

## O63- Profil anthropométrique et performances physiques de jeunes footballeurs élités : Etude longitudinale

*Emmeran Le Moal<sup>1</sup>, Mohamed Ali Hammami<sup>1-2</sup>, Abderraouf Ben Abderrahman<sup>1</sup>, Ammar Nebigh<sup>3</sup> & Hassane Zouhal<sup>1</sup>*

<sup>1</sup> Laboratoire Mouvement Sport Santé (M2S), UFRAPS, Université Rennes 2;

<sup>2</sup> Institut Supérieur du Sport et de l'EPS de Tunis. Ksar Saïd, Tunisie;

<sup>3</sup> Laboratoire de Physiologie et d'Exploration Faculté de Médecine Ibn Eljazzar, Sousse

emmeran.lemoal@live.fr

En football de haut niveau, l'observation et la caractérisation des paramètres anthropométriques et des qualités physiques permettent de distinguer les joueurs en fonction du niveau de jeu et du poste occupé sur le terrain. Il convient alors de suivre les paramètres anthropométriques et les qualités physiques au cours d'une saison afin de mettre en place des profils de référence en fonction du poste occupé chez de jeunes footballeurs élités.

**Keywords** : Football, Entraînement, Anthropométrie, Poste, Jeunes

### INTRODUCTION

La pratique du football de haut niveau requiert un haut niveau de performances physiques [Stølen *et al.*, 2005]. L'optimisation des qualités physiques est l'un des objectifs majeurs du parcours de formation. L'observation et la caractérisation des paramètres anthropométriques et des qualités physiques permettent de distinguer les joueurs élités des amateurs, et de dégager un profil de référence en fonction du poste occupé sur le terrain. Ces profils s'avèrent spécifiques chez les joueurs élités adultes [Bangsbo, 1994], en revanche, chez les jeunes joueurs, il s'avère complexe de dégager ce type de profil, du fait du peu de données provenant de sujets élités recensés dans la littérature scientifique [Wong *et al.*, 2009]. Le but de ce travail est donc de réaliser un suivi longitudinal des paramètres anthropométriques et des qualités physiques chez des jeunes footballeurs élités au cours d'une saison et d'en dégager des profils de référence en fonction du poste occupé.

### MATERIELS ET METHODES

41 footballeurs élités ( $15.3 \pm 0.2$  ans) ont participé à cette étude. Ces derniers sont membres d'une structure de formation fédérale Tunisienne réunissant les meilleurs joueurs du pays. Ces joueurs ont été répartis en 5 groupes en fonction de leur poste : gardien de but (GB, n=7), défenseur central (DEF C, n=10), défenseur latéral (DEF L, n=6), milieu de terrain (MIL, n=9) et attaquant (ATT, n=8). Deux sessions de tests ont été réalisées en début et fin de saison (T1 et T2 respectivement). La taille, le poids, le pourcentage de masse grasse ainsi que les performances en sprint (30 m), en 5-jump test (5-JT) et Yo-Yo Intermittent Recovery Test 1 (YYIRT1) ont été mesurés.

### RESULTATS & DISCUSSION

Nos résultats indiquent en premier lieu que les paramètres anthropométriques présentent une évolution significative ( $p < 0.05$ ). De même, les paramètres relatifs aux qualités physiques augmentent eux aussi de manière significative ( $p < 0.05$ ) (Tableau 1). En revanche, il n'a pas été possible de présenter un profil de référence précis en fonction de la position occupée. Il semble qu'avant les 16 ans, il n'y ait pas de différences en fonction de la position occupée [Wong *et al.*, 2009]. Cela peut notamment s'expliquer par un moindre passé de pratique par rapport à des sujets adultes élités. Des travaux supplémentaires s'avèrent indispensables afin de mieux comprendre le phénomène de spécialisation au poste chez le footballeur de haut niveau.

	TAILLE (cm)		POIDS (kg)		% MASSE GRASSE		Sprint 30m (s)		5-JT (m)		YYIRT1 (m)	
	T1	T2	T1	T2	T1	T2	T1	T2	T1	T2	T1	T2
<b>GB</b>	183.3 ±	185.3 ±	78.00 ±	76.90 ±	14,18 ±	13.19 ±	4,63 ±	4,52 ±	11.16 ±	12,10 ±	650 ±	1840 ±
	3.5	3.2**	5.0	3.3	1.5	2.4	0.2	0.2**	1.0	0.6*	420	311**
<b>DEF C</b>	176.6 ±	179.4 ±	69.80 ±	68.6 ±	12,45 ±	11,56 ±	4,49 ±	4,41 ±	10.83 ±	12.32	896 ±	2112 ±
	4.4	4.2**	4.6	4.5	3.6	2.3	0.3	0.2**	1.4	± 0.9**	131	303**
<b>DEF L</b>	176.2 ±	179.9 ±	67.30 ±	67.00 ±	12,38 ±	10,75 ±	4,49 ±	4,37 ±	11.12 ±	12.20 ±	1146 ±	2360 ±
	2.9	3.6**	3.8	1.9	3.1	2.4	0.2	0.3**	1.4	0.7*	166	80**
<b>MIL</b>	175.3 ±	178.7 ±	64.70 ±	65.50 ±	10,55 ±	10,09 ±	4,47 ±	4,35 ±	11.39 ±	12.19 ±	1133 ±	2346 ±
	4.2	3.7**	4.1	4.2	3.1	1.9	0.2	0.3**	1.4	0.8*	23	244**
<b>ATT</b>	173.9 ±	177.2 ±	68.30 ±	68.4 ±	12,27 ±	10,57 ±	4,46 ±	4,36 ±	11.05 ±	12.34 ±	1000 ±	2360 ±
	3.3	2.9**	6.6	7.3	3.5	1.9*	0.2	0.1**	0.8	0.4**	174	174**

\*p<0.05 ; \*\*p<0.01

Tableau 1

#### REFERENCES

- Bangsbo J. The physiology of soccer--with special reference to intense intermittent exercise. *Acta Physiol Scand Suppl* 619:1-155. 1994
- Stølen T, Chamari K, Castagna C, Wisløff U. Physiology of soccer: an update. *Sports Med* 35(6):501-36. 2005
- Wong, PW., Chamari, K., Dellal, A., Wisløff, U. Relationship between anthropometric and physiological characteristics in youth soccer players. *J Strength Cond Res* 23(4):1204-1210. 2009