

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 12 (2010)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Né avant l'été, succès programmé?  
**Autor:** Romann, Michael / Fuchslocher, Jörg  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-995324>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 05.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Né avant l'été, succès programmé?

La distribution des mois de naissance des joueurs engagés dans les équipes nationales espoirs est sans équivoque: les sportifs nés au cours des six premiers mois de l'année sont plus souvent sélectionnés. Description d'un phénomène, celui de l'effet de l'âge relatif, et de son impact sur la réussite sportive.

Texte: Michael Romann, Jörg Fuchslocher; photos: Daniel Käsermann

Le fair-play et l'égalité des chances sont des valeurs primordiales dans le sport de performance de la relève. Pour les respecter, les jeunes sont répartis dans des classes d'âge définies en fonction des années de naissance (p. ex. moins de 15 ans, moins de 16 ans, etc.). Cette distribution, a priori logique et équitable, est en fait extrêmement problématique puisqu'il arrive qu'il y ait de grandes différences entre les sportifs d'une même classe d'âge. Ainsi, un joueur né début janvier aura un net avantage de maturité par rapport à un joueur né vers la fin de l'année de sélection (en décembre). La différence d'âge, qui peut atteindre une année, correspond, par exemple, chez un enfant de six ans à 18% de la durée de vie. Les conséquences de ce phénomène sont appelées «relative age effect» (RAE), en français effet de l'âge relatif (Musch & Grondin, 2001).

## Un cercle vicieux

Les joueurs les plus âgés ont une avance, en termes de développement, qui se traduit par une meilleure compréhension du jeu, une

meilleure vision d'ensemble et une meilleure performance globale (Williams, 2000). Au plan physique, cet avantage se répercute sur la taille et la masse musculaire. Au plan psychique, il a également un impact positif sur la performance.

Du fait de leurs meilleurs résultats, ces joueurs ont tendanciellement plus de chance d'être considérés comme des talents par les entraîneurs. Et, par conséquent, plus de chance de faire partie d'une sélection, de bénéficier de meilleures mesures d'encouragement (promotion de la relève J+S) et de recevoir davantage de feedback positifs des entraîneurs, de leur famille et de leurs coéquipiers. Ces retours d'informations augmentent la motivation et la disposition à s'impliquer corps et âme dans le sport de compétition. Le temps consacré à l'entraînement et le niveau de jeu – tous deux plus élevés – les partenaires de jeu et le suivi à l'entraînement – tous deux de meilleur niveau – contribuent à bonifier encore les performances.

Mais qu'en est-il des joueurs les plus jeunes? C'est simple: il se passe exactement l'inverse pour eux. Vu leur déficit relatif d'expé-



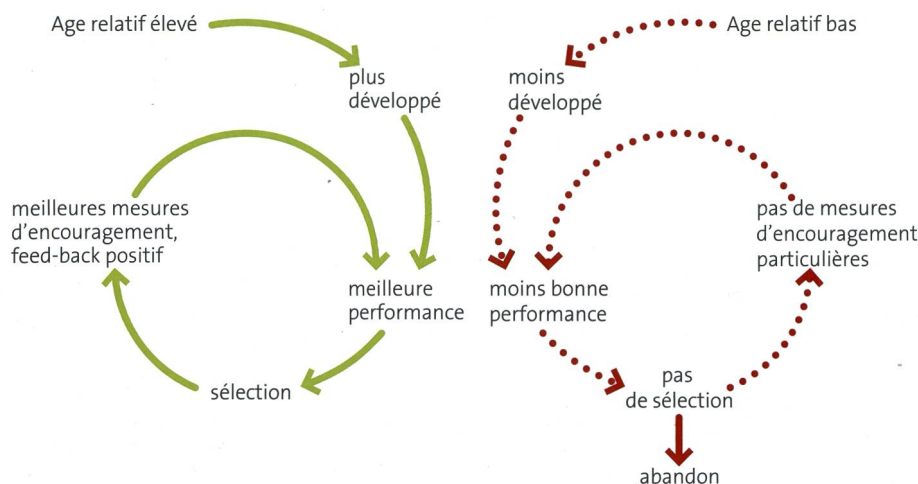


Figure 1: Conséquences de l'effet de l'âge relatif

rience et de maturité physique et psychique, ils réalisent en moyenne de moins bonnes performances. Conséquence: ils ne sont pas sélectionnés et reçoivent moins de feed-back positifs de leurs entraîneurs et de leur entourage. Ils stagnent à un niveau de jeu plus bas, ont moins de séances d'entraînement et de prestations de coaching et ne bénéficient pas de mesures d'encouragement particulières. Ce cercle vicieux (voir fig. 1) débouche, avec le temps, sur la perte de talents potentiels étant donné que les joueurs discriminés par l'effet de l'âge relatif tendent à décrocher (Helsen, Starkes & Van Winckel, 1998).

### Fréquent dans le football suisse

L'effet de l'âge relatif est un phénomène qui touche de nombreux sports. Des études scientifiques ont notamment été menées dans les milieux du tennis, du volleyball, du hockey sur glace et du football. Leurs conclusions: plus le sport est exigeant sur les plans physique et psychique, plus le RAE joue un rôle important. Et plus le sport compte de pratiquants, plus cet effet s'amplifie. Or, dans l'univers du ballon rond, ces deux phénomènes se conjuguent. Le football est un sport dur – physiquement et psychologiquement – et il fait de plus en plus d'émules auprès des jeunes, notamment en Suisse. Cet essor est en partie un résultat de l'Euro 2008 et de la victoire des moins de 17 ans au Championnat du monde. Il n'est pas non plus sans lien avec le succès de l'équipe nationale, qui vivait il y a dix

ans aux alentours de la 50<sup>e</sup> place du classement mondial de la FIFA et trône aujourd'hui parmi les 15 meilleures nations du monde. Malgré le nombre élevé et toujours croissant de jeunes footballeurs, il est important pour la Suisse de promouvoir les talents qui ont le potentiel de percer au plus haut niveau si elle veut continuer à jouer dans la cour des grands. C'est dans ce souci que de nombreuses fédérations sportives ont choisi d'utiliser un instrument nommé PISTE (voir encadré p. 21) (Fuchslocher & Romann, 2009).

### Effet de l'âge et ses implications

En Suisse, les dates de naissance de la population sont uniformément distribuées sur toute l'année. On pourrait donc logiquement penser qu'il en va de même pour celles des jeunes talents. Mais si on les compare avec les dates de naissance des joueurs des équipes nationales M15-M18 (n=472) des trois dernières années et celles des joueurs qui s'entraînent dans le cadre de la promotion des espoirs J+S (n=2025), on constate une énorme différence entre la distribution des joueurs nationaux et celle de la population (voir fig. 2).

Pour représenter le RAE, nous avons divisé l'année en quatre trimestres (Q). Q1 comprend les joueurs nés de janvier à mars, Q2 d'avril à juin, Q3 de juillet à septembre et Q4 d'octobre à décembre.

Dans les équipes nationales, presque la moitié des joueurs se trouvent dans Q1, alors que la norme voudrait qu'ils ne soient que 25% (voir population suisse). Ensuite, la proportion de joueurs dimi-

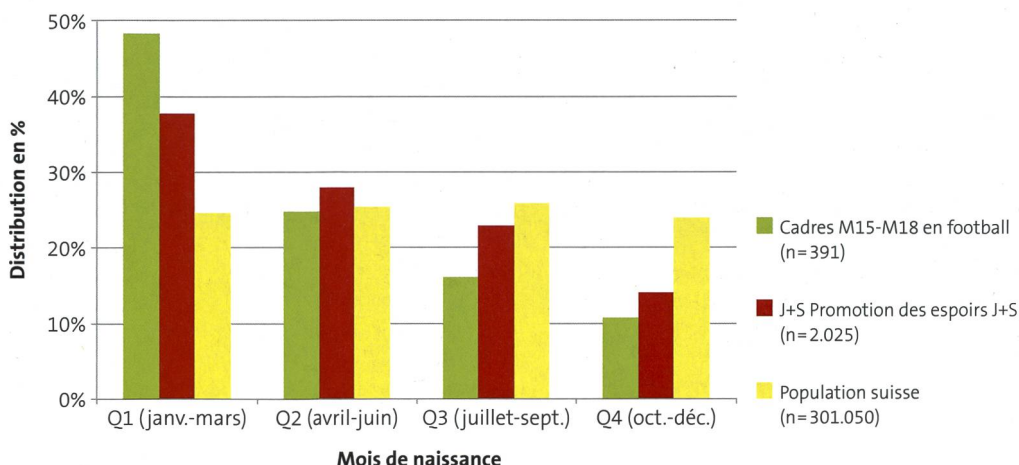


Figure 2: Distribution des dates de naissance des joueurs des M15-M18, des espoirs intégrés dans le programme de promotion de J+S et de la population.





SPONSOR OFFICIEL

des équipes nationales suisses  
de football

- ☐ Jouer offensif
- ☐ Jouer défensif ?
- ☐ Laisser jouer les M-17?



**Dans la vie, il faut savoir prendre des décisions.** Comme Ottmar Hitzfeld, l'entraîneur de la Nati, vous devez toujours prendre de nouvelles décisions dans votre vie. Suivre une formation, se mettre à son compte ou fonder une famille? Nos solutions de prévoyance flexibles conviennent à chaque situation, car elles peuvent être adaptées en fonction de chaque décision importante. En tant que spécialiste leader de la prévoyance, nous vous offrons d'excellentes perspectives de rendement et une grande sécurité. Nos experts vous conseillent avec plaisir. [www.swisslife.ch](http://www.swisslife.ch)



**SwissLife**  
L'avenir commence ici.



nue de trimestre en trimestre. Dans Q4, ils ne sont plus que 11%. On observe la même tendance dans la promotion des espoirs J+S, à ceci près que le RAE est moins marqué étant donné que la pression liée à la sélection est moins forte.

Ce graphique fait également apparaître clairement deux catégories d'erreurs dans la sélection des talents:

1. On encourage de «faux talents». Autrement dit, on sélectionne trop de joueurs dans Q1 sur la base de leur âge relatif élevé, des joueurs qui ne doivent leurs meilleures performances qu'à leur avantage physique momentané, mais qui ne comptent probablement pas parmi les «champions potentiels».
2. On passe à côté de «vrais talents». Il se peut qu'on encourage trop peu de joueurs nés dans Q3 et Q4 qui affichent, en raison de leur retard physique momentané, de moins bons résultats. De vrais talents se perdent ainsi au profit de joueurs avantagés par l'effet de l'âge relatif.

Ce graphique prouve qu'il n'y a pas d'égalité des chances. Plus un joueur est né tôt dans l'année, plus il a de chance de jouer dans une sélection nationale.

### Solutions possibles

Pour remédier aux effets pervers du RAE, il est nécessaire d'en parler dans les cours de formation continue destinés aux entraîneurs de la relève. La philosophie de formation de l'Association suisse de football (ASF) voudrait que la sélection des footballeurs se fasse plutôt en fonction de leurs qualités de jeu et de leurs qualités tactiques que de leur capacité de performance physique momentanée. Mais il ne s'agit là que d'une tendance.

En procédant à des modifications structurelles, on pourrait apporter des améliorations à long terme et bonifier qualitativement et quantitativement la pépinière de talents. Parmi les pistes évoquées dans les études scientifiques, citons:

- l'introduction de plus petites classes d'âge (p. ex. deux par année);
- l'instauration de quotas;
- l'adoption d'autres critères de composition des équipes: taille ou poids plutôt que l'âge chronologique;
- le décalage progressif des dates de référence.

## Suivre la bonne PISTE

PISTE, qui équivaut en toutes lettres à «**Prognostisch Integrative Systematische Trainer-Einschätzung**» (Pronostic intégratif et systématique par l'estimation de l'entraîneur), est le nom donné à un instrument de sélection des talents conçu par Swiss Olympic. Son application vise à standardiser le processus de sélection tout en améliorant sa transparence et sa pertinence. L'évaluation se fait sur la base de cinq critères:

- Performances en compétition
- Développement de la performance
- Caractéristiques psychologiques
- Biographie des sportifs
- Etat de développement biologique

C'est donc sur la base de ces critères et selon un système de points qu'est établi le classement de sélection. Nous reviendrons plus en détail sur cet instrument dans un prochain numéro.

Saison et date de référence	Date de naissance		
	janv.-avril	mai-août	sept.-déc.
	Age relatif		
2010, 1 <sup>er</sup> janvier	élevé	moyen	bas
2011, 1 <sup>er</sup> mai	bas	élevé	moyen
2012, 1 <sup>er</sup> sept.	moyen	bas	élevé
2013, 1 <sup>er</sup> janvier	élevé	moyen	bas

Figure 3 : Décalage de la date de référence et répercussion sur l'âge relatif

Cette dernière possibilité serait, à notre avis, la meilleure (voir fig. 3). Elle impliquerait que l'on reporte la date de référence de trois mois chaque année. Chaque enfant aurait ainsi tous les trois ans l'avantage de compter parmi les sportifs les plus âgés de sa classe d'âge (Romann & Fuchslocher, 2009). Il est intéressant de noter que jusqu'à présent, aucun pays n'a vraiment pris de mesures pour remédier au problème du RAE. En adoptant cette formule, la Suisse pourrait faire œuvre de pionnière et prendre une certaine avance. Ce changement serait également pertinent du point de vue de l'éthique sportive puisqu'il garantirait les mêmes chances à tous les joueurs tant sur le plan des mesures d'encouragement que sur le terrain proprement dit. ■

*Michael Romann est collaborateur scientifique au service des sciences de l'entraînement, dans la section Sport de performance de la HEFSM.  
Contact: michael.romann@baspo.admin.ch.*

*Jörg Fuchslocher est directeur de ce même service.  
Contact: joerg.fuchslocher@baspo.admin.ch.*

### Références bibliographiques

Fuchslocher, J.; Romann, M. (2009): Ein Talentselektions-Instrument für den Nachwuchsleistungssport: «PISTE». In G. Neumann (Ed.), *Talentsdiagnose und Talentprognose im Nachwuchsleistungssport 2. BISp-Symposium: Theorie trifft Praxis* (Vol. 1. Auflage, pp. 151-152). Bonn: Sportverlag Strauss.

Helsen, W. F., Starks, J. L., & Van Winckel, J. (1998): *The influence of relative age on success and dropout in male soccer players*. *American Journal of Human Biology*, 10(6).

Musch, J.; Grondin, S. (2001): *Unequal Competition as an Impediment to Personal Development: A Review of the Relative Age Effect in Sport*. *Developmental Review*, 21(2), 147-167.

Romann, M.; Fuchslocher, J. (2009): *The impact of the relative age effect on talent identification and playing positions in Swiss elite youth soccer*. *Journal of Sports Sciences*, submitted.

Williams, A. M. (2000): *Perceptual skill in soccer: Implications for talent identification and development*. *Journal of Sports Sciences*, 18(9), 737-750.