enfant né en décembre.

Les conséquences des différences d'âge relatif sont regroupées sous le terme « **effet d'âge relatif** » (relative age effect, RAE).

Perte de nombreux talents

Optimiser le développement des talents

- Le RAE s'immisce déjà dans le football des enfants, lors de la répartition dans les équipes.
- Cet effet s'intensifie à chaque sélection dans le football de la relève et est particulièrement prononcé lors de la création des équipes nationales.
- La situation ne s'est pas améliorée durant les dernières années : beaucoup de talents potentiels nés dans la deuxième moitié de l'année ne sont pas intégrés dans les programmes de promotion de la relève. A l'inverse, les joueur-euse-s d'une même année de naissance né-e-s durant la première partie de l'année sont plus représenté-e-s au sein de ces programmes.
- De ce fait, l'Association suisse de football ne tire pas entièrement partie des possibilités qu'offre le football des enfants et des juniors.

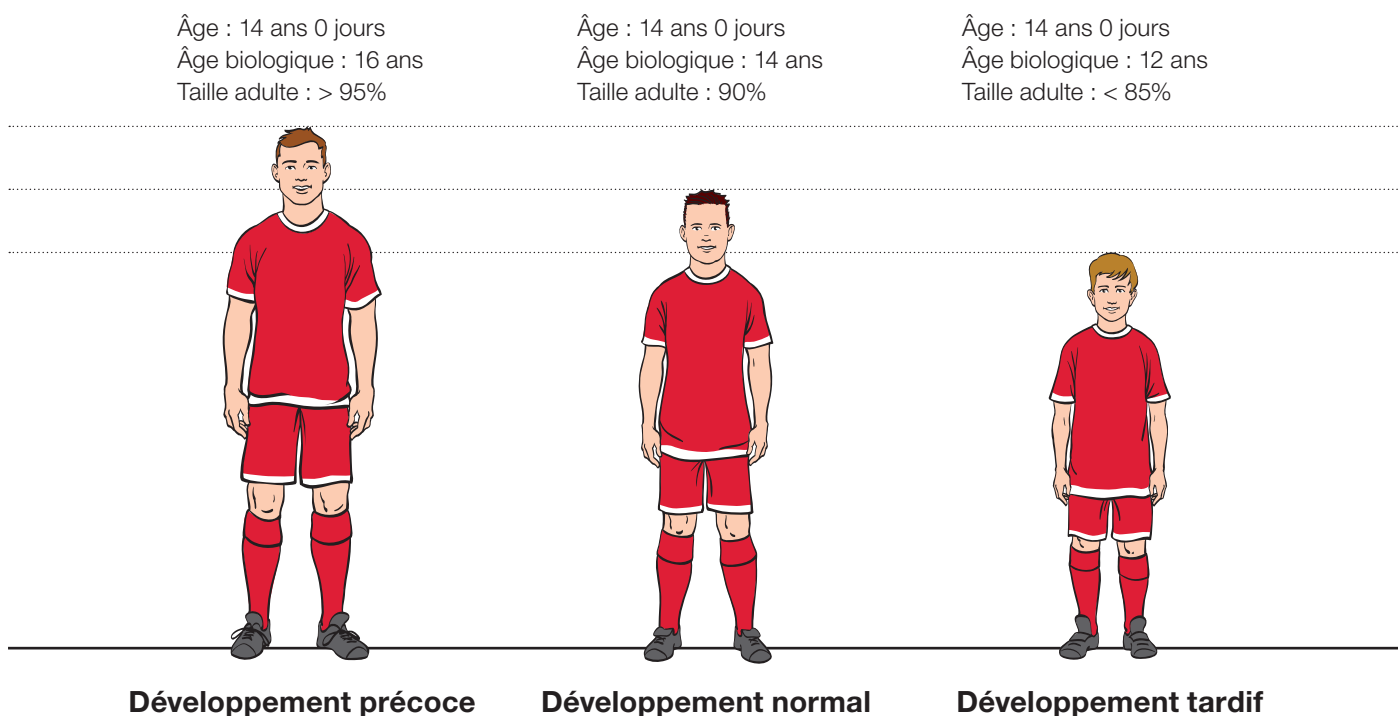


Graphiques : Plus les joueurs sont nés tard dans l'année, plus leur proportion est petite dans les équipes masculines Footeco et les équipes nationales. Les lignes en pointillé représentent la valeur théorique attendue (25%).

Stade de développement biologique

Même date de naissance – développement précoce, normal ou tardif

- C'est particulièrement durant la puberté que les différences de stade de développement biologique apparaissent. Cela implique que la capacité de performance des jeunes au développement précoce augmente fortement en comparaison à celle des jeunes au développement tardif.
- Chez les filles, l'apparition des différences entre les stades de développement biologique commencent environ deux ans plus tôt que chez les garçons. Les différences physiques sont cependant moins prononcées et d'autres effets sont attendus. Ces derniers doivent encore être étudiés.
- Beaucoup de composantes de la capacité de performance physique, comme la taille, le poids, la force, la vitesse, l'endurance ou la compréhension du jeu, dépendent du stade de développement biologique.

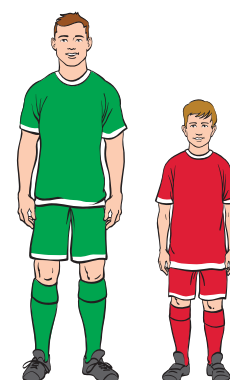
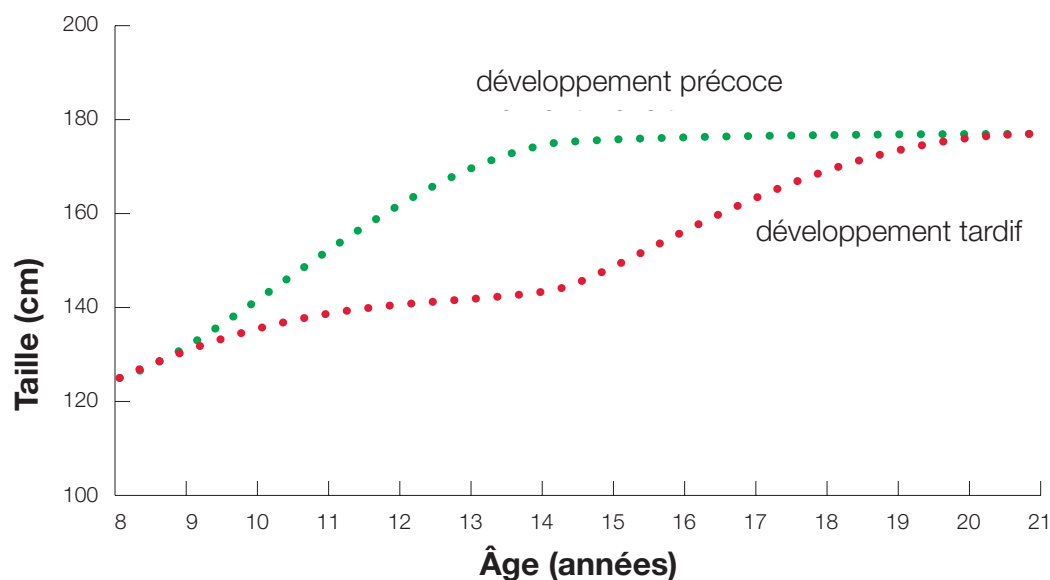


Graphique : L'âge chronologique du joueur au développement précoce tout à gauche s'élève à 14 ans, exactement comme les deux autres joueurs. En revanche, son âge biologique est estimé à 16 ans et il a atteint plus de 95% de sa taille adulte prédite. Le joueur au développement tardif tout à droite a un âge biologique estimé à 12 ans et a atteint moins de 85% de sa taille adulte prédite.

Meilleures capacités de performance pour les joueurs au développement précoce

Plus de force, plus de vitesse, plus de succès

- Deux jeunes de 14 ans dont la taille adulte estimée est égale peuvent présenter des différences de taille considérables durant leur croissance.
- C'est entre 11 et 18 ans (puberté) que les différences de taille sont les plus grandes. C'est aussi durant cette période qu'ont lieu les sélections et les programmes de promotion des talents.
- Un joueur au développement précoce s'impose plus souvent dans les duels, est plus rapide et plus fort. Ainsi, il présente de meilleures capacités de performance qu'un joueur au développement tardif.
- Les différences temporaires entre les stades de développement biologique disparaissent en même temps que la fin de la croissance.



Graphique : exemple fictif de deux courbes de croissance différentes. Les deux joueurs sont nés à la même date et l'estimation de leur taille adulte est égale. Le joueur en vert présente un développement précoce et le joueur en rouge présente un développement tardif.

Interaction entre âge relatif et stade de développement biologique

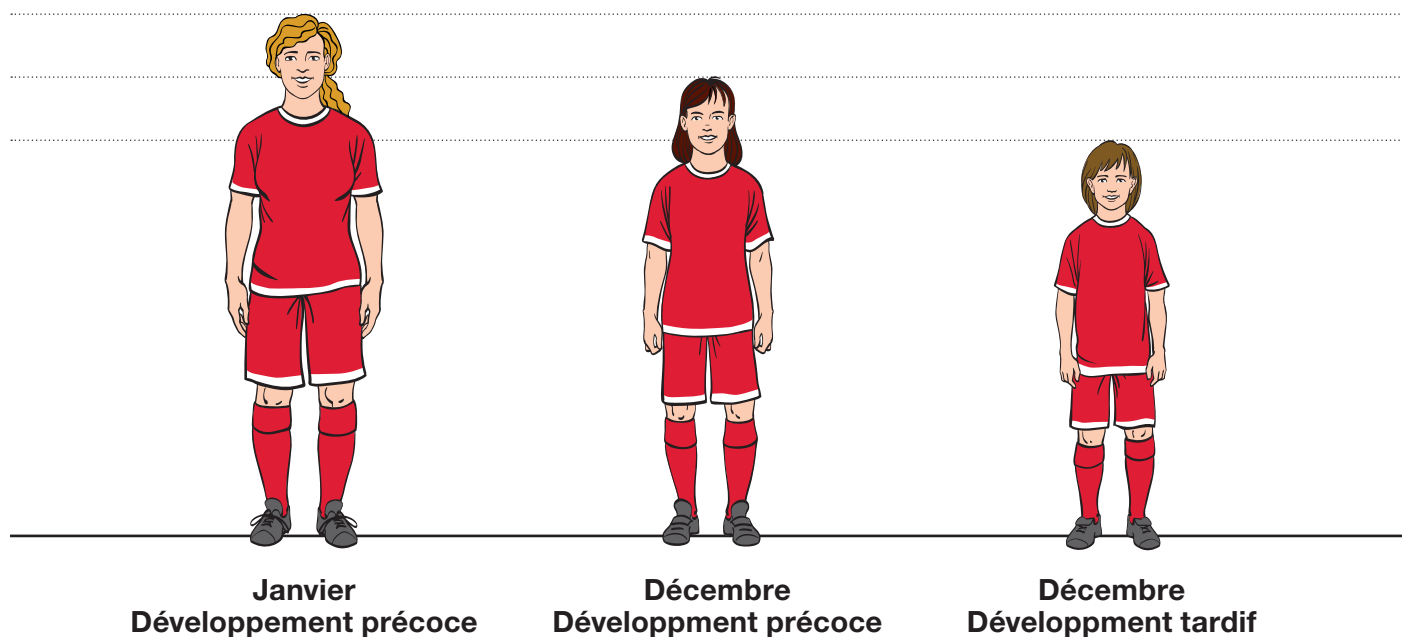
Obstacles (trop) élevés pour les enfants nés en décembre et présentant un développement tardif

- Les différences entre les stades de développement biologique provoquent un désavantage pour les joueur-euse-s au développement tardif. En étant né-e-s en décembre, il en ressort une double pénalité qui les empêche souvent d'intégrer un programme de promotion de la relève.
 - Un enfant né en décembre ne présente cependant pas toujours un développement tardif. L'âge relatif et le stade de développement biologique sont indépendants l'un de l'autre.
- Il est donc aussi possible pour un enfant au développement précoce né en décembre de (sur)compenser les désavantages de la différence d'âge relatif.
- Les différences d'âge biologique durant la puberté peuvent s'élever à 6 ans, autant pour les filles que pour les garçons. Malgré une taille adulte estimée semblable, les différences de taille durant la croissance peuvent atteindre jusqu'à 40cm.

Âge : 13 ans 364 jours
Âge biologique : 16 ans
Taille adulte : 100%

Âge : 13 ans 0 jours
Âge biologique : 15 ans
Taille adulte : >95%

Âge : 13 ans 0 jours
Âge biologique : 11 ans
Taille adulte : <90%

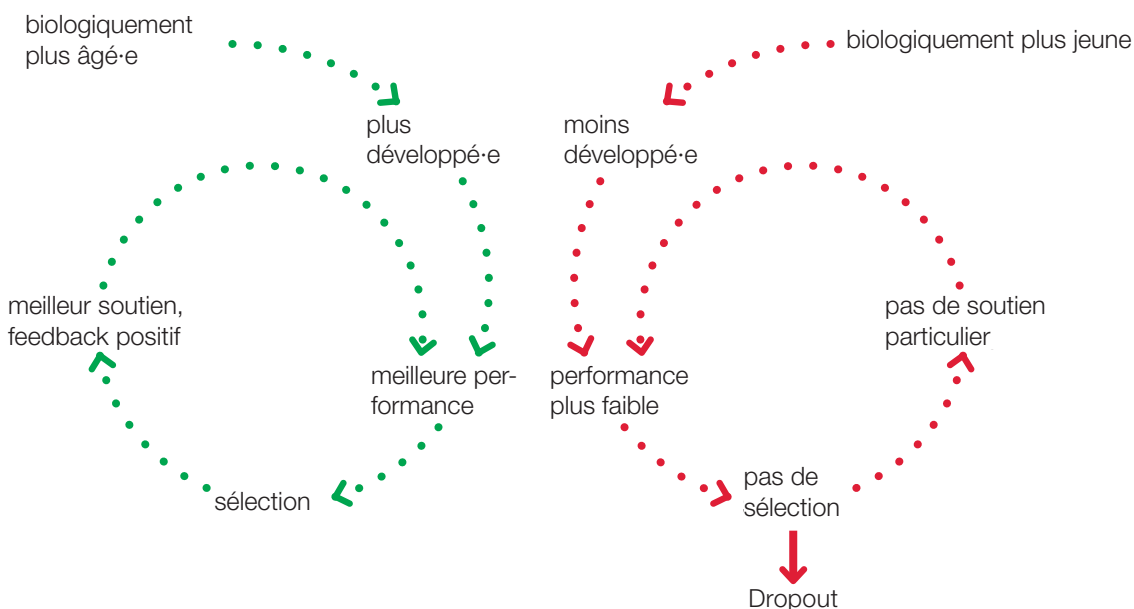


Graphique : la fille à gauche est relativement et biologiquement plus âgée et a atteint les 100% de sa taille adulte estimée. Au centre et à droite, les filles ont le même âge chronologique mais sont plus jeunes de presque une année que la fille à gauche. Elles se différencient cependant par leur âge biologique. La fille à droite est doublement désavantagée.

Meilleures chances de développement pour les biologiquement plus âgé.e.s

Cercle vicieux pour les joueur.euse.s biologiquement plus jeunes ou abandon prématuré

- Les avantages dus à de meilleures capacités de performance – conditionnés par un âge biologique plus élevé – mènent à de meilleures chances de développement.
- Ainsi, les biologiquement plus âgé.e.s entrent dans un cercle vertueux (en vert) durant leur parcours footballistique tandis que le cercle vicieux (en rouge) représente le parcours des biologiquement plus jeunes qui sont moins considéré.e.s durant les sélections.
- La sous-représentation des biologiquement plus jeunes dans le football laisse présumer qu'une auto-désélection est déjà présente dans le football de enfants, voir même avant l'entrée dans un club.



Graphique : le cercle vicieux (en rouge) dans la sélection et la promotion des talents démontre la pénalisation systématique des joueur.euse.s biologiquement plus jeunes. Tandis que les biologiquement plus âgé.e.s sont davantage soutenu.e.s (en vert), les biologiquement plus jeunes reçoivent de leur côté moins d'attention et de soutien. Ainsi, ils mettent souvent prématurément fin à leur carrière footballistique.

Objectif :

réelle égalité des chances

dans la promotion des talents

Améliorations pour tout le monde

- Nous voulons optimiser le soutien dans le football junior afin que l'égalité des chances soit garantie au sein des catégories.
- Tous les talents potentiels doivent être intégrés dans les programmes de promotion des talents.
- La condition pour des comparaisons équitables durant les sélections est que l'âge biologique (âge relatif et stade de développement biologique) soit considéré.

Améliorations pour les joueur-euse-s

Chaque joueur-euse doit avoir la chance d'être soutenu-e indépendamment de son âge biologique.

Améliorations pour l'ASF

Aucun talent ne doit être perdu. Tous les talents potentiels doivent être sélectionnés et encouragés.



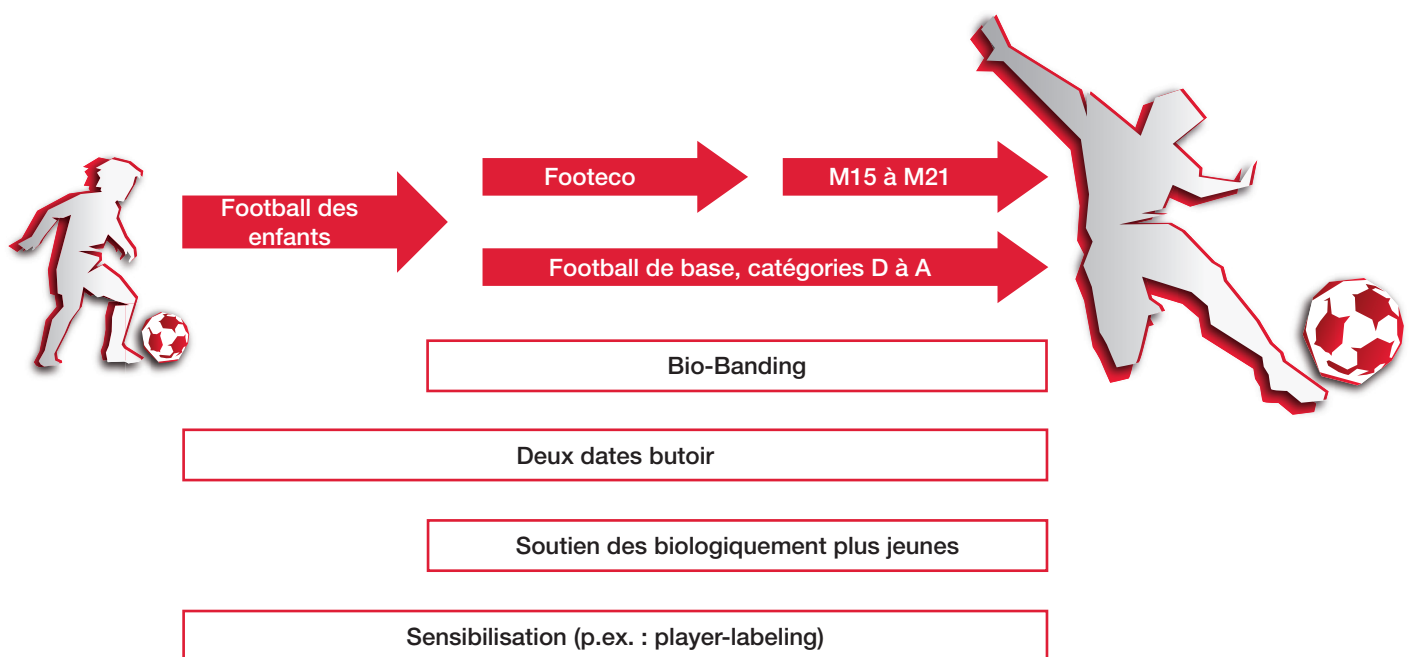
Aperçu des mesures possibles

Mesures possibles

- La combinaison des différentes mesures permettrait de soutenir de manière plus fiable un développement équitable.
- Les mesures les plus prometteuses sont le bio-banding, l'introduction d'une deuxième date butoir ainsi qu'un soutien équitable des biologiquement plus jeunes de même que des biologiquement plus âgé-e-s.
- En parallèle, les coaches doivent être sensibilisé-e-s. Un instrument utile pourrait être le player-labeling, dans lequel les responsables reçoivent par le biais du numéro de maillot une information supplémentaire quant à l'âge biologique des joueur-euse-s (p.ex. : la-le plus âgé-e porte le numéro le plus bas).
- Les sélections et les barrières à l'entrée des catégories d'âge plus basses devraient être limitées le plus possible.
- Les joueur-euse-s qui ne suivent pas le parcours « normal » d'un talent et qui ont besoin de plus de temps devraient avoir la possibilité de profiter également de bonnes conditions de développement.

Mesure déjà mises en place

- Carte blanche dans le football de base : les biologiquement plus jeunes ont le droit de jouer dans les catégories d'âge inférieures.
- Bio-banding : les joueurs biologiquement plus jeunes jouent dans une catégorie inférieure et les joueurs biologiquement plus âgés dans une catégorie supérieure.
- Des matches sous forme de bio-banding sont déjà organisés ponctuellement dans le cadre de Footeco.

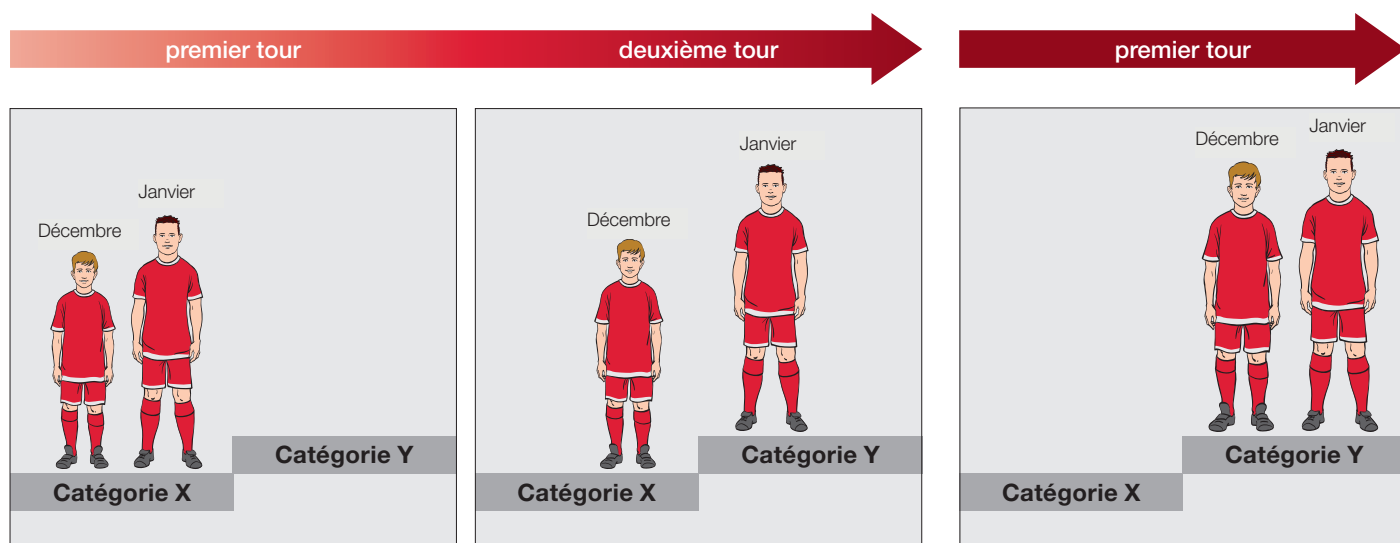


Graphique : Ces mesures peuvent contribuer à améliorer l'égalité des chances dans la promotion des talents.

Mesures possibles en détail (I)

Deux dates butoir annuelles pour le changement de catégorie

- Grâce à l'introduction de deux dates butoir dans l'année, les avantages et désavantages provenant des différences d'âge relatif chez les juniors sont alternés.
- De cette manière, la confiance en soi ou les compétences comme la prise de responsabilités peuvent être développées par tout le monde.



Graphique : pour les juniors (de la catégorie X) né-e-s durant la première moitié de l'année, le changement vers la catégorie supérieure (Y) se fait après le premier tour. Les juniors né-e-s durant la deuxième moitié de l'année ne montent dans la catégorie supérieure (Y) qu'après le deuxième tour.

Lien vers la vidéo explicative :



Mesures possibles en détail (II)

Bio-banding

- Le bio-banding permet de créer des catégories selon l'âge biologique des joueur-euse-s au lieu de se référer à leur âge chronologique, durant les entrainements ainsi que durant les compétitions.
- Le bio-banding est avantageux pour tout le monde : autant les biologiquement plus jeunes que les biologiquement plus âgé-e-s profitent d'une stimulation adéquate dans ces équipes équilibrées.



Catégories selon l'âge chronologique



Catégories selon l'âge biologique

Résultats scientifiques

Dans une étude scientifique menée par l'ASF et la HEFSM, le format de jeu standard et le bio-banding ont été comparés (indicateurs tecnico-tactiques ainsi que performances kilométriques individuelles). Les participants provenaient des catégories masculines Footeco FE-13 et FE-14.

- Ce sont particulièrement les joueurs biologiquement plus jeunes qui en ont profité. Durant le bio-banding, ils ont démontré un nombre plus élevé de récupération de balles, d'actions offensives (p.ex. passes décisives, dribbles ou buts), de participation et étaient plus efficaces avec le ballon.
- Aucun désavantage n'a été démontré pour les joueurs biologiquement plus âgés. Ils ont pu démontrer un même niveau de jeu contre des joueurs biologiquement plus jeunes et des joueurs du même âge biologique.

L'expérience emmagasinée à ce jour et les analyses scientifiques ont montré que le bio-banding apporte beaucoup d'aspects positifs et qu'il peut soutenir tou-te-s les joueur-euse-s, que leur stade de développement biologique soit normal, précoce ou tardif.

Plus d'infos ici :



Impressum

Pour l'égalité des chances dans le football

Direction de projet : Mirjam Hintermann, Haute école fédérale de sport de Macolin HEFSM,
Raphael Kern, Association suisse de football ASF

Rédaction : Sonja Brunschwiler, TEXTARBEIT

Equipe des auteur·ice·s : Michael Romann, Mirjam Hintermann, Eva Rüeger, Dennis Lüdin, Marie Javet (tou·te·s HEFSM),
Stevie Brunner, Luca Fiorina, Raphael Kern (tous ASF)

Photos : Office fédéral du sport OFSPO

Layout/Mise en page : ASF

Impression : Ast & Fischer AG, Wabern

Parution : 2022

Tous droits réservés. Reproduction ou diffusion de tout type – extraits inclus – sous réserve d'autorisation écrite de l'éditeur et avec mention de la source.



