

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE  
MINISTERE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR ET DE LA RECHERCHE  
SCIENTIFIQUE

UNIVERSITE D'ALGER 3  
INSTITUT D'EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE



Doct 1475 / 2021

**THESE DE DOCTORAT**

En Théorie et Méthodologie de l'Education Physique et  
Sportive

**Thème :**

**EFFET DE LA PRATIQUE DU FOOTBALL SUR LE  
CONCEPT DE SOI PHYSIQUE DES ADOLESCENTS  
(cas de la pratique dans des clubs de la ligue  
professionnelle)**

Présentée par :

Mr. **GHIMOUZ Amine**

Sous la direction de :

P r. **BENMESBAH Kamel**

Année Universitaire : 2020 – 2021

## TABLE DES MATIÈRES

Remerciements	
Table des matières	
Indexe des tableaux	
Indexe des figures	
Liste des abréviations	
<b>INTRODUCTION</b>	
<b>Problématique</b>	5
<b>Hypothèse de la recherche</b>	6
<b>Hypothèses opérationnelles</b>	6
<b>Objectif de la recherche</b>	6
<b>Le cadre conceptuel et théorique</b>	7
<b>Synthèse des études précédentes</b>	8
<b>PARTIE THÉORIQUE : REVUE DE LA LITTÉRATURE</b>	
<b>CHAPITRE I : DYNAMIQUE DE LA PRATIQUE DU FOOTBALL CHEZ LES JEUNES</b>	
1. Les logiques de la pratique sportive compétitive	13
1.1.La logique de l'épanouissement personnel	14
1.2.La logique de la réussite sportive	17
1.3.La passion du football	20
2. La logique du développement des jeunes talents et du projet professionnel	22
2.1.Problème de l'identification du talent	23
2.2.Les Modèles d'identification du talent sportif	25
2.3.La logique du projet professionnel de l'adolescent footballeur	25
3. Climat Motivationnel et pratique du football	26
<b>CHAPITRE II : APPROCHE PSYCHOLOGIQUE DE LA PRATIQUE DU FOOTBALL DE COMPETITION</b>	
1. Caractéristiques de la compétence chez les jeunes footballeurs	29
1.1.Les compétences psychomotrices	31
1.1.1. Caractéristiques de l'habilité motrice chez le footballeur	32
1.1.2. Périodes de construction des habilités motrices	33

1.2.Les compétences cognitives	34
1.2.1. Les fonctions cognitives spécifiques au football	35
1.3.Les compétences émotionnelles	42
1.3.1. Les compétences émotionnelles personnelles	44
1.3.2. Compétences émotionnelles sociales	46
<b>CHAPITRE III : PROCESSUS DE DEVELOPPEMENT DES COMPETENCES</b>	
<b>DES JEUNES FOOTBALLEURS</b>	
1. Facteurs qui conditionnent le processus d'entraînement	49
1.1.La maturation	50
1.2.Le processus de la formation du caractère et de la personnalité	54
1.3.Le processus d'auto affirmation	55
2. L'apprentissage des habilités technico-tactique	56
2.1.Conceptions de l'apprentissage des sports collectifs	56
2.2.Les facteurs qui influencent le processus d'apprentissage	59
2.2.1. L'environnement social	59
2.2.2. Le langage	60
2.2.3. L'activité utilisée pour l'apprentissage	60
2.2.4. La compréhension de la tâche assignée	62
2.2.5. Le niveau moteur individuel	62
3. Les étapes du développement des jeunes footballeurs	64
3.1.Planification d'un plan de carrière	64
3.2.L'entraînement des jeunes footballeurs de l'initiation à la préformation	68
3.3.L'entraînement des jeunes footballeurs de la préformation à la formation	70
3.3.1. Développement morphologiques	70
3.3.2. Développement physique et physiologique	71
3.3.3. Développement psychosocial	73
3.3.4. Blessures et niveau de maturation	75
3.3.5. Conséquence pour l'entraînement	76
3.4.L'entraînement des jeunes footballeurs de la formation à la performance adulte	79
3.4.1. Développement morphologiques	79
3.4.2. Développement physique et physiologique	80
3.4.3. Développement psychosocial	80
3.4.4. Conséquence pour l'entraînement	82

## **CHAPITRE IV : INFLUENCE DE L'ENTRAINEUR FORMATEUR SUR LE DEVELOPPEMENT DU CONCEPT DE SOI**

1. Rôle de l'entraîneur formateur	84
1.1.Développement de la compétence	86
1.2.Développement de la confiance, la connexion et le caractère	87
2. La relation entraîneur - entraîné	87
2.1.L'approche comportementale	88
2.2.Approche socio-émotionnelle	90
2.3.L'approche par les facteurs interpersonnels	91
2.3.1. Le modèle conceptuel des « 3+1 Cs »	92
2.3.2. Le comportement anxigène de l'entraîneur	94
2.4.Les effets de la communication de l'entraîneur sur le sportif	95
2.5.Relation entraîneur-entraîné et performance	98
3. L'effet Pygmalion	98

## **CHAPITRE V : LE CONCEPT DE SOI ET L'ESTIME DE SOI**

1. Approches théoriques du concept de soi et de l'estime de soi	100
1.1.Définitions de la notion d'estime soi et concept de soi (clarifications conceptuelles)	101
1.2.Le concept de soi comme dimension fondamentale du comportement	103
1.2.1. Vision théorique du concept de soi	103
1.2.2. Le concept de soi et l'estime de soi	105
1.2.3. Le concept de soi et confiance en soi	108
1.2.4. Le concept de soi et l'efficacité personnelle	110
1.2.5. Le concept de soi et schéma de soi	112
1.3.La dynamique du concept de soi	114
1.3.1. Les déterminants du concept de soi	114
1.3.2. Comment augmenter (ou préserver) l'estime de soi	118
2. Enjeu lié à l'estime de soi dans la pratique du football chez les jeunes	126
2.1.Problématique de la santé	126
2.2.Problématique motivationnelle	127
2.3.Comment agir positivement sur l'estime de soi de nos jeunes footballeurs	131
3. Concept de soi et performance sportive	134

3.1.Les mesures du concept de soi globales et les mesures spécifiques à la dimension sportive	134
3.2.Effets causal entre le concept de soi et la performance sportive	136
3.3.La relation entre confiance en soi et performance	136

## **PARTIE PRATIQUE : Etudes expérimentales**

### **CHAPITRE VI : METHODOLOGIE DE LA RECHERCHE**

1. Première partie : Déterminer l'estime de soi et la valeur physique perçue selon les stades de développement biologique (pour les jeunes footballeurs en fin de préformation âgés de moins de 15 ans).	138
1.1.Les variables de la première étude	138
1.2.Objectif de la première étude	138
1.3.Moyens et méthodes de la première étude	138
2. Deuxième partie : Déterminer la relation entre le concept de soi physique et la valeur physique réelle chez les jeunes footballeurs en formation (âgés de 17 à 20 ans).	144
2.1.Les variables de la deuxième étude	144
2.2.Objectif de la deuxième étude	144
2.3.Moyens et méthodes de la deuxième étude	144
3. Troisième partie : Déterminer la relation entre le concept de soi physique et l'évaluation de l'entraîneur (pour les jeunes footballeurs en formation âgés de 17 à 20 ans).	150
3.1.Les variables de la troisième étude	150
3.2.Objectif de la troisième étude	151
3.3.Moyens et méthodes de la troisième étude	151
4. Quatrième partie : Déterminer l'estime globale de soi et la valeur physique perçue selon les variables sportives situationnelles (poste de jeu et le statut du joueur). (pour les jeunes footballeurs en formation âgés de 17 à 20 ans).	153
4.1.Les variables de la quatrième étude	153
4.2.Objectif de la quatrième étude	153
4.3.Moyens et méthodes de la quatrième étude	154
5. Le traitement statistique	154

## **CHAPITRE VII : ANALYSE ET INTERPRETATION DES RESULTATS**

1. Déterminer la variance des domaines de l'inventaire du soi physique selon les stades de développement biologique (pour les jeunes footballeurs en fin de préformation âgés de 15 ans).	156
1.1. Analyse des variances des six variables dépendantes de l'inventaire du soi physique (IPS)	156
1.1.1. Analyse de la variance de l'estime globale de soi	156
1.1.2. Analyse de variance de la valeur physique perçue (VPP)	159
1.1.3. Analyse de variance de l'endurance perçue (End)	161
1.1.4. Analyse de variance de la compétence sportive perçue (CS)	163
1.1.5. Analyse de variance de l'apparence physique perçue (AP)	164
1.1.6. Analyse de variance de la force perçue (FP)	166
2. Relation entre les domaines de l'inventaire du soi physique comme variables dépendantes et les indices de l'évaluation réelle comme variables indépendantes chez les jeunes footballeurs en formation (âge 17 – 20 ans).	168
2.1. Statistiques descriptives de l'inventaire du soi physique et les indices de l'évaluation réels chez les jeunes footballeurs (17 – 20 ans)	168
2.2. Déterminer la relation entre les domaines de l'inventaire du soi physique et les indices de l'évaluation réels chez les jeunes footballeurs (17 – 20 ans)	170
2.2.1. Déterminer la relation entre l'estime globale de soi et les indices de l'évaluation réelle chez les jeunes footballeurs (17 – 20 ans)	170
2.2.2. Déterminer la relation entre la valeur physique perçue et les indices de l'évaluation réelle chez les jeunes footballeurs (17 – 20 ans)	172
2.2.3. Déterminer la relation entre la condition physique ou l'endurance perçue et les indice de l'évaluation réelle chez les jeunes footballeurs (17 – 20 ans)	175
2.2.4. Déterminer la relation entre la compétence sportive perçue et les indices de l'évaluation réelle chez les jeunes footballeurs (17 – 20 ans).	177
2.2.5. Déterminer la relation entre l'apparence perçue et les indices d'évaluations réelles chez les jeunes footballeurs (17 – 20 ans)	179
2.2.6. Déterminer la relation entre la force perçue et les indices d'évaluations réelles chez les jeunes footballeurs (17 – 20 ans)	181

3. Déterminer la variance des domaines de l'inventaire du soi physique selon les variables sportives situationnelles (poste de jeu et le statut du joueur) chez les jeunes footballeurs en formation (âge de 15 – 20 ans).	185
3.1. Analyse des variances des six variables dépendantes de l'inventaire du soi physique (IPS) selon le poste de jeu	185
3.1.1. Analyse de la variance de l'estime de soi générale (E.Soi) selon le poste de jeu	185
3.1.2. Analyse de la variance de la valeur physique perçue (VPP) selon le poste de jeu	187
3.1.3. Analyse de la variance de l'endurance perçue (End) selon le poste de jeu	188
3.1.4. Analyse de la variance de la compétence sportive perçue (CS) selon le poste de jeu	189
3.1.5. Analyse de la variance de l'apparence physique perçue (AP) selon le poste de jeu	190
3.1.6. Analyse de la variance de la Force physique perçue (FP) selon le poste de jeu	191
3.2. Analyse des variances des six variables dépendantes de l'inventaire du soi physique (IPS) selon le statut du joueur	192
3.2.1. Analyse de la variance de l'estime globale de soi (E.Soi) selon le statut du joueur	192
3.2.2. Analyse de la variance de la valeur physique perçue (VPP) selon le statut du joueur	193
3.2.3. Analyse de la variance de l'endurance perçue (End) selon le statut du joueur	194
3.2.4. Analyse de la variance de la compétence sportive perçue (CS) selon le statut du joueur	195
3.2.5. Analyse de la variance de l'apparence physique perçue (AP) selon le statut du joueur	196
3.2.6. Analyse de la variance de la force perçue (FP) selon le statut du joueur	197
<b>Discussion</b>	
1. Concept de soi physique selon les stades de développement biologique (chez les jeunes footballeurs en fin de préformation âgés de 15 ans).	198

2. Effet de la valeur morphologique et physique réelle sur le concept de soi physique chez des jeunes footballeurs en formation (âge 17 - 20 ans).	200
2.1.Effet de la valeur morphologique et physique réelle sur l'estime globale de soi chez les jeunes footballeurs en formation (âge 17 - 20 ans)	200
2.2.Effet de la valeur morphologique et physique réelles sur la valeur physique perçue chez les jeunes footballeurs en formation (âge 17 - 20 ans).	201
3. L'effet de l'évaluation de l'entraîneur sur le concept de soi physique chez les jeunes footballeurs en formation (âge 17 - 20 ans)	204
3.1.L'effet de l'évaluation de l'entraîneur sur l'estime globale de soi chez les footballeurs en formation (âge 17 - 20 ans)	204
3.2.L'effet de l'évaluation de l'entraîneur sur la valeur physique perçue chez les footballeurs en formation (âge 17 - 20 ans)	205
4. Influence des variables sportives situationnelles (poste de jeu et le statut du joueur) sur le concept de soi physique chez les jeunes footballeurs en formation (âge 15 - 20 ans).	207
4.1.Influence du poste de jeu sur l'estime globale de soi	207
4.2.Influence du poste de jeu sur la valeur physique perçue	208
4.3.Influence du statut du joueur sur l'estime globale de soi et la valeur physique perçue	208
<b>Conclusion</b>	209
REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES	212
ANNEXES	
RESUMES	



## INTRODUCTION

Codifier il y plus d'un siècle, le football est un sport qui ne cesse de se développer, par l'importance que prend les compétitions nationales et internationales ; l'impact social qu'il engendre et l'intérêt que lui porte la politique et l'économie mondiale.

Par conséquent, la préparation des champions est devenue une histoire de vision perspective à long terme, déterminée par une précision scientifique ou les différents moyens et méthodes de détection, d'orientation et de sélection de future champions font l'objet d'explorations très particulières.

En moyenne un athlète olympique aura vécu une période de développement du talent d'une durée de 12 à 13 ans, entre le moment où il avait commencé à pratiquer le sport et le moment où il était devenu membre de l'équipe olympique. Des études scientifiques ont démontré qu'un athlète talentueux doit s'entraîner environ dix ans ou dix mille (10 000) heures, pour atteindre un niveau d'élite, ce qui représente en moyenne pour les athlètes et les entraîneurs un peu plus de trois heures d'entraînement ou de compétition par jour. Cette période de pratique sportive systématique et planifier, est donc devenu un élément clé dans la préparation des joueurs de football de haut niveau.

En Algérie, Il est dur de constater que la fédération algérienne de football, après dix ans de professionnalisme, est obligée de palier aux insuffisances de la formation au niveau des clubs. Souvent les jeunes, sont sélectionnés empiriquement, participent plus à la compétition et ne s'entraînent pas suffisamment ; la préparation est axée sur le résultat à court terme (la victoire) et non sur le processus de développement. Cela induit des carences au niveau de la condition physique, des patrons moteurs erronés apparaissent à cause d'une participation excessive à des compétitions axées uniquement sur la victoire. Il n'y a pas de préparation systématique de la prochaine génération de joueurs à rayonnement international, les jeunes n'atteignent ni leur plein potentiel, ni leur niveau de performance optimale.

D'un autre côté, la validation d'un plan de carrière basé sur un modèle de prédiction de la réussite sportive, construit seulement sur la définition des caractéristiques physiques et des habilités techniques, rencontre aujourd'hui beaucoup de controverses dans les sports collectifs. Ce qui est surprenant c'est qu'avec l'âge la population d'athlètes devient homogène au regard des profils physiques et physiologiques alors que, les variables psychologiques ont été identifiées comme prédicateurs significatifs de la réussite sportive.

La déperdition du nombre de pratiquants dans les centres de formation, surtout dans les catégories des moins de 15 ans et des moins de 16 ans, et maintenant chez les moins de 19 ans, semblent marquer la fin d'une ère d'apprentissage du football basée uniquement sur l'aspect moteur et construit sur une pédagogie de l'imitation et du dressage (drill), du jeu de fin de séance récompensant les gros efforts d'attention et de concentration consentis dans des situations décontextualisées et donc, peu motivantes.

L'expression du joueur en jeu doit être construite comme la maîtrise du langage ; elle ne résulte pas de la somme de comportements, comme le langage ne se réduit pas à une somme de mots. Le joueur, le jeu, l'équipe doivent être replacés au centre du projet éducatif.

Former des jeunes dans un sport donné nous renvoie à des questions fondamentales : Qu'est-ce qui pousse des jeunes talents à apprendre en sport et à faire des efforts ?

La théorie des besoins, révèlent l'existence de tendances profondes qui doivent s'exprimer. Les conduites d'une personne sont gouvernées et déclenchées par des tendances, des pulsions ou des besoins. Pour les théories interactionnistes il existe des tendances mais qui s'actualisent chez un sujet en donnant du sens aux situations sur la base d'objectifs. On parle alors de comportements motivés, déclenchés par des tendances et régulés par des cognitions.

A quelle condition un jeune désire apprendre et réussir dans un sport donné? La théorie de l'orientation motivationnelle suppose que l'individu est attiré soit par la tâche ou par l'ego ; cela implique dans le premier cas : la recherche de l'amélioration de l'habileté, du plaisir, centré sur la manière et l'effort, l'engagement de l'individu est détaché de l'influence du succès ou de l'échec, la pratique est centrée sur l'épanouissement personnel ; dans le deuxième cas : la recherche de l'approbation sociale, le gain et la protection de l'ego, le progrès et la maîtrise sont des moyens pour parvenir à une comparaison sociale positive. Ainsi l'engagement est centré sur le résultat et la réussite sportive. Enfin pour la théorie des tendances motivationnelles : l'individu est engagé dans l'activité par des régulations internes (accomplissement, curiosité, excitation...etc) et des régulations externes (pression sociale, idéale, récompense, punition, conformisme...etc).

Étant un sport d'équipe, le football nécessite : l'implication du joueur sur le plan moteur avec tout ce que cela demande comme habilités psychomotrice ; une intelligence particulière dans le jeu avec une activité cognitive capable de résoudre les situations de jeu ; une sollicitation émotionnelle très forte et un comportement social où chaque participant apprend à intégrer son

groupe, remplir son rôle, à se faire confiance ainsi qu'aux autres, à travailler en équipe puisque le succès de l'équipe en dépend. Ces apprentissages doivent se dérouler dans une atmosphère de respect et de plaisir tout en permettant au jeune de se surpasser comme individu pour réaliser son idéal.

L'idéal sportif ne peut se réaliser que dans un temps très court, entre la fin de l'adolescence et le début de l'âge adulte. Cet impératif temps, apparaît comme très déterminant et stressant. Le jeune footballeur va très vite faire la comparaison entre la représentation de soi et la représentation du métier de footballeur et construire cette image de soi, qui se pose comme déterminante dans l'orientation du choix professionnel de l'adolescent footballeur.

L'estime de soi est cette mesure utilisée pour évaluer l'écart entre l'image de soi perçue et son idéal sportif ; c'est donc un ensemble d'attitudes, de croyances et d'habiletés qui permettent à une personne de se percevoir et définir sa valeur par rapport à ses prétentions. Les enfants ne naissent pas avec une estime de soi bonne ou mauvaise; ils se forment une image d'eux-mêmes, basée largement sur la façon dont ils sont traités par les personnes significatives pour eux : parents, enseignants, entraîneurs, pairs, etc. Habituellement, les individus qui ont une bonne estime de soi, se reconnaissent des forces et des habiletés ; Par exemple ils se sentent sécurisés dans leurs relations sociales ; sont fiers d'eux dans certaines activités culturelles ou sportives ; assument leurs responsabilités et rêvent de relever des défis et de s'accomplir. Cette évaluation positive est associée à la productivité telle que le travail, l'activité sportive, etc...

Dans un sport de performance ou il est demandé de former de véritables compétiteurs possédant la maîtrise technico-tactique et les capacités physique nécessaires, il est claire que la motivation des jeunes dépend de la perception qu'ils ont de leur valeur sportive et leur idéal sportif.

La recherche de la maîtrise sportive et le sentiment de compétence, sont deux notions très importantes qui régulent la motivation comme l'exprime Harter et Nicholls : La perception positive de la compétence permet un renforcement positif de l'estime de soi et donc d'une motivation positive vers la tâche d'entraînement et le plaisir de la compétition. En contrepartie, la perception négative de la compétence engendre l'effet inverse, un renforcement négatif de l'estime de soi et donc un sentiment d'échec, d'anxiété avec une motivation dépendante des facteurs externes à son activité sportif, comme la récompense, et l'approbation sociale.

Dans cette étude nous chercherons à comprendre quels sont les paramètres qui influencent la perception de soi des jeunes footballeurs. Est-ce que les indices physiques réels sont en adéquation avec la perception du soi physique ? Ou est-ce qu'au contraire, l'évaluation de

l'entraîneur et les variables sportives situationnelles prédisent la perception du soi physique chez les jeunes footballeurs en formation.

L'objectif de cette étude est de déterminer la corrélation qui existe entre la perception de soi et la valeur physique réelle d'une part et entre la perception de soi et l'évaluation de l'entraîneur et la perception de soi et le statut dans le groupe d'autre part et cela à différents stades du processus de formation.

Notre étude se divise en deux parties, théorique et pratique. Le côté théorique se compose de cinq chapitres (5), le premier: traite la dynamique de la pratique du football chez les jeunes, le second : l'Approche psychologique de la pratique du football de compétition, le troisième : le processus de développement des compétences des jeunes footballeurs, le quatrième : l'influence de l'entraîneur formateur sur le processus d'entraînement et le cinquième : le concept de soi et pratique du football chez les jeunes. Tandis que la partie pratique se compose de deux chapitres, le premier développe la méthodologie de l'étude, le second chapitre est consacré aux analyses et interprétations des résultats qui se terminent par une conclusion générale.

## **Problématique**

Pour Burton (2006), les tendances motivationnelles combinées au sentiment de compétence détermine la nature des buts que se fixent les individus. L'estime de soi est définie comme une perception consciente de ses propres qualités (Tesser et Campbell, 1983). La littérature récente fait de ce concept une variable déterminante au niveau de l'engagement d'un sujet dans une pratique physique (Coleman et Iso-Ahola, 1993) ou en tant qu'indicateur de bonne santé mentale (Harter, Waters et Whitsell, 1998).

Nous nous intéressons dans cette recherche à un aspect souvent occulté: la manière dont les jeunes perçoivent leur pratique sportive. En d'autres termes, les jeunes ont-ils une image fidèle de leurs capacités ? Ou l'estime de soi, est-elle une notion dépendante des aspects plus fondamentaux de la personnalité des sujets?

Pour certains auteurs, par exemple c'est l'adaptation physiologique à l'effort qui est responsable de l'amélioration du bien-être psychologique (Merzbacher, 1979; Michael, 1957). Ces propositions ont été infirmées par des travaux plus récents, qui montrent à l'inverse que l'adaptation physiologique n'a pas d'influence directe sur le fonctionnement psychologique: en général, on ne met pas en évidence de corrélation significative entre l'amélioration objective des capacités fonctionnelles et la réduction de l'anxiété. Par contre, la réduction de l'anxiété semble liée de manière significative à l'accroissement de la condition physique perçue (Hayden, Allen et Camaione, 1986; Fasting et Gronningsaeter, 1986).

Le football fait vivre aux jeunes une expérience corporelle individuelle et collective qui permet un développement personnel et une réalisation de soi. Selon une étude d'Ommundsen et Vaglum, (1997). L'influence de la compétence perçue en football sur l'estime de soi dépendait de l'importance que revêt pour les sujets le fait d'être compétent en football, plus les joueurs de 12 à 16 ans, estimaient que le football était une activité importante dans leur vie, plus leur perception de compétence prédisait leur estime de soi. D'un autre côté plus les jeunes joueurs, se sentent bon en football, plus ils ont tendance à trouver ce sport important. Dans cette étude longitudinale, les joueurs qui se sont senties plus compétent entre le début et la fin de l'étude ont augmenté l'importance qu'ils ont accordée à la pratique du football. Par ailleurs les résultats de cette étude ont montré que le sentiment de l'incompétence prédisait l'abandon de l'activité et cela quel que soit l'importance accordé au football.

Quels sont les facteurs qui déterminent ce sentiment de compétence, est-ce que la valeur réel du jeune footballeur dans un groupe suffi pour prendre conscience de sa compétence ou au contraire dépend de l'évaluation renvoyées par l'entraîneur et la perception de son statut dans le groupe.

### **Hypothèse de la recherche**

Nous supposons que dans le cadre du développement du talent sportif en football, les perceptions de soi des jeunes footballeurs ne sont pas corrélées significativement à leur valeur physique mais dépendent de l'évaluation de l'entraîneur et du statut des jeunes à l'intérieur du groupe.

### **Hypothèses opérationnelles**

- 1- L'estime globale de soi et la valeur physique perçue du jeune footballeur moins de 15ans, ne sont pas en relation avec le développement biologique.
- 2- L'estime globale de soi et la valeur physique perçue du jeune footballeur moins de 20 ans ne sont pas en corrélation significative avec la valeur physique réelle.
- 3- L'estime globale de soi et la valeur physique perçue du jeune footballeur sont en étroite corrélation avec l'évaluation experte de l'entraîneur.
- 4- L'estime de soi et la valeur physique perçue du jeune footballeur sont en relation avec le poste de jeu et le statut du joueur.

### **Objectif de la recherche**

Dans le cadre de la formation d'une élite sportive en football, l'objectif de cette étude est de déterminer la corrélation qui existe entre la valeur physique perçue des jeunes footballeurs d'une part et la valeur physique réelle et les évaluations renvoyées par les autres significatifs ou perceptions miroirs d'autre part.

Pour cela nous nous sommes assignés comme tâches :

- Déterminer les perceptions de soi selon les stades de développement biologique (pour les jeunes footballeurs en fin de préformation âgés de moins de 15 ans).
- Déterminer la corrélation entre la valeur physique perçue et la valeur morphologique et physique réelle (Condition physique, indices morphologique) chez les jeunes footballeurs en formation.
- Déterminer la corrélation entre les perceptions de soi et l'évaluation de l'entraîneur.
- Déterminer la perception de soi selon le poste de jeu et le statut dans l'équipe, pour des jeunes footballeurs (15 - 20 ans).

Cela permettra de :

De déterminer l'intervention pédagogique nécessaire à chaque stade de formation.

## **Importance de cette recherche**

Dans le cadre de la formation d'une élite sportive en football, L'étude nous aidera à définir l'influence de la valeur physique réelle, de l'évaluation experte de l'entraîneur et les variables sportives situationnelles sur l'estime de soi des jeunes talents algériens.

## **Le cadre conceptuel et théorique :**

Les jeunes talents : les jeunes footballeurs possédants des capacités physiques et technico-tactique plus élevé que la norme, classés et reconnues par les autorités compétentes.

L'estime globale de soi : perception globale de soi ou évaluation globale de soi.

La valeur physique perçue : est constituée d'items reflétant les sentiments de fierté, le respect de soi, la satisfaction et la confiance dans le soi physique (Fox et Corbin, 1989). Fox et Corbin (1989) distinguent ensuite quatre sous-domaines rattachés séparément à la valeur physique perçue, la compétence sportive (sport compétence), la condition physique (physical condition), l'apparence physique (attractive body) et la force (physical strength).

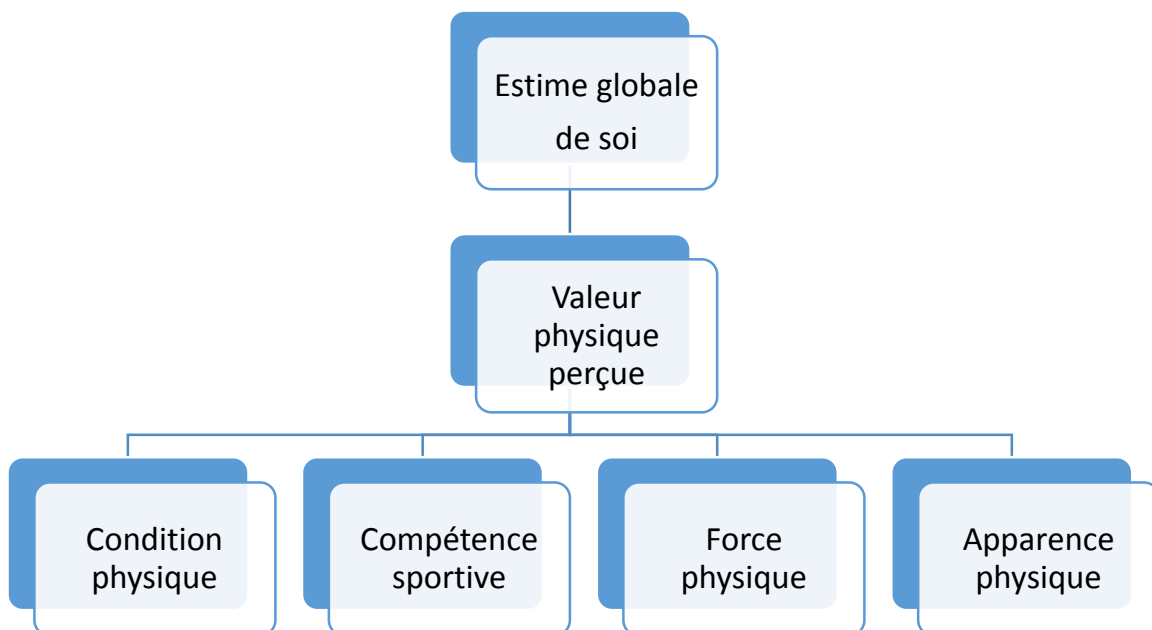


Figure 1 : Modélisation hiérarchique de l'estime de soi dans le domaine corporel (Fox et Corbin, 1989).

Développement biologique : cette variable désigne l'âge biologique des jeunes joueurs en phase de pubertés par rapport à leur âge chronologiques. Cela permet de classer la population en trois groupes distincts : accéléré, normal, retardé.

Valeur physique réelle : est déterminée par les tests mesurant les déterminants de la capacité physique (endurance, force-vitesse) et les indices morphologiques (taille, poids, masse grâce, indice de la masse musculaire).

L'évaluation de l'entraîneur : l'appréciation experte du joueur par l'entraîneur selon des critères bien définis du jeu.

Le poste de jeu : détermine le rôle du joueur dans l'équipe

Le statut du joueur dans le groupe : détermine le rend qu'il occupe dans l'équipe (titulaire, remplaçant ou intermédiaire).

### **Synthèse des études précédentes :**

#### **1. L'impact du type de sport pratiqué sur le concept de soi physique des sportifs de hauts niveau**

L'importance donnée aux qualités physique par les différentes spécialités sportives n'est pas la même. Les experts de la condition physique, attribuent à chaque discipline sportive les qualités qui lui conviennent et oriente la préparation physique selon les exigences du sport pratiqué. Ainsi l'hypothèse que le sport pratiqué permet de ne pas attribuer la même importance aux qualités physiques est très intéressante à explorer.

Mouissi (2016) a exploré avec 202 athlètes algériens (21, 3 ans.±2,92) de haut niveau regroupent cinq spécialité (football, handball, volleyball, athlétisme, judo). Les résultats des comparaisons multiples entre les sport, montre des résultats significatifs entre les sports dans la plupart des dimensions sauf les dimensions : force et compétence sportive, ce qui nous permet de prédire que les athlètes donnent la même importance aux dimensions force et compétence sportive.

Ainsi le type de sport pratiqué, a un impact sur le concept de soi physique et ses sous domaines. En se référant modèle hiérarchique de Fox (1988), cela peut avoir un impact sur l'estime de soi globale. Il est possible de conclure que les qualités physiques importantes jouent un rôle non négligeable dans la construction du concept de soi du sportif.



## 2. L'auto-évaluation des capacités physiques

Delignières et al, (1993) ont réalisé trois expériences, destinées à étudier l'auto-évaluation de la condition physique et des capacités physiques, leur rapport avec les mesures objectives correspondantes, le genre, l'âge, la fréquence de la pratique ainsi qu'avec certaines dimensions de la personnalité. Trois résultats principaux émergent de ce travail:

- la 1<sup>ère</sup> expérience ou participe une population de 247 personnes réparties en quatre groupes : hommes d'âge moyen (N= 56, âge moyen: 36.4, écart-type: 5.3), hommes âgés (N= 46, âge moyen: 58.5, écart-type: 6.0), femmes d'âge moyen (N= 78, âge moyen: 39.0, écart-type: 6.2), femmes âgées (N= 67, âge moyen: 59.3, écart-type: 5.6), montre que la perception de la condition physique est principalement liée aux capacités perçue d'endurance. Chez les sujets les plus jeunes, la force apparaît également comme un facteur déterminant, ainsi que la composition corporelle. Ces deux variables semblent être moins prises en compte par les sujets âgés. Enfin la souplesse ne semble pas un critère retenu par les hommes, alors qu'elle paraît importante pour les femmes.

- La 2<sup>ème</sup> expérience avec population de 46 hommes et 45 femmes issue de la 1<sup>ère</sup> expérience (âge moyen: 40.1, écart-type 8.2) montre que l'auto-évaluation des capacités physiques est déterminée par une attitude générale vis-à-vis de l'ensemble des capacités ; que Fox et Corbin désigne comme un domaine de l'estime de soi globale et l'identifie sous le concept de valeur physique perçue. Cette dernière apparaît comme la spécification, dans le domaine corporel, de dimensions plus générales relevant de l'estime de soi et de la masculinité. L'auto-évaluation de la souplesse et de la santé semblent néanmoins plus indépendantes.

- La 3<sup>ème</sup> expérience avec 27 sujets, de sexe féminin, participent à l'expérience (âge moyen: 42.5, écart-type: 7.4), montre que la validité des auto-évaluations, vis-à-vis des mesures objectives, est variable: l'autoévaluation de la force et de la souplesse semblent globalement valides, alors que l'endurance perçue rend davantage compte de l'estime de soi que des capacités objectives d'endurance.

Ces résultats affinent les connaissances relatives à l'évaluation des capacités physiques et à leur intégration dans la structure de personnalité des sujets. Ils ouvrent des perspectives nouvelles dans le domaine des relations entre personnalité et motivation pour l'activité physique, et dans celui des bienfaits psychologiques de l'exercice.

La figure propose une modélisation de l'ensemble des résultats des trois expériences décrites. On y retrouve la logique hiérarchique du modèle précédemment présenté de Fox et Corbin (1989).

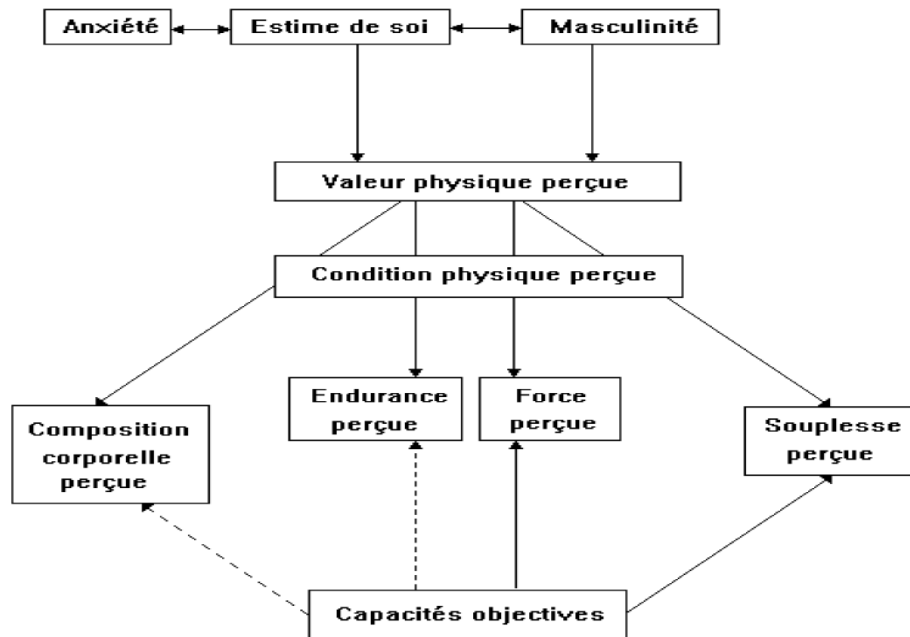


Figure n°2 : Modélisation de la relation entre auto-évaluation de la condition physique, capacités objectives et traits de personnalité (Delignières et al, 1993).

### 3. La compétence sportive et l'estime de soi

Sonstroem, Harlow et Salisbury (1993) ont démontré, par une analyse longitudinale, réalisée sur une saison de natation, que des scores de compétence physique perçue prédisaient, de manière significative, les temps de nage ultérieurs. Kowalski, Crocker et Kowalski (2001) ont prouvé que certaines échelles du PSPP (Fox, 1990) étaient d'excellents prédicteurs de niveaux d'activité physique chez de jeunes étudiantes. D'autres études, utilisant l'échelle de compétence perçue de Ryckman et coll. (1982), ont établi que les scores de compétence perçue prédisaient des temps de course de fond (Laguardia, Labbe, 1993). Ces deux modèles se sont centrés, essentiellement, sur des niveaux spécifiques du concept de soi, sans parvenir à vérifier leur hypothèse, au niveau du concept de soi général.

Pour cela une étude réalisée, auprès de 223 jeunes footballeurs de 12 à 16 ans en 1997 par Ommundsen et Vaglum, vient démontrer que l'influence de la compétence perçue en football sur l'estime de soi dans ce sport, dépendait de l'importance que revêtait pour les sujets le fait d'être compétent en football: plus les joueurs estimaient que le football était une activité importante dans leur vie, plus leur perception de compétence prédisait leur estime de soi. A l'inverse, le sentiment de compétence des joueurs qui ne considéraient pas cette activité comme importante était faiblement reliée à leur estime de soi.

D'un autre côté les travaux d'Eloirdi et al (2014) sur 180 jeunes adolescents scolarisés, ont démontré avec l'utilisation de l'échelle de Rosenberg que l'estime de soi agit positivement sur la performance sportive. Au terme de cette étude, il se dégage que l'estime de soi est déterminante de la performance sportive. Il est recommandé de bien prendre en charge l'état psychique des adolescents. Cela pourrait améliorer considérablement leur performance sportive.

Est-ce la compétence sportive qui, en s'améliorant, fait évoluer l'estime globale de soi? Est-ce au contraire, une estime globale de soi qui diffuse sur la compétence sportive? Actuellement, quatre théories s'opposent sans pouvoir véritablement être vérifiées expérimentalement.

Selon Shavelson et coll. (1976), la stabilité inhérente au concept de soi général limite sa possibilité d'être réellement altéré par les performances physiques. Ces auteurs citent les travaux de Ludwig et Maehr (1967), montrant que le succès ou l'échec, dans une tâche sportive, changeait le concept de soi spécifique d'aptitude physique, sans modifier le concept de soi général.

Les hypothèses sur le flux causal (ascendant, descendant, réciproque, horizontal) dans la structure hiérarchique du soi physique ne pouvaient être vérifiées par les protocoles nomothétiques transversaux. Cette vérification devient possible à partir de séries temporelles individuelles. L'utilisation des cross-corrélation après vérification de la structure hiérarchique permettra de déterminer les décalages temporels d'une variable par rapport à une seconde en fonction du modèle en donnant le sens de la causalité.

#### **4. L'estime de soi et les évaluations renvoyées par l'entraîneur**

Horn et Lox (1993) ont décrit les effets disparates, induits sur différents athlètes, par les attentes élevées et basses de leur entraîneur. Ainsi, les perceptions de soi des sportifs, de même que leurs performances, étaient affectées et variaient positivement ou négativement en fonction des attentes formulées par leur entraîneur.

Le coaching efficace conduit à des réactions psychologiques positives de la part des athlètes (perception élevée de ses habiletés, haute estime de soi, motivation intrinsèque et haut niveau de satisfaction et d'appréciation de son sport) (Horn, 2008).

Lacoste, (2002), confirme par une étude sur une population de 180 footballeurs âgés de 15 à 18 ans évoluant dans différents centres de formation français que : l'estime de soi en tant que footballeur s'avère sous l'influence du jugement de l'entraîneur. Mais l'estime de soi générale ne subit pas cet effet. Cependant, ces deux valeurs d'estime de soi sont en forte corrélation (p

< .001). L'estime de soi en football se positionnerait donc comme une variable intermédiaire entre l'évaluation par l'entraîneur et l'estime de soi générale de ces adolescents en centre de formation.

### **5. L'estime de soi selon le sexe et l'âge**

Les études réalisées sur les scores moyens révèlent des résultats globalement supérieurs pour les garçons (Marsh, Hey, Roche, Perry, 1997 ; Sonstroem, Speliotis, Fava, 1992). D'autre part, les recherches sur les différents âges, réalisées avec le Physical self-description questionnaire, ont fait apparaître un déclin régulier des conceptions physiques de soi pendant la préadolescence, une stabilisation durant l'adolescence et une croissance des scores durant la post-adolescence et les premières années de l'âge adulte (Marsh, 1998).

Plusieurs auteurs rapportent que l'estime de soi devient moins positive durant la première partie de l'adolescence (vers 11-13 ans), particulièrement chez les filles (Cantin & Boivin, 2002; Deihl, Vicary, & Deike, 1997; Seidah, 2004), après quoi elle redeviendrait graduellement plus positive au cours de l'adolescence (O'Malley & Backman, 1983; Wigfield & Eccles, 1994). D'autres proposent plutôt que les changements développementaux de l'estime de soi diffèrent selon les domaines de fonctionnement des adolescents: par exemple, entre 12 et 14 ans, l'estime de soi liée aux domaines de l'apparence physique et de la compétence sociale diminuerait alors que celle en lien avec la compétence scolaire augmenterait (Bolognini, Plancherel, Bettschart, & Halfon, 1996).

Ceci dit, il semblerait qu'à l'adolescence, l'estime de soi n'évolue pas nécessairement de la même façon chez les filles et les garçons. Plusieurs auteurs ont noté la présence de différences en faveur des garçons dans l'estime de soi globale à l'adolescence (Alsaker & Olweus, 1993; Bolognini, Plancherel, Bettschart, & Halfon, 1996; Block & Robins, 1993; Cantin & Boivin, 2002; Seidah & Bouffard, 2007, Wigfield & Eccles, 1994). Seidah (2004) a aussi montré dans son étude auprès de 1390 jeunes québécois de la 1<sup>ère</sup> à la 5<sup>ème</sup> secondaire, que ceux des deux premières années du secondaire rapportaient des scores plus élevés que leurs camarades des autres niveaux scolaires à la mesure d'estime de soi générale et à celle reliée à leur compétence scolaire et à leur apparence physique. Une autre étude de Fouchard (2013), sur 579 collégien(ne)s de la région Midi Pyrénées, âgés de 11 à 17 ans (M = 13,34 ; ET =1,20) avec l'échelle unidimensionnelle de Rosenberg (1965) et l'Inventaire de Soi a permis de mettre à jour des différences significatives d'estime de soi globale et physique en fonction de l'âge et du genre des adolescents.

## **Effet de la pratique du football sur le concept de soi physique des adolescents (cas de la pratique dans des clubs de la ligue professionnelle)**

Mr GHIMOUZ Amine

### **Résumé :**

Nous nous intéressons dans ce travail de recherche à la manière dont la pratique du football influence le concept de soi chez les jeunes. Le football fait vivre aux jeunes une expérience corporelle individuelle et collective qui permet un développement personnel et une réalisation de soi. Selon une étude d'Ommundsen et Vaglum, (1997), l'influence de la compétence perçue en football sur l'estime de soi dépendait de l'importance que revêt pour les sujets le fait d'être compétent en football. Dans notre étude nous cherchons à déterminer les facteurs qui influencent ce sentiment de compétence, est-ce que la valeur réelle du jeune footballeur dans un groupe suffit pour prendre conscience de sa compétence ou au contraire dépend de l'évaluation renvoyée par l'entraîneur et la perception de son statut dans le groupe.

Pour pouvoir répondre à ces questions nous avons cherché en premier à déterminer les perceptions de soi selon les stades de développement biologique (pour les jeunes footballeurs en fin de préformation âgés de moins de 15 ans) et la valeur morphologique et physique réelle (Condition physique, indices morphologiques chez les jeunes footballeurs en formation 17 – 20 ans). Les résultats, nous permettent de confirmer que seul le concept de soi physique est influencé (Valeur physique perçue, endurance perçue et force perçue). D'un autre côté, cela fait ressortir l'influence des capacités spécifiques au football sur la valeur physique perçue et la condition physique perçue. Ces résultats confortent les résultats de Mouissi (2016) pour qui le sport pratiqué permet de ne pas attribuer la même importance aux qualités physiques.

Le deuxième axe de notre étude s'intéresse à l'influence de l'évaluation renvoyée par l'entraîneur et la perception de son statut dans le groupe. Certains critères d'évaluation experte du jeu ont un effet sur l'estime de soi et la compétence sportive perçue. Ces critères sont retenus par les joueurs pour juger de leur compétence sportive et de leur valeur personnelle.

Pour cerner l'influence du groupe, nous avons cherché à déterminer la perception de soi selon le poste de jeu et le statut dans l'équipe, pour des jeunes footballeurs (15 - 20 ans). Ces deux variantes n'influencent pas nécessairement l'estime globale de soi et la valeur physique perçue.

Pour conclure la réponse à ces questions nous donne une idée sur l'intervention pédagogique nécessaire à chaque stade de formation pour la gestion du concept de soi qui reste central dans la motivation à la pratique sportive.

**Mots clés :** Concept de soi physique - Âge biologique - Valeur physique réelle - Evaluation renvoyée par l'entraîneur - Poste de jeu - Statut du joueur - stade de formation.

## **Effect of football practice on the concept of the physical self of teenagers (case of practice in professional league clubs)**

Mr GHIMOUZ Amine

### **Summary:**

We are interested in this research work in how the practice of football influences the concept of self in young people. Football gives young people an individual and collective bodily experience that allows for personal development and self-realization. According to a study by Ommundsen and Vaglum (1997), the influence of perceived competence in football on self-esteem depended on the importance of being competent in football to subjects. In our study we seek to determine the factors that influence this sense of competence, does the real value of the young footballer in a group sufficient to become aware of his competence or on the contrary depends on the evaluation referred by the coach and the perception of his status in the group.

To be able to answer these questions we first sought to determine self-perceptions according to the stages of biological development (for young footballers at the end of pre-training under the age of 15) and the actual morphological and physical value (physical condition, morphological indices in young footballers in formation 17 - 20 years). The results allow us to confirm that only the concept of physical self is influenced (perceived physical value, perceived endurance and perceived strength). On the other hand, it highlights the influence of football-specific abilities on perceived physical value and perceived physical fitness. These results confirm the results of Mouissi (2016) for whom the sport practiced allows not to attribute the same importance to physical qualities.

The second focus of our study is the influence of the coach's assessment and the perception of his or her status in the group. Some of the criteria for expert evaluation of the game have an effect on self-esteem and perceived sports competence. Players to judge their sporting competence and personal worth use these criteria.

To identify the influence of the group, we sought to determine the self-perception by the position of play and the status in the team, for young footballers (15 - 20 years). These two variants do not necessarily influence overall self-esteem and perceived physical worth. To conclude the answer to these questions gives us an idea on the pedagogical intervention required at each stage of training for the management of the concept of self that remains central in the motivation to practice sports.

**Keywords:** Physical self-concept - Biological age - Actual physical value - Evaluation returned by the coach - Playing position - Player status - training stage.

## تأثير ممارسة كرة القدم على مفهوم الذات البدنية للمراهقين

### (حالة الممارسة في أندية الدوري المحترف)

السيد: غيموز أمين

#### ملخص:

أهتم في هذا العمل البحثي بكيفية تأثير ممارسة كرة القدم على مفهوم الذات لدى الشباب. تمنح كرة القدم الشباب تجربة جسدية فردية وجماعية تسمح بالتنمية الشخصية وتحقيق الذات. ووفقا لدراسة أجراها أوموندسن وفاغلوم (1997)، فإن تأثير الكفاءة المتصورة في كرة القدم على تقدير الذات يتوقف على أهمية الكفاءة في كرة القدم بالنسبة للشباب. في دراستنا نسعى لتحديد العوامل التي تؤثر على هذا الشعور بالكفاءة، هل القيمة الحقيقية للاعب كرة القدم الشاب في مجموعة كافية ليصبح على بينة من كفاءته أو على العكس من ذلك يعتمد على التقييم المنبعث من المدرب وتصور وضعه في المجموعة

لكي نكون قادرين على الإجابة على هذه الأسئلة سعينا أولا إلى تحديد التصورات الذاتية وفقا لمراحل التطور البيولوجي (للاعبي كرة القدم الشباب في نهاية مرحلة ما قبل التدريب تحت سن 15 عاما) والقيمة المورفولوجيا والبدنية الفعلية (الحالة البدنية، والمؤشرات المورفولوجيا للاعب كرة القدم الشباب في التكوين 17-20 عاما). النتائج تسمح لنا أن نؤكد أن مفهوم الذات الجسدية (القيمة البدنية المتصورة، والتحمل المتصورة والقوة المتصورة) فقط يتأثر. من ناحية أخرى، نتأكد من تأثير القدرات الخاصة بكرة القدم على القيمة البدنية المتصورة واللياقة البدنية المتصورة. تؤكد هذه النتائج نتائج الميسي (2016) القائل إن الرياضة الممارسة تسمح بعدم نسبة نفس الأهمية إلى الصفات البدنية.

التركيز الثاني في دراستنا هو تأثير تقييم المدرب وتصور وضعه في المجموعة. بعض معايير تقييم الخبراء للعبة لها تأثير على تقدير الذات والكفاءة الرياضية المتصورة. وتستخدم هذه المعايير من قبل اللاعبين للحكم على كفاءتهم الرياضية وقيمتها الشخصية. لتحديد تأثير المجموعة، سعينا إلى تحديد التصور الذاتي من خلال مركز اللعب والوضع في الفريق، للاعب كرة القدم الشباب (15-20 سنة). فلا يؤثر هذان المتغيران بالضرورة على التقدير العام للذات وقيمتها البدنية المتصورة. ختام الإجابة على هذه الأسئلة يعطينا فكرة عن التدخل التربوي المطلوب في كل مرحلة من مراحل التدريب لإدارة مفهوم الذات الذي لا يزال مركزي في الدافع لممارسة الرياضة.

الكلمات الرئيسية: مفهوم الذات البدنية - العمر البيولوجي - القيمة البدنية الفعلية - التقييم المنبعث من المدرب - مركز اللعب - حالة

اللاعب - مرحلة التدريب.