

LES PRINCIPES DE L'INITIATION AU FOOTBALL

SOMMAIRE

Notions de pédagogie :

➔ **pages 3 à 4**

Les clés de la séance d'entraînement :

➔ **pages 5 à 6**

Les clés de l'exercice :

➔ **pages 7 à 27**

NOTIONS DE PÉDAGOGIE

LA PÉDAGOGIE

DEFINITION :

« C'est l'art d'enseigner ou la manière de transmettre son savoir »

ELLE EXIGE :

- ➔ La connaissance de l'activité ou de la discipline enseignée
- ➔ La connaissance des différents publics et leur milieu

Le principal atout pour un pédagogue ou éducateur c'est :
« sa capacité à cerner le public auquel il s'adresse ».

POUR ETRE EFFICACE, IL DOIT :

■ ORGANISER

- ➔ Son groupe
- ➔ Son activité

■ ENTRAÎNER

- ➔ Définir un objectif
- ➔ Définir un thème dans sa (ses) séance(s)

■ PROGRAMMER

- ➔ Une suite logique dans ses séances

■ OBSERVER

- ➔ Les progrès et échecs des joueurs
- ➔ Le bien-fondé de ses objectifs

■ MODIFIER

- ➔ Réadapter les objectifs en fonction des possibilités de l'enfant

■ S'ADAPTER

- ➔ A la réussite, à l'échec, à l'imprévu

■ AGIR

- ➔ Expliquer, démontrer, interroger, faire constater.
- ➔ Faire analyser, faire expliquer pour que l'enfant soit impliqué dans une démarche.

LES CLES DE LA SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

LA SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

SON OBJECTIF :

Résoudre les problèmes que pose le match

SES CONDITIONS DE RÉUSSITE :

Tenir compte des différentes logiques :

1- LA LOGIQUE DU TEMPS

1.1 - Un entraînement par semaine, c'est entre 1h et 1h30 sur le terrain. Il se partage en temps de pause (explications, interruptions, mise en place du matériel) et en temps de travail effectif. **IL FAUT DONC FAIRE EN SORTE QUE L'ENFANT SOIT EN CONTACT MAXIMUM AVEC LE BALLON OU DANS L'ACTION.**

1.2 – Deux entraînements par semaine permettent de travailler davantage sur la maîtrise individuelle dans le contexte réel du jeu (facile ou difficile) et de consacrer une séance entière sur les problèmes liés aux relations entre les joueurs (simple ou complexe).

1.3 – Les objectifs de maîtrise individuelle et collective doivent être poursuivis sur la durée de la catégorie. On dispose donc, selon les possibilités d'encadrement, de 65 séances (un entraînement par semaine) ou de 130 séances (deux entraînements par semaine) pour y parvenir.

2- LA LOGIQUE DE LA CONSTRUCTION

2.1 - La mise en train, l'échauffement doivent se faire essentiellement avec le ballon et permettent de concilier les efforts propres au jeu (endurance/vitesse) et les capacités de maîtrise du ballon et de la prise d'information.

2.2 – Le thème de la séance.

- Il est programmé pour faire progresser le groupe dans un domaine donné.
Ex : Etre capable grâce à la passe, de progresser vers le but.
- Il peut faire l'objet de plusieurs séances pour que l'objectif (passer du niveau 1 au niveau 2) soit réellement atteint.
- Il fait l'objet de deux situations maximum. Chaque situation contient des variables (cf les clés de l'exercice). Elle balaye complètement le problème abordé. Elle n'empêche pas pour autant les joueurs de se trouver dans d'autres situations gestuelles ou collectives. La seule différence est que l'intervention de l'éducateur est essentiellement ciblée sur le thème choisi.
- Il se conclut par un match à thème (les interventions de l'entraîneur portent exclusivement sur le thème).

3- LE JEU LIBRE

D'une durée de dix à quinze minutes. Il permet aux enfants de se relâcher dans leur concentration.

LES CLÉS DE L'EXERCICE

LE CHOIX DE L'EXERCICE

- Il est la réponse aux problèmes vécus pendant le match
- Il ne peut donc être aussi complexe que le match (5x5, 7x7 ou 9x9)
- Mais il doit correspondre à la réalité du match [présence de(s) l'adversaire(s)]
- Il est une situation simplifiée du jeu et du match
- Il se joue donc sur :
 - un effectif réduit,
 - sur un espace réduit.
- Il décompose le déroulement du jeu
- Il est attrayant pour être motivant.

BUT DES EXERCICES

- Faire acquérir une technique (maîtrise du geste) et des intentions tactiques (maîtrise collective).

LES CONSIGNES A L'INTÉRIEUR DE L'EXERCICE

Elles interviennent dans l'interdiction ou l'autorisation.

- ➔ dribble, redoublement de passe
- ➔ n secondes pour passer, n secondes pour tirer.
- ➔ harceler, ne pas harceler
- ➔ jouer ou ne pas jouer dans un nombre précis de touches
- ➔ pénétrer ou non dans un espace
- ➔ joueur imprenable dans une zone
- ➔ joueur joker (passe d'une équipe à l'autre, en fonction de la possession du ballon)
- ➔ joueur relais (imprenable, en possession du ballon)
- ➔ défendre individuellement, en zone, presser.

L'EXERCICE PEUT METTRE EN ACTION

UN JOUEUR

Maîtrise
du geste

UN GROUPE DE JOUEURS

- jeu à deux
 - jeu à trois
- (Avec un ou plusieurs adversaires)

PLUSIEURS GROUPES DE JOUEURS

- défenseurs
et attaquants
 - milieux
et attaquants
 - défenseurs
et milieux
- (Contre un groupe d'adversaires)

DONNER DU SENS A L'EXERCICE

QU'EST CE QUE J'ATTENDS ?

- du porteur de ballon
 - des non porteurs de ballon
 - du ou des défenseurs

ÉVOLUTION D'UN EXERCICE

Dans la durée,
un exercice doit se transformer :

Deux notions essentielles :



Du facile au difficile

Du simple au complexe



A l'intérieur, des variables :

- Le temps
- L'espace
- Le nombre de joueurs

DU FACILE AU DIFFICILE

L'exercice comprend, systématiquement, le même nombre d'attaquants pour le même nombre de défenseurs.

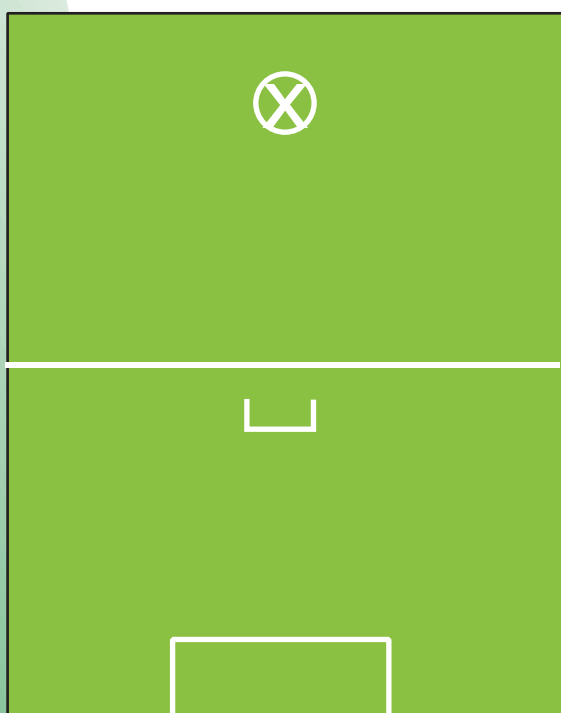
Les variables utilisées jouent sur le temps (temps d'exécution, lent à rapide ou temps de possession du ballon) et / ou sur l'espace (capacité à répéter ou enchaîner le même geste dans un espace long ou large, grand ou restreint).

X → Attaquant

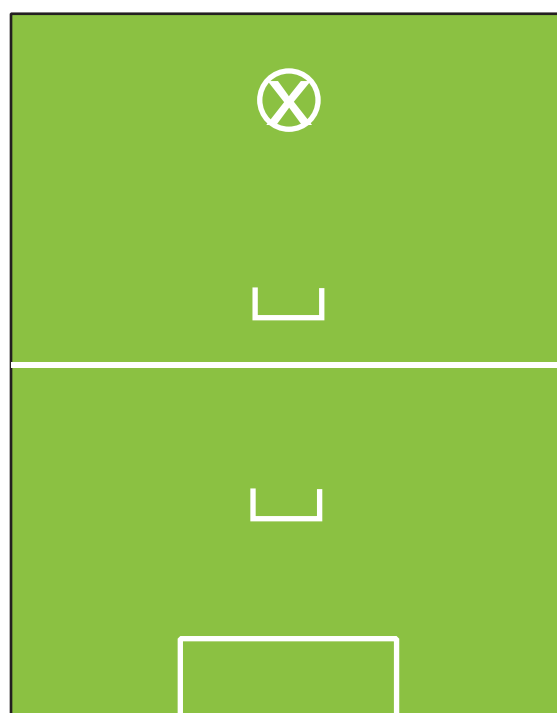
⊗ → Attaquant en possession de la balle

┌ → Défenseur

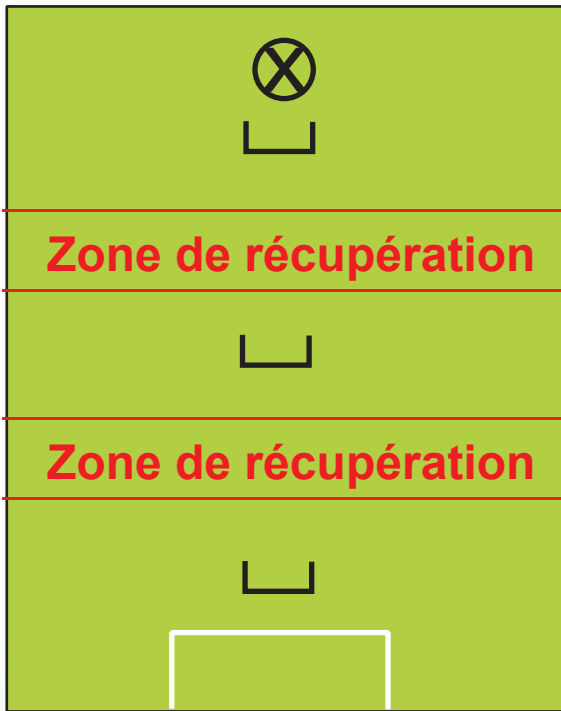
de:



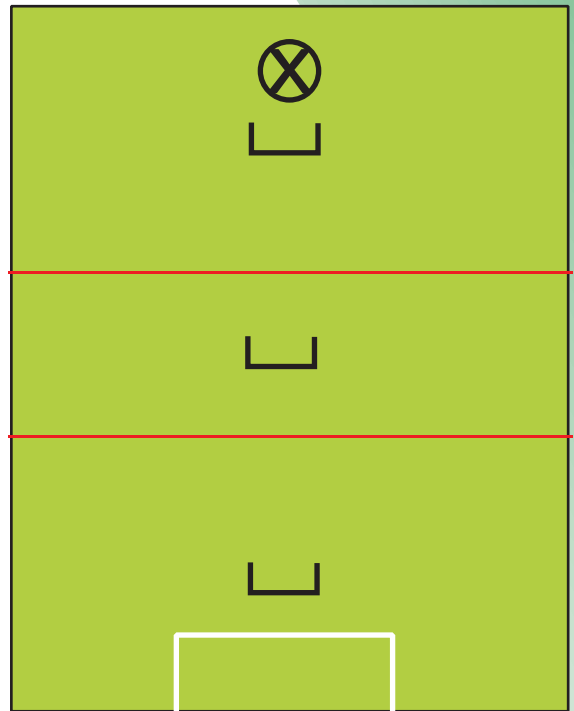
vers :



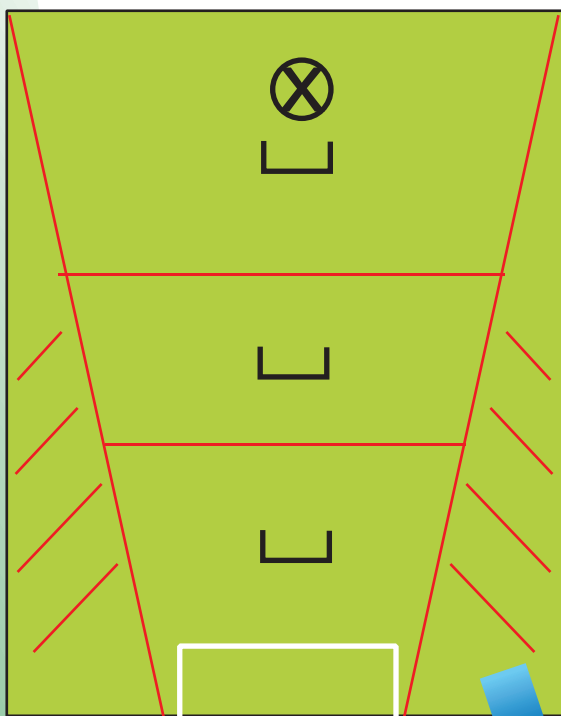
vers :



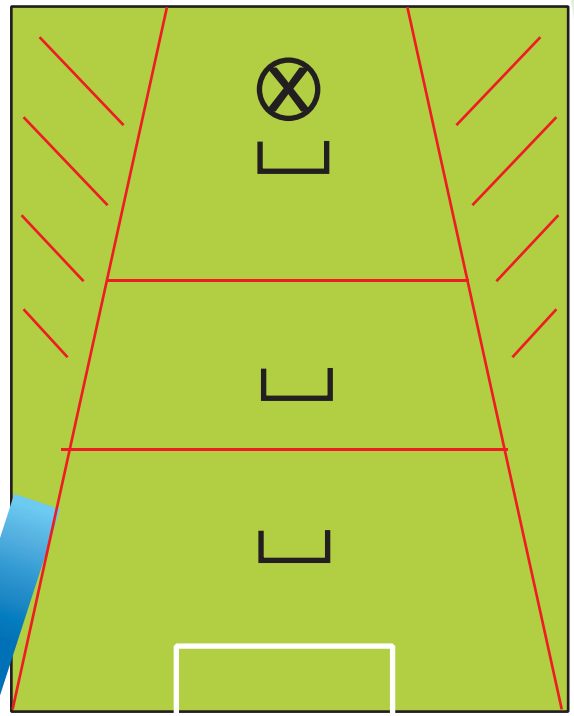
vers :



vers :



vers :



Zones interdites

Du simple au complexe

OU De la supériorité numérique à l'égalité

ET De l'égalité à l'infériorité numérique

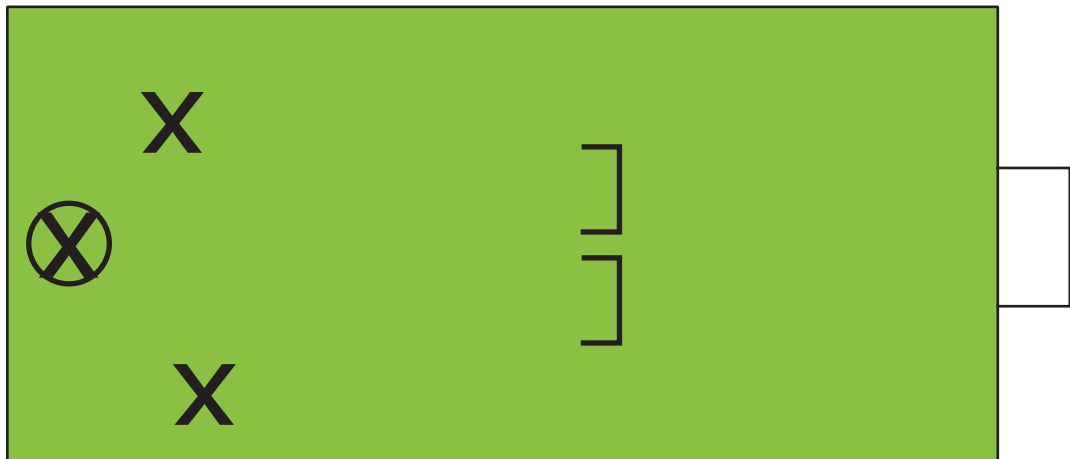
Définition :

L'exercice évolue dans le nombre de joueurs intervenant (attaquants ou défenseurs). La complexité se mesure dans l'augmentation des relations qui se mettent en place.

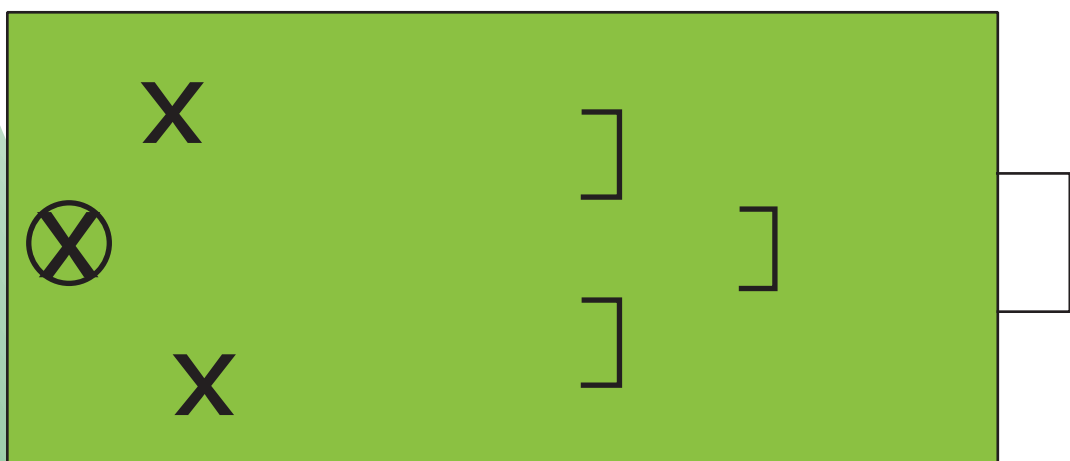
du



vers



vers



LES VARIABLES

Elles interviennent en cas de réussite systématique ou d'échec notoire dans l'exécution d'un exercice.

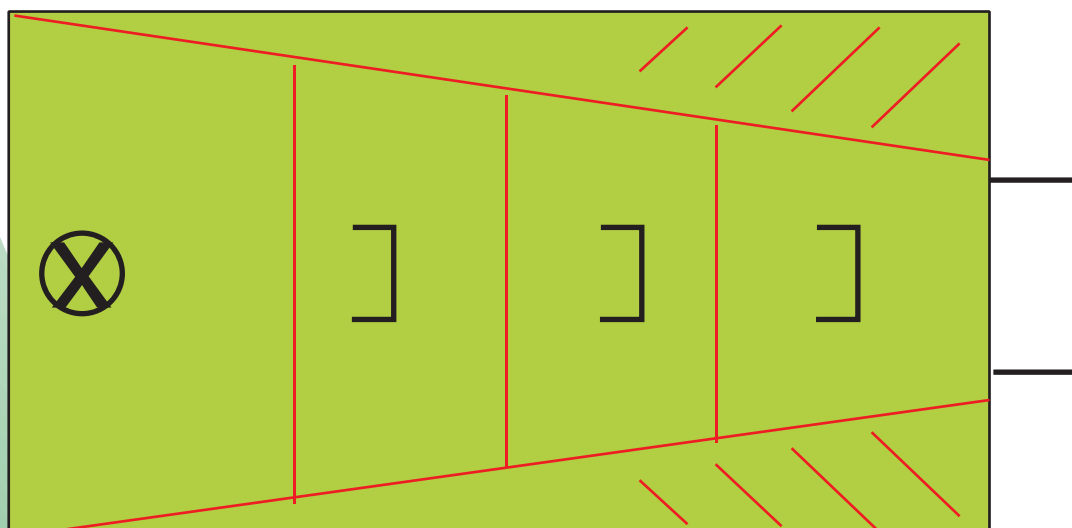
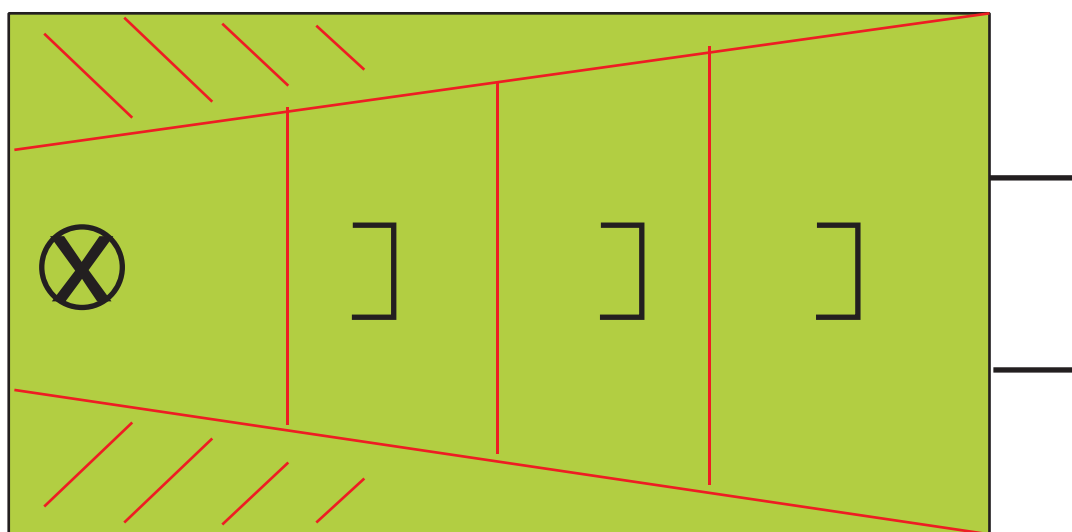
Elles permettent de faire vivre une situation de départ pour la rendre plus difficile ou plus facile, voire plus complexe ou plus simple.

L'ESPACE

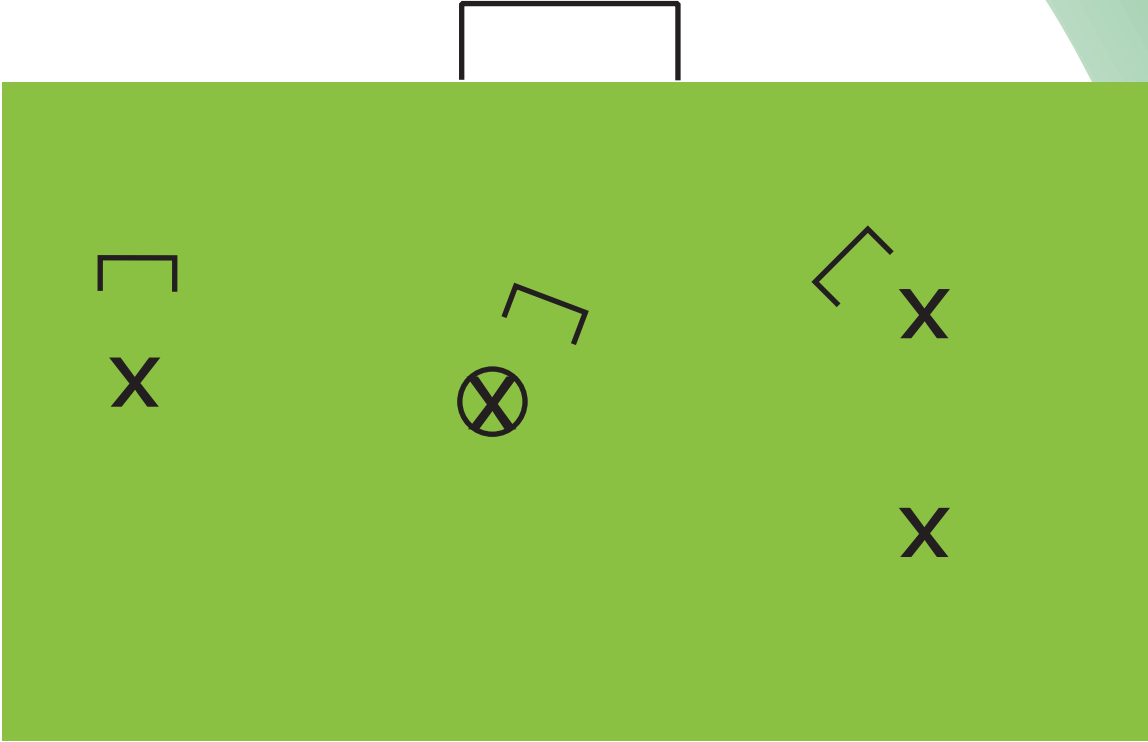
- De l'étroit vers le large pour atteindre la cible.
- Du plus large vers l'étroit

LE TEMPS

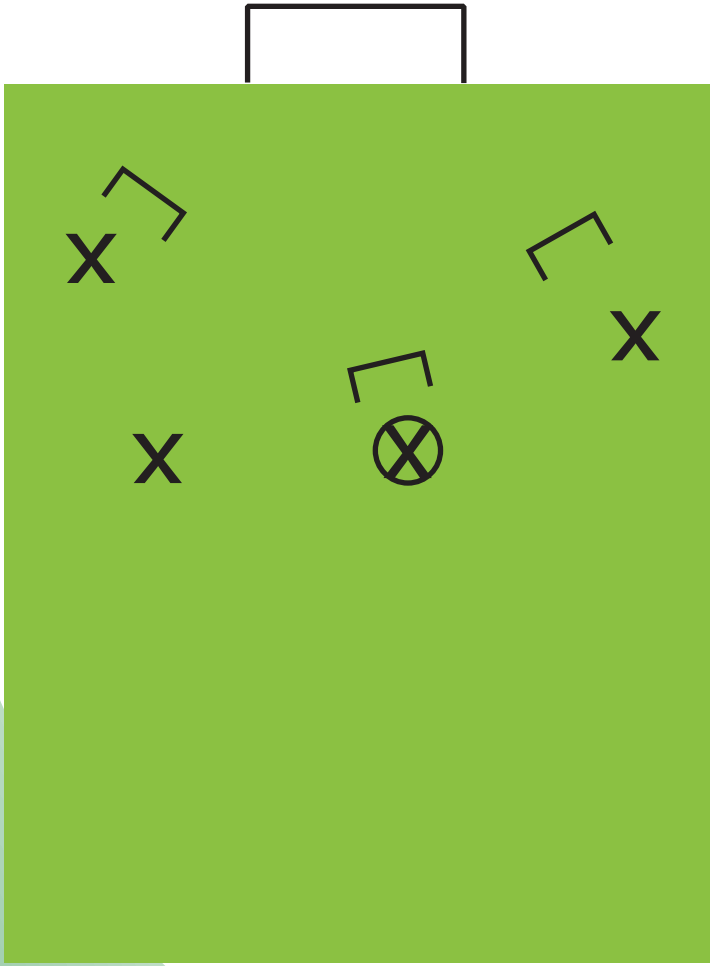
- Il joue sur le nombre de touches de balle ou sur le temps de possession du ballon.
- Il joue sur la distance à parcourir.



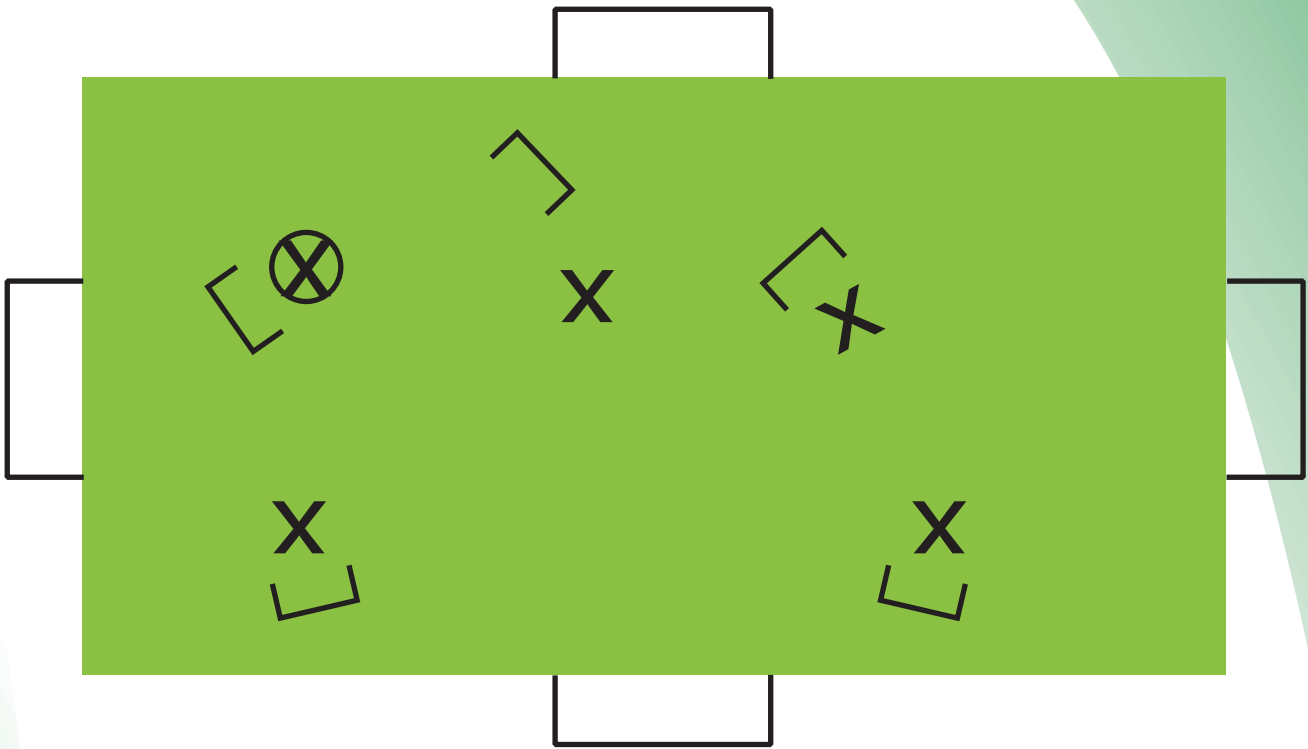
ON PEUT JOUER SUR UN ESPACE



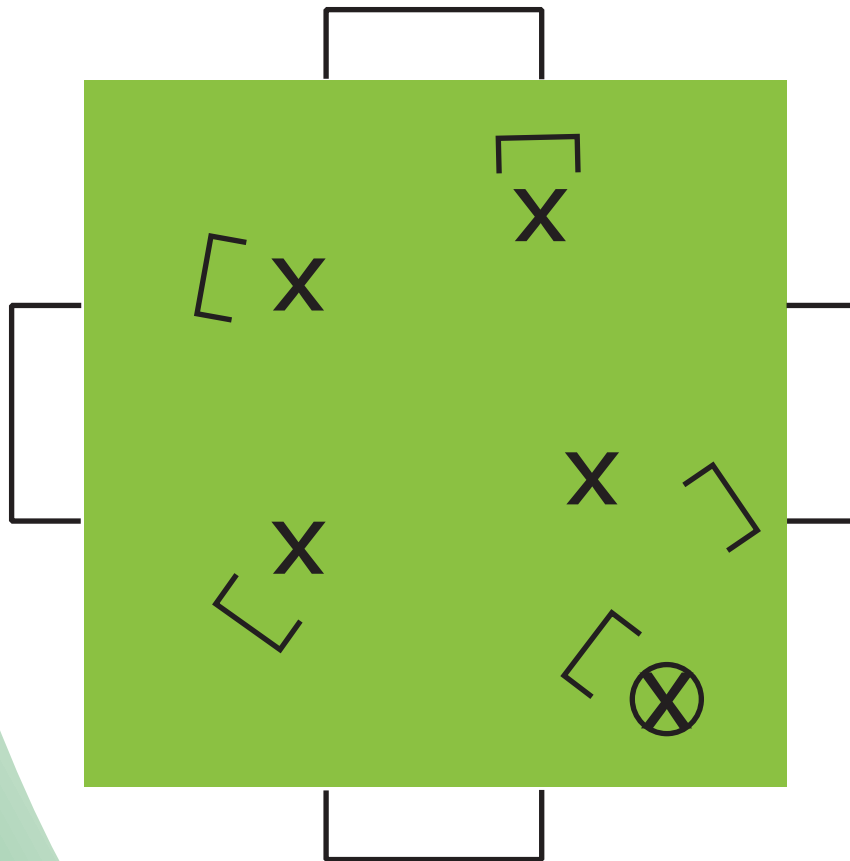
OU SUR UN ESPACE



OU ENCORE



VERS

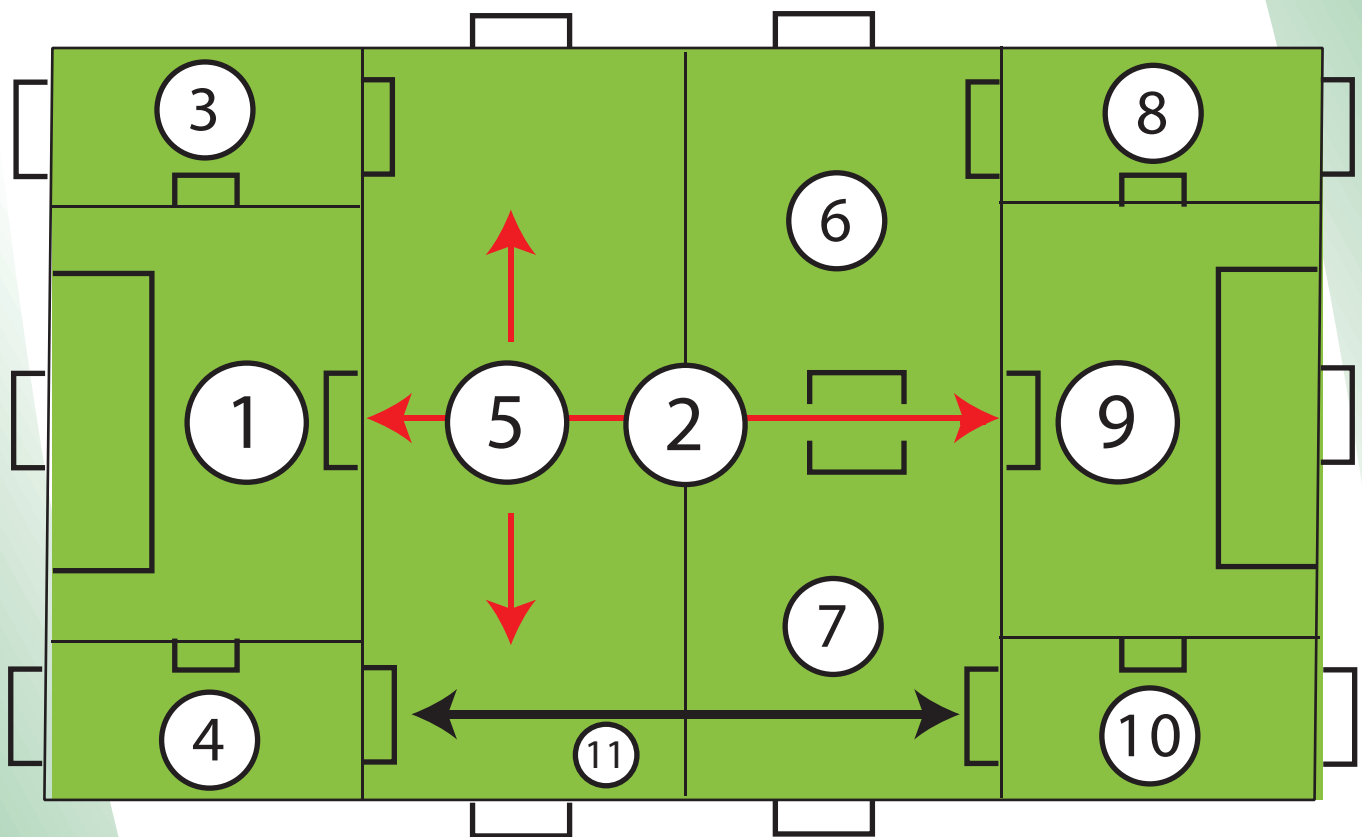


Et tout cela sans changer l'objectif de l'exercice de base.

ADAPTER L'ESPACE AU NOMBRE DE JOUEURS ET AUX OBJECTIFS

EXPLOITER L'EXISTANT

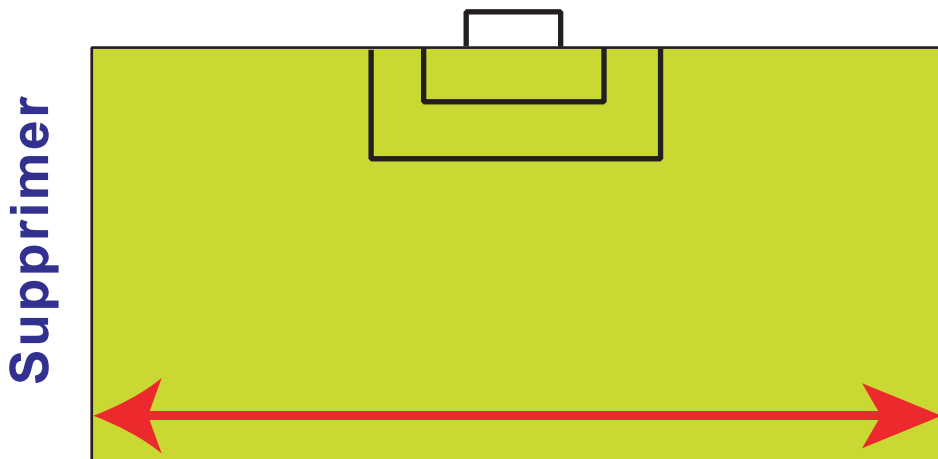
Football : → les lignes (surface des 15.50 m)
→ le rond central



- Avec un minimum de moyens :
 - en traçant des lignes
- Avec des moyens possibles :
 - plots, constrifoot
- Avec des moyens conséquents :
 - terrain tracé
 - buts à 7 avec filet
 - mini buts 1x1 avec filet

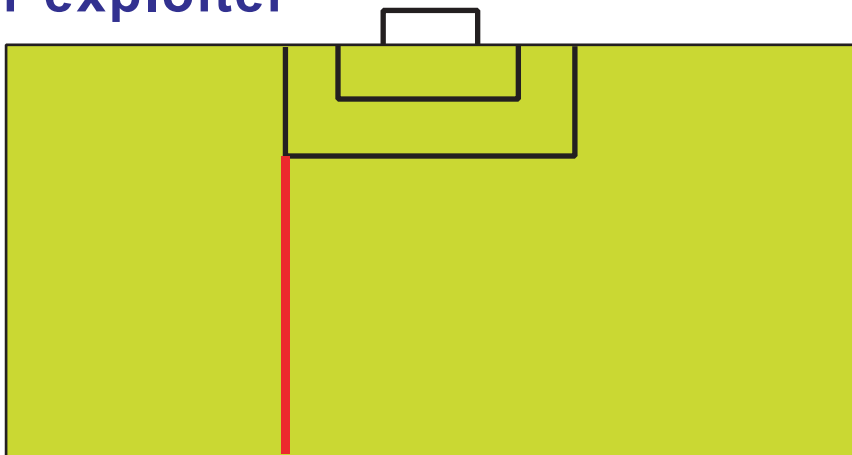
Utiliser l'espace en rapport avec les capacités des catégories concernées

EXEMPLE : On peut travailler (appréhender) l'alternance, du jeu court vers le jeu large avec des benjamins, à condition de :

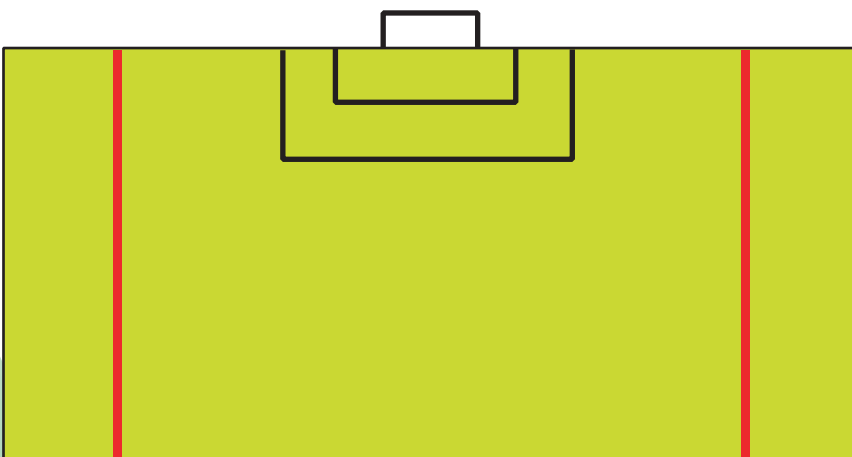


Pour exploiter

soit



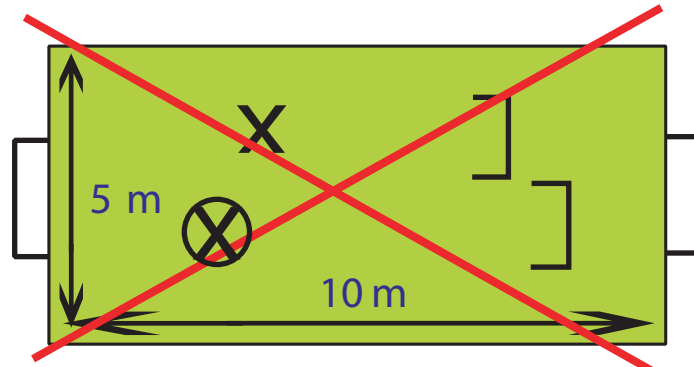
soit



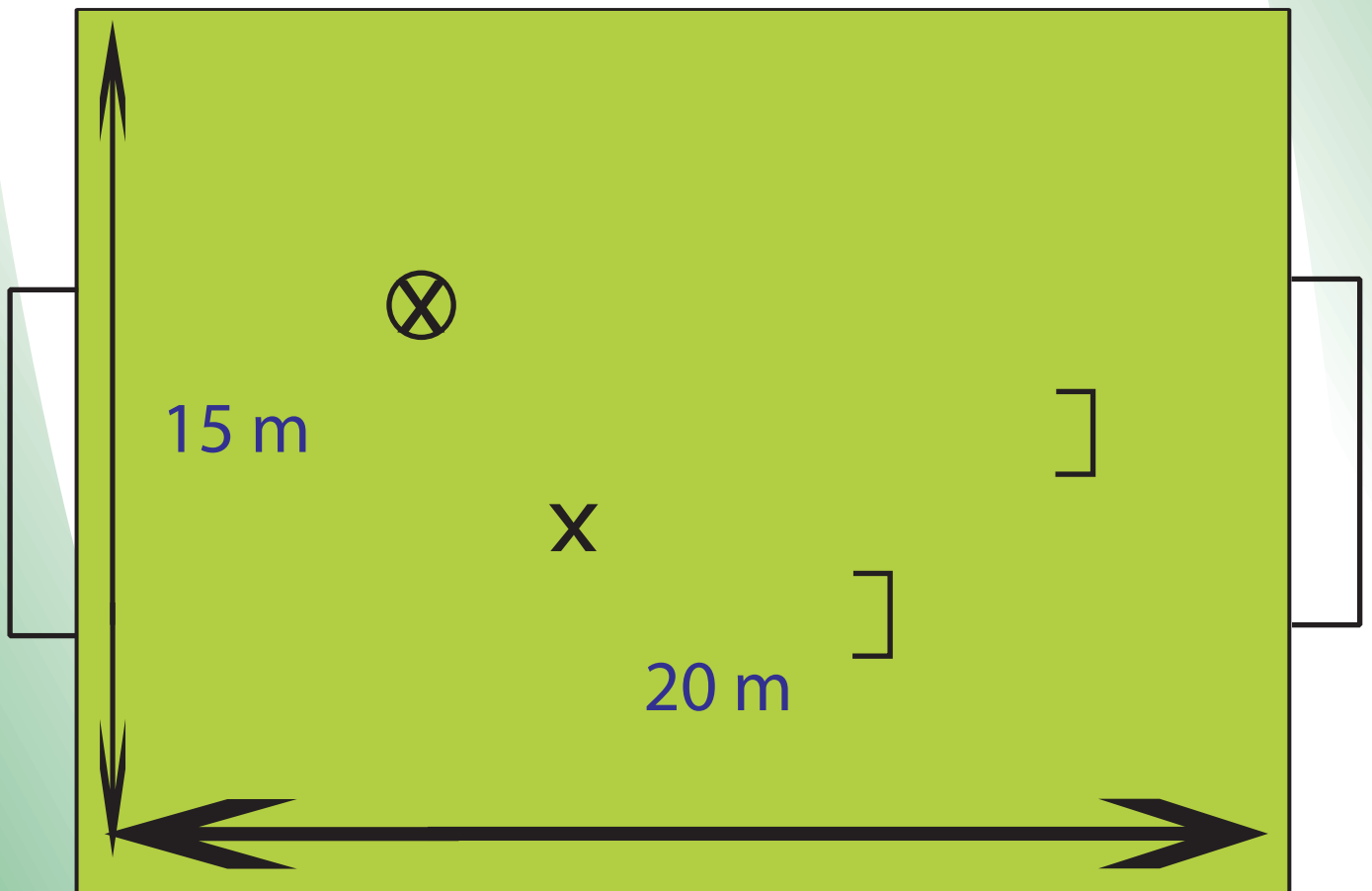
■ QUESTIONS À SE POSER :

- une passe longue en poussin, c'est n mètres ?
- une passe longue en benjamin, c'est n mètres ?

Utiliser l'espace en fonction du nombre de joueurs en présence



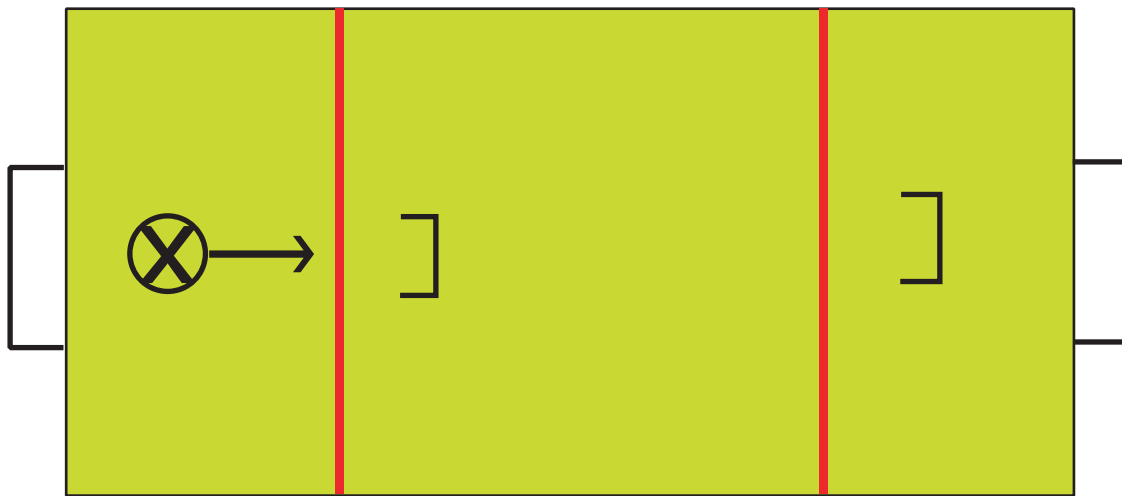
NON



OUI

Utiliser l'espace en respectant la réalité du jeu et les thèmes de travail

- c'est orienter tout exercice vers la logique du jeu : **le but à marquer**
- c'est mettre en mouvement le porteur du ballon avant toute confrontation



- c'est, dans tout terrain réduit, recréer la réalité du jeu : **des lignes, des buts**
- c'est adapter la taille, la forme de l'espace, en fonction des situations possibles rencontrées en cours de jeu :
 - **jeu court**
 - **jeu long, profond,**
 - **jeu large, latéral.**

LA DURÉE DE L'EXERCICE

L'acquisition des compétences repose sur :

1- **La compréhension** de la tâche demandée

Son sens :

- pourquoi travaillons nous sur ce point ?
- quand vivons nous cette situation pendant le match ?
- quel est le rôle de chacun ?

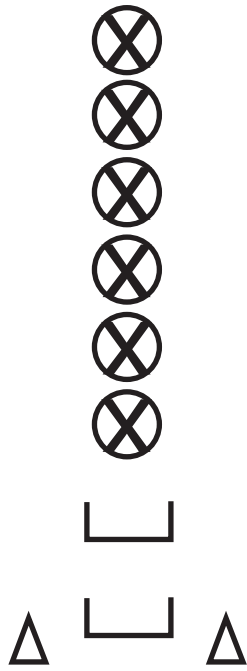
2- **La répétition :**

Plus le joueur va vivre la situation, plus il aura de chances de réduire ses erreurs, soit par la conscience qu'il en a, soit par les interventions de l'éducateur.

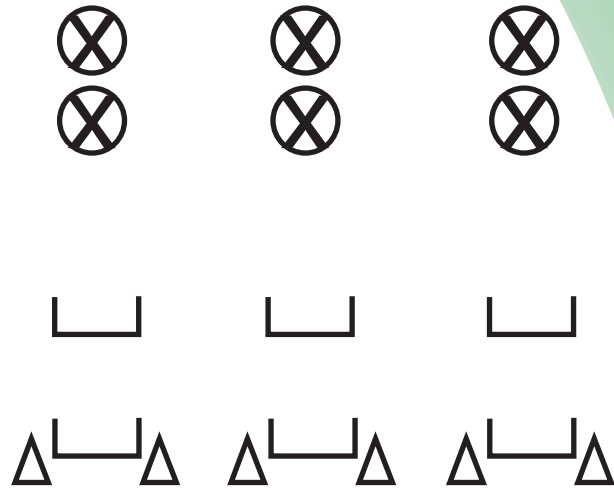
3- L'exigence de critères de réussite par rapport au thème travaillé et la concentration sur la recherche de l'efficacité.

**IL FAUT DONC TOUT METTRE EN ŒUVRE
POUR QUE L'EXERCICE
SOIT L'OCCASION DE VIVRE
LE PLUS DE FOIS POSSIBLE
UNE SITUATION DONNÉE**

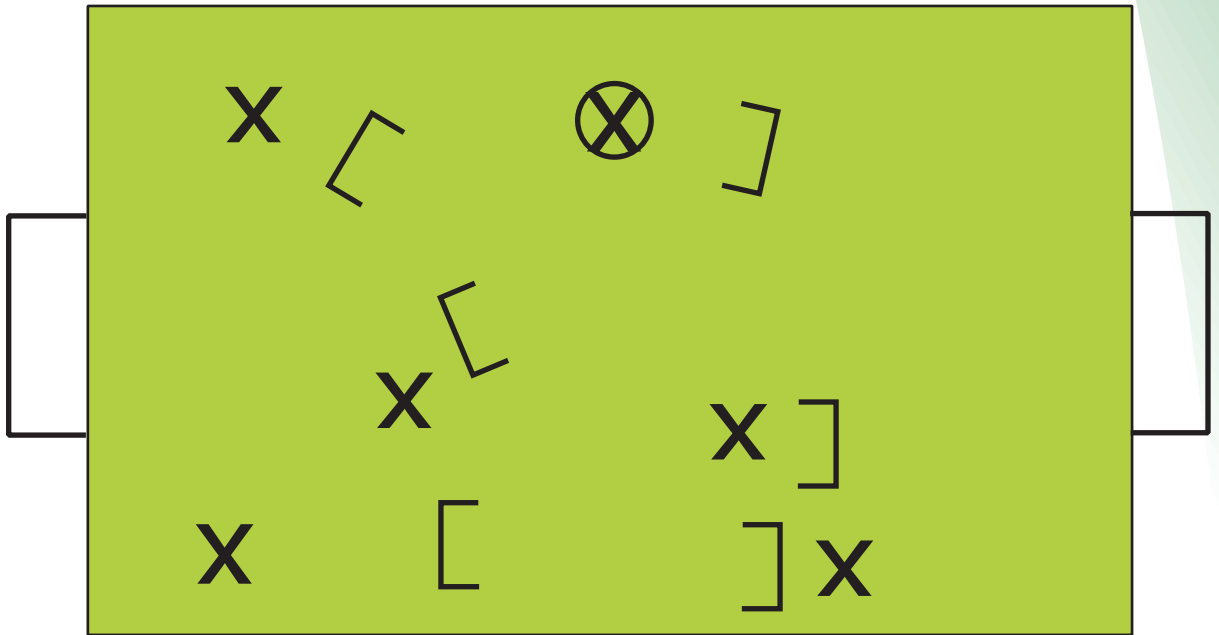
EVITER



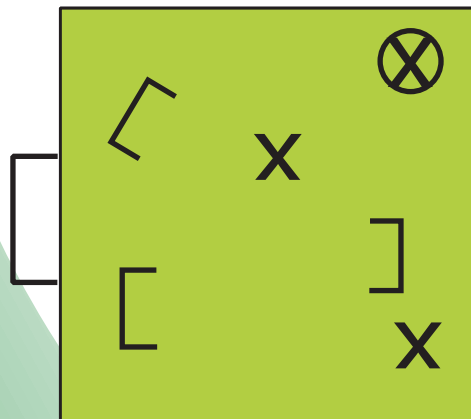
FAVORISER



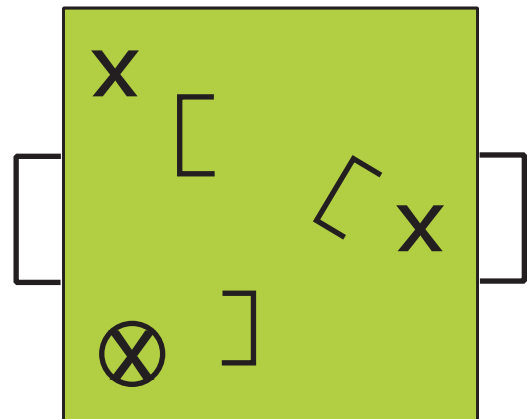
40m x 20m



20m x 20m



20m x 20m



EVITER

FAVORISER

EVITER :

■ 5 exercices de 10 minutes traitant de thèmes différents

- l'explication et la mise en place sont x par 5 : diminution du temps de travail
- les passages ne sont pas nombreux, le temps de correction et les réponses sont minima.

FAVORISER :

■ 2 exercices de 25 minutes ciblant deux thèmes différents

- répétition garantie
- utilisation des variables pour augmenter les difficultés ou la complexité, sans changer le sens du jeu
- augmente les chances de compréhension du sens du jeu par le joueur

■ 5 exercices de 10 minutes sur un même thème mais utilisant des variables.

L'EXPLICATION

- **Avoir tous ses joueurs dans son champ de vision et proche de soi**
- **Montrer où se passe l'exercice**
- **Expliquer le déroulement, les règles :**
 - en démontrant
 - en faisant démontrer (mettre les joueurs en situation) :
 - en marchant
 - en trotinant.
- **Expliquer le but recherché :**
 - pour le porteur de ballon
 - son / ses partenaires
 - pour le / les défenseurs.

ETRE BREF

EMPLOYER DES MOTS SIMPLES

S'ASSURER D'AVOIR ÉTÉ COMPRIS

ANALYSER

- **C'est d'abord se placer au bon endroit pour « tout voir »**
- **Ma consigne est-elle comprise ?**
- **Le jeu est-il trop facile ?**
 - j'arrête,
 - je rajoute une difficulté
- **Le jeu est-il trop difficile ?**
 - j'arrête,
 - je simplifie.

**TOUT CHANGEMENT OPÉRÉ
N'EST LIÉ QU'A DES CRITÈRES DE RÉUSSITE
FIXÉS A L'AVANCE**

INTERVENIR

pour corriger

pour faire
comprendre

pour donner
du sens à ce que
nous faisons

pour que le joueur
puisse donner
la bonne réponse

INTERVENIR,
c'est

FAIRE
VIVRE LA SITUATION

ARRET SUR LA FAUTE
(15 secondes)

RÉPONSE
(10 secondes)

REPRISE