

# Les tâches de l'entraîneur de football

Autor(en): **Hasler, Hansruedi**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin**

Band (Jahr): **38 (1981)**

Heft 6

PDF erstellt am: **11.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-997307>

## **Nutzungsbedingungen**

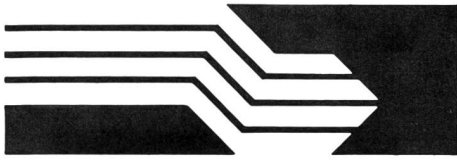
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



## Les tâches de l'entraîneur de football

Hansruedi Hasler

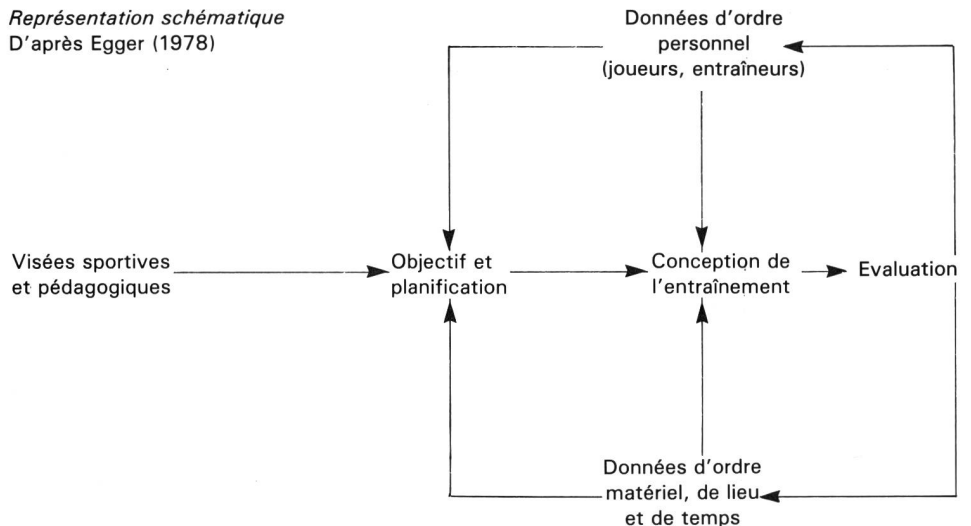
### Définition

C'est grâce à une méthodologie appropriée que l'on parvient à traiter des principes et de la matière propres au football, comme c'est aussi le cas dans l'enseignement de n'importe quelle autre spécialité.

### Principe

Au plan méthodologique, l'entraîneur a pour tâches principales d'évaluer, d'abord, les données existantes et, se fondant sur elles, d'élaborer une planification d'entraînement, puis d'en assumer le contrôle et l'appréciation.

*Représentation schématique*  
D'après Egger (1978)



Tous ces domaines sont interdépendants et exercent une influence l'un sur l'autre.

### Données relatives au travail

Les données relatives au travail constituent la préoccupation de base de l'entraîneur. Chacune de ses actions et de ses décisions va en dépendre. Elles doivent donc être minutieusement repérées, au début d'une activité et il conviendra, par la suite, d'en suivre constamment l'évolution.

- au sujet de l'importance que l'on donne au football dans le pays
- sportives et pédagogiques de la fédération (équipe nationale)
- de l'opinion publique et des moyens de communication

### Position de l'entraîneur au sein du club

- compétences
- influences extérieures possibles exercées sur ces compétences
- collaborateurs à disposition (médecin, physiothérapeute, psychologue, etc.)
- possibilités de collaboration avec le comité du club

### Cadre des joueurs

- conditions et possibilités relatives à la performance (moyenne et cas extrêmes)
- capacité de performance ponctuelle
- cadre des espoirs et dépistage des talents
- données propres à favoriser une amélioration de la capacité de performance
- politique de transfert

### Visées/attente

- de l'entraîneur
- de la direction du club, des joueurs

### Données extérieures

- disponibilité des joueurs
- phase d'entraînement concernée
- conditions d'entraînement (terrain, salle, matériel, etc.)

Ce sont ces facteurs qui conditionnent essentiellement le travail de l'entraîneur. Certains sont constants, d'autres variables et influençables. Il convient donc que les tâches de l'entraîneur aussi bien que celles des responsa-

bles du club soient conçues au mieux. La personnalité de ceux qui sont concernées et la façon dont est structuré le milieu dans lequel ils évoluent contribueront à rendre cette exigence possible.

### Evaluation des données relatives au travail

Il faut sans cesse repenser et réévaluer les facteurs qui exercent une influence sur la bonne marche de l'entraînement.

Données relatives au cadre des joueurs

- capacité de performance ponctuelle de chaque joueur (observation à l'entraînement et lors des matches)
- forme du prochain adversaire
- différenciation (le même entraînement ne peut s'appliquer à tous les joueurs)

Objectifs sportifs et éducatifs:

- visées (attente) à long terme de la part de l'entraîneur
- attitude des responsables du club et des joueurs



Objectifs à long et à court terme justifiant la planification et la préparation conçues par l'entraîneur

- Données extérieures (lieu et temps):
- phase d'entraînement (périodisation)
  - conditions d'entraînement (conditions atmosphériques, terrain, etc.)
  - disponibilité des joueurs
  - disponibilité des collaborateurs

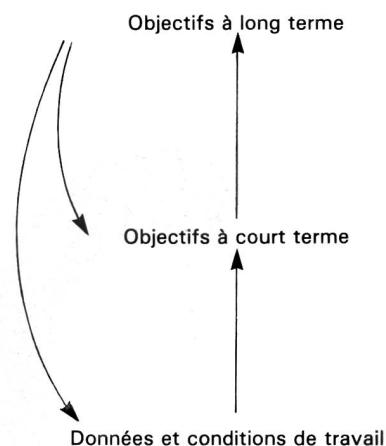
### Objectifs

L'entraînement ne saurait suivre une ligne directrice sans objectifs précis.

Sur la base des données présentées antérieurement - données qui doivent sans cesse être remises en question - l'entraîneur doit donc fixer des objectifs en fonction desquels va s'orienter son action et son travail.

### Objectifs à long terme et à court terme

Les objectifs doivent être adaptés aux données et aux conditions de travail existantes.



Les objectifs à long terme devraient, en règle générale, être revus lors de chaque nouvelle décision. Par exemple:

- qualification pour le tour de promotion
- introduction, dans l'équipe, de 2 nouveaux joueurs et de 3 espoirs
- amélioration du jeu par les ailes
- meilleure organisation de l'attaque, etc.

Les données et conditions de travail influent sur la fixation des objectifs.

Il est essentiel que l'entraîneur suive une ligne de conduite bien définie dans son travail. Il ne devrait pas s'en écarter, malgré la remise en question périodique des données et conditions de travail, du moins tant que celles-ci peuvent encore être considérées comme normales.

Les objectifs à court terme constituent toujours, par conséquent, des démarches intermédiaires en direction du but principal.

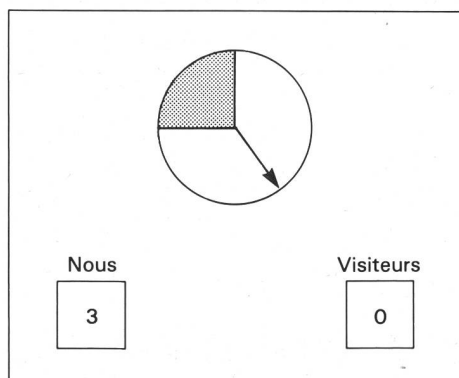
### Adaptation et différenciation

Même si les objectifs fixés tracent, en quelque sorte, les lignes directrices du travail de

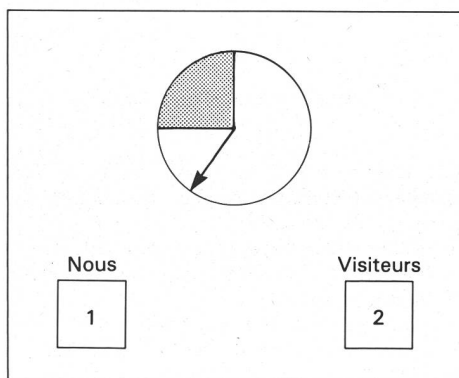
l'entraîneur, celui-ci doit tout de même savoir faire preuve, à un haut degré:

- de souplesse et de facultés d'adaptation
- de sens de l'improvisation
- de doigté et d'intuition.

Un nombre considérable d'éléments et d'événements ne sont, en effet, ni prévisibles, ni sûrs. Il faut en tenir compte.



Forme «sur le papier»



Forme du jour

Il n'y a d'ailleurs pas que dans les matches que de nouveaux facteurs s'en peuvent venir modifier la performance attendue, mais également au cours des entraînements et même de chaque exercice en particulier.

Très souvent, le succès d'un match, l'efficacité d'un entraînement ou des mesures individuelles vont dépendre de la faculté de l'entraîneur:

- à reconnaître à temps les facteurs de performance
- à en déceler l'origine
- à agir - ou à réagir - en conséquence.

Dans cette optique, l'ascendant et l'autorité d'un entraîneur deviennent prépondérants dans le cadre de la *correction*.

### Planification

Planifier, c'est éliminer le hasard, donc, souvent, les mauvaises surprises.

#### Principes de la planification

Qu'ils soient à long ou à court terme, les objectifs fixés doivent s'appuyer sur une série de principes de base:

- la persévérance
- le discernement (adaptation de l'entraînement au rôle qu'un joueur doit tenir lors d'un match)
- le sens de l'adaptation
- la régularité (certains exercices doivent être répétés sans cesse pour aboutir à une amélioration de la performance)
- la périodisation.

#### Aspects de la planification

La planification peut changer d'aspect selon la durée de travail envisagée ou en fonction d'un événement particulier. On parle donc, par ordre décroissant:

- de plans d'entraînement annuels
- de camps d'entraînement
- de plans d'entraînement hebdomadaires
- de préparation d'entraînement
- de jours de match.

Des exemples correspondants sont consignés dans le manuel du moniteur J+S «football».

### Conception de l'entraînement

Finalement, c'est le travail que l'entraîneur accomplit avec son équipe sur le terrain qui est déterminant. C'est sur cet aspect et sur ce qui en résulte que l'opinion publique portera son jugement.

#### Bases théoriques

Pour donner plus d'efficacité à son action, il est bon que l'entraîneur possède de bonnes connaissances et une solide expérience dans les domaines suivants:

- pratique du football
- principes d'entraînement
- psychologie (motivation, psychologie de l'apprentissage, psychologie sociale)
- hygiène, diététique.

#### Contenu (choix des exercices)

La technique, la tactique, la condition physique et la force psychique sont des facteurs déterminants, en football, pour la performance du joueur et de l'équipe:

#### Objectif:

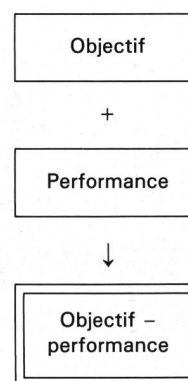
Le but à atteindre détermine, pour l'essentiel, le choix de la matière.

#### Qualité d'exécution:

Les formes d'entraînement retenues doivent, avant tout, être exécutées de façon correcte et indépendante. Une des fonctions les plus importantes de l'entraîneur est de bien orienter le travail.

#### Correction:

En les corrigeant de façon appropriée, l'entraîneur aide ses joueurs à résoudre les tâches qui se posent à eux. C'est dans ce domaine qu'il pourra le mieux extérioriser ses connaissances du football et ses qualités psychologiques, puisqu'il devra constamment mettre en relation la performance et l'objectif visé.



L'idéal est que ces deux éléments se recouvrent.

Corriger, c'est orienter la performance en direction du but à atteindre.

#### Procédés:

- déceler les fautes les plus graves
- en découvrir l'origine
- apporter la correction nécessaire
- poursuivre l'entraînement

#### Autocritique pratiquée par les joueurs:

Il appartient aussi à l'entraîneur d'éduquer les joueurs, de les amener à se prendre eux-mêmes en charge, de leur apprendre à évaluer et à corriger personnellement leurs actions.

### Entraînement des joueurs blessés:

Il exige de l'entraîneur l'élaboration de programmes spéciaux.

### Méthodes

Le choix de la méthode dépend largement de la qualité des joueurs et de l'objectif à atteindre.

#### La suite d'exercices progressifs:

La marche en direction du but fixé se fait systématiquement au moyen d'une série d'exercices de difficulté progressive (du simple au compliqué). Par exemple:

- pour le tir au but:
  - ballon immobile
  - ballon conduit
  - ballon passé dans la foulée
  - ballon reçu de l'aile
  - tir au but au terme d'autres tâches préalables.

Même suite d'exercices face à un adversaire passif.

Même suite d'exercices face à un adversaire actif.

- pour le 1:1
  - sur une surface réduite
  - avec un but de dimension réduite
  - avec un but de grande dimension
  - avec deux buts de dimension réduite
  - avec deux buts de grande dimension
  - avec plusieurs buts.

Même suite d'exercices face à des adversaires passifs et actifs.

#### Forme simple:

Des phases de jeu sont exercées en dehors de toute pensée de compétition.

#### Forme combinée:

Plusieurs phases de jeu sont combinées entre elles, avec ou sans la présence d'un adversaire. Par exemple:

- 1:1 à partir du milieu du terrain, jusqu'au moment du tir au but ou de l'organisation de la défense (dribble, feinte, tir au but, tacles, agilité, vitesse, duel, etc.)

Comme variante à cet exercice, on peut prévoir le déroulement complet d'une phase de jeu, qui fait davantage appel au comportement tactique

- contre-attaque.

#### Partie d'entraînement:

Sous forme de jeu avec, éventuellement, quelques règles supplémentaires, dans le but d'exercer diverses phases. Par exemple:

- 7:7 avec un but de grande dimension et deux buts de petite dimension.

#### Entraînement par la concentration:

Les réflexions du joueur augmentent avec les exigences (intelligence de jeu).

#### Entraînement par l'observation:

Le joueur observe de façon répétée et soutenue les mouvements exécutés par d'autres:

- coéquipiers
- enregistrements vidéo
- films
- émissions de télévision.

#### Entraînement mental:

Le joueur se représente mentalement, à plusieurs reprises, le déroulement d'un mouvement (feinte, etc.).

#### Entraînement par l'analyse orale:

Le joueur analyse en lui-même certains problèmes (par exemple: mon adversaire!).

### Organisation

Une organisation fonctionnelle permet un déroulement impeccable et efficace du travail prévu. De nombreux facteurs doivent, pour y parvenir, être pris en considération:

#### La formation de groupes équilibrés:

- groupes de performance à partir de l'état de la condition physique, du niveau technique ou du sens tactique
- groupes selon les attributions: par exemple, la partie de l'équipe jouant à droite, les demis, etc.
- groupes dus au hasard: plus ou moins actifs selon le nombre de joueurs qui les forment
- groupes réduits, permettant de travailler la *condition physique* de façon plus intensive, d'accorder plus d'attention à la *technique*, de développer le sens *tactique* (la vision du jeu par exemple)
- groupes plus importants, obligeant les joueurs à plus de réflexion et à une meilleure concentration

#### La modification des données du terrain:

- terrain plus grand, octroyant plus de liberté d'action et obligeant à courir davantage, d'où une plus grande mise à contribution de la condition physique
- terrain plus petit, entraînant un jeu plus serré et un plus grand nombre de duels tout en limitant la liberté d'action et en requérant un meilleur maniement du ballon

#### La modification des données:

- buts de grande dimension, facilitant la conclusion, obligeant les défenseurs à une action soutenue, permettant d'approcher de plus près les conditions réelles de jeu
- buts de petite dimension: exigeant de mieux préparer la conclusion et multipliant les changements de rythme

La durée et la forme du travail, conçues en l'occurrence selon différents principes, à savoir:

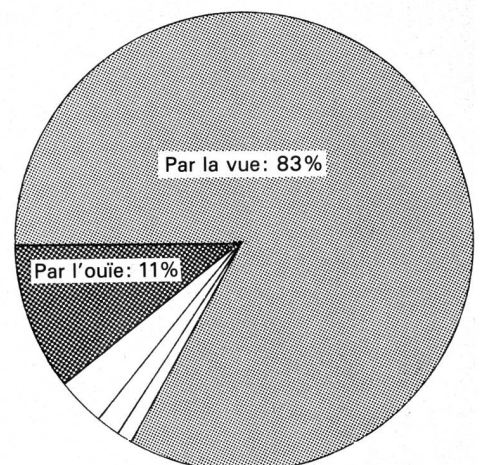
- l'endurance (s'il est de longue durée)
- le fractionné (si l'effort est répété)
- le circuit (s'il est organisé par chantiers)

#### L'utilisation du matériel et du terrain

### Présentation

C'est la façon de faire comprendre clairement aux joueurs ce que l'on attend d'eux. L'illustration ci-après montre bien les proportions qui devraient être respectées en la matière

L'être humain apprend:



#### Possibilités:

- démonstration
  - explication
  - application
- } et leur combinaison

Peu importe, en fait, la méthode choisie par l'entraîneur, pour autant qu'il parvienne:

- à rendre la tâche parfaitement compréhensible

- à se faire comprendre au mieux
- à intéresser et à animer les joueurs
- à leur laisser suffisamment la liberté pour qu'ils puissent extérioriser leur personnalité
- à accepter leurs suggestions.

Moyens auxiliaires:

Pour donner plus de poids à ses paroles, à ses gestes et à la transmission de ses connaissances du football, l'entraîneur ne doit pas hésiter, surtout lors de séances d'analyse ou de discussion, à se servir des moyens auxiliaires qu'il a à sa disposition:

- tableau noir et tableau magnétique
- dessins
- vidéo
- films

L'efficacité de ces différents moyens réside dans l'image visuelle, plus facile à capter par les joueurs.

### Comportement de chef

Ne retenons, sur ce point, les facteurs psychologiques qui influencent directement la conception de l'entraînement:

L'autorité de l'entraîneur

Autorité professionnelle = **connaissance du sujet**

- connaissance du football
- expérience
- faculté d'analyse claire et souple
- facilité d'expression

L'autorité professionnelle peut s'acquérir progressivement, du moins partiellement.

Autorité naturelle = **personnalité**

- compréhension
- intuition
- sens des responsabilités
- capacité de décision

L'autorité personnelle doit s'affirmer chaque jour à nouveau.

### La motivation

La motivation est un concept général compliqué, qui implique une multitude de facteurs aussi bien stimulants que contraignants.



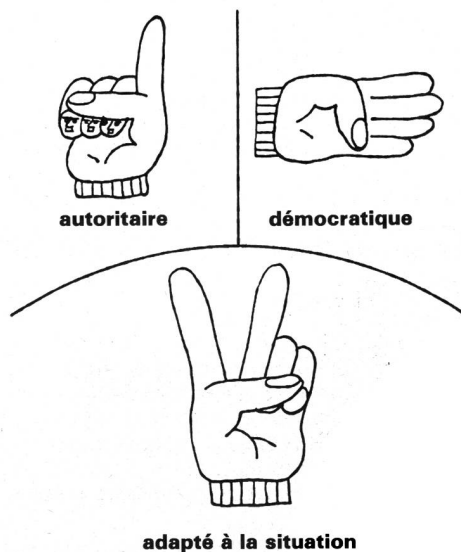
D'après Mager (1971)

La mise en valeur de la personnalité (joueur et équipe)

L'entraîneur a d'importantes tâches d'éducateur à remplir. Il doit en effet favoriser l'éclosion de l'individu aussi bien que celle de l'équipe, non seulement au plan sportif, mais également au plan humain

- le choix d'un style de direction adapté.

### Les styles de commandement



*Aussi vrai que la balle est ronde, nous allons gagner aujourd'hui!*

Réagir juste au bon moment

- volonté
- capacité d'adaptation
- esprit coopératif
- maîtrise de soi
- indépendance
- discipline, esprit d'équipe

Ces qualités concernent le joueur et l'équipe

L'entraîneur ne doit pas se contenter d'espérer l'existence de ces qualités chez ses joueurs. Au contraire, son rôle est de les faire naître ou de les faire se développer.

- L'ambiance de travail  
Elle naît du comportement de l'entraîneur envers les joueurs et vice-versa.



## Contrôle et évaluation des performances

Comparaison entre les objectifs fixés et les performances effectivement réalisées:

### Observation des entraînements et des matches

Observation systématique, sur la base de critères définis préalablement. Un tel travail suppose une technique de notation et d'enregistrement bien au point (notes, fiche d'observation, vidéo, dictaphone).

### Contrôle de performance

Les tests de performance mesurables sont concevables, mais il sont rarement fonctionnels. Les principaux sont:

- les tests de condition physique
- les tests techniques

### Carnet de performance

Le carnet de performance – ou tout autre forme analogue – permet de contrôler très systématiquement l'évolution de la forme et du rendement des joueurs. Les notes qui y sont consi-

gnées constituent une source d'informations utiles à l'entraîneur aussi bien qu'aux joueurs et, de plus, elles favorisent la motivation. Or, ces deux éléments sont à la base d'une amélioration constante.

## Relations publiques

A priori, il peut sembler que les relations publiques ne relèvent pas de la direction d'une équipe. Ce n'est vrai qu'en partie car, on le sait, la réputation de l'entraîneur et de son équipe dépend fortement de l'intérêt que leur portent les journaux et les autres moyens de communication.

### Contacts avec les medias

Les mass media sont indispensables pour transmettre toute information utile au public et aux milieux intéressés par le sport. Il s'agit donc d'entrer et de rester en étroite contact avec eux.

### Contacts avec les autres entraîneurs

Ils sont utiles puisqu'ils permettent des échanges d'expériences et autres discussions d'ordre professionnel.

## Conférences, visites, etc.

Les responsables de clubs de même que les entraîneurs des équipes de juniors peuvent tirer un grand profit de l'expérience et des connaissances des spécialistes les plus réputés.

