

# ASPECTS ET CONSIDÉRATION SUR LES MÉTHODES DIDACTIQUES DU FOOTBALL

de Stefano D'Ottavio

La performance du joueur de football est, de l'opinion générale, caractérisée par des déterminants multiples d'où jaillissent autant de variété de facteurs. Telles qualités, indispensables pour pouvoir jouer au football aux différents niveaux, peuvent être cataloguées selon les caractéristiques ou zones d'intérêt (étude du modèle de performance et des modèles relatifs d'enseignement et entraînement) et en vertu des systèmes fonctionnels desquels ils prennent origine. Le classement ici proposé représente un exemple, suffisamment articulé sur qu'il est possible de déterminer comme reliefs nécessaires pour un aménagement opportun des programmes d'enseignement et d'entraînement.

## FACTEURS DE LA PERFORMANCE

### Technique:

- capacité d'exécuter et reproduire des schémas moteurs et des gestes de football en référence à des principes consolidés d'ergonomie et mécanique du mouvement (modèle technique fondamental);
- automatisation d'adresses techniques spécifiques (de type ouvertes, c'est-à-dire apte à s'adapter à la situation);
- efficacité des fonctions neuromusculaires (régulation de l'activité en relation à l'objectif, précision) et des capacités de coordination;
- maintenir un contrôle technique proportionné dans les conditions de complexité de coordination (demande de rapidité, perte partielle d'équilibre, etc.) et de fatigue physique;
- exécuter des solutions techniques personnelles et créatrices.

### Tactique:

- organisation mentale et utilisation des techniques en relation aux principes du jeu;
- pertinence des solutions opérées au niveau cognitif sur la base des renseignements relevés au cours de l'action (anticipation, efficacité des systèmes sensoriels, attention et perception sélective, expérience, etc.);
- apports et intégration fonctionnelle du jeu, tant à l'entraînement qu'en compétition, des indications et suggestions fournies par l'entraîneur;
- reproduction de schémas et d'actions tactiques fondamentales relativement aux différentes phases du jeu (attaque, défense, transition, spécificité du système etc.);
- improvisation et créativité de jeu.

### Physique:

- capacité d'exécuter gestes et mouvements à intensité élevée soit avec ballon soit sans;
- actions rapides, sprint (élasticité musculaire, efficacité des procès neuromusculaires);
- savoir exprimer les degrés nécessaires de puissance dans les différentes conditions de jeu: sauts, tirs, accélérations, décélération, changements de directions, etc. (accroissement neuro-musculaire);
- être apte à récupérer rapidement, après des phases de haute intensité, sans influencer négativement la qualité du jeu soit sous l'aspect des procès mentaux, soit la charge du geste technique (capacité de résistance à la force rapide et à tolérer une certaine production d'acide lactique);
- garantir la nécessaire distribution d'énergie oxydative et contenir l'abaissement d'efficacité fonctionnelle au cours de la compétition (puissance aérobie spécifique).

## Psicho-social:

- capacité d'exprimer une certaine personnalité sur le terrain et en dehors;
- capacité de collaboration et de coopération sur des principes communs avec les autres partenaires et avec l'entraîneur;
- sens d'affiliation et d'appartenance au groupe (participation émotif-affectif);
- respect des règles sociales (milieu sociétaire, horaires et fréquence d'entraînement, etc.) et du jeu (arbitres, adversaires);
- capacité à soutenir avec efficacité des entraînements fatigants;
- capacité de concentration durant le match;
- détermination sportive;
- accepter positivement et avec un bon équilibre psychologique aussi bien les victoires que les défaites;
- motivation et enthousiasme vers les activités et capacité de maintenir élevée la motivation si certaines attentes ne viennent pas en quelques circonstances confirmées;
- capacité de concilier l'étude ou le travail avec la pratique sportive (football jeune et pratiqué par des amateurs);
  - capacité de supporter le stress dû au succès (football professionnel)

En développant cette large série de caractéristiques relatives aux facteurs généraux et spécifiques de la performance, il apparaît évident qu'il résulte beaucoup comme cadre général complexe et de nombreuses fois répétitives dans son énumération.

Ceci arrive surtout parce qu'il n'est pas toujours possible de différencier, en ébauchant un exemple de classement de la performance, si certaines qualités sont à considérer à la charge d'un facteur plutôt qu'à la charge d'un autre.

Et ultérieurement, comme il arrive en quelque autre cas, parfois quelques-uns de ces éléments sont cause ou conséquences de l'expression d'autres, qui pour une spécificité différente d'origine, sont classifiés comme appartenant à un thème différent.

## Par exemple:

- Maintenir le contrôle technique en conditions de fatigue physique; les capacités de soutenir avec engagement des entraînements fatigants peuvent concerner évidemment soit typiquement le domaine technique, soit le domaine psychologique soit le degré d'entraînement des capacités physiques;
- Savoir effectuer un tir puissant peut dépendre d'une série de motifs qui vont des aspects anthropométriques au degré de force musculaire (vitesse d'engagement et pic de puissance exprimable), au concept technique-de coordination au moment de l'impact avec la balle et aux conditions historiques qui précèdent le tir (poursuite, etc.) jusqu'aux caractéristiques imposées par la situation de jeu dans lequel le tir est réalisé;
- La capacité de collaboration et de coopération avec les partenaires et avec l'entraîneur dépendra de fondements d'ordre psychologique et de qualités déterminées de compréhension et évidemment d'élaboration des tactiques individuelles et collectives;
- La détermination compétitive et la capacité de concentration pour toute la compétition ne peut à son tour qu'être aussi lié à la capacité de contenir la décroissance d'efficacité fonctionnelle due principalement au niveau de puissance d'aérobic du footballeur;

- Comment exploiter et atteindre un certain degré d'automatisation des adresses, avec les qualités d'adaptation aux situations didactiques ou de jeu non prévues pas (caractère des habiletés ouvertes) ne peut qu'être réuni à la capacité de posséder et d'utiliser, pertinemment au contexte, les différentes solutions techniques possible au cours du jeu ou de l'exercice (tactique individuelle).

En nous rapportant à ce dernier exemple, dans le cas d'une exécution erronée relevée dans une situation déterminée, il résulte comme première vue évidente ; l'effet final, c'est-à-dire la faute.

On s'arrête difficilement sur l'attribution d'un tel insuccès, à une carence technique éventuelle ou aux limites de la tactique composante de la performance, car il n'apparaît pas toujours les réels et parfois les considérations sont déterminées plus par le hasard que d'un esprit critique basé sur l'observation guidée

Il est certain, par contre, qu'une évaluation semblable aiderait à soutenir et rendre plus spécifiques et plus didactiques les séances d'entraînement appliquées, même si l'action globale, accordée comme expression de toutes ses composantes, devra successivement être proposée comme clé méthodologique comme synthèse fonctionnelle des différents éléments.

Il est donc à considérer que pour l'entraîneur ; pouvoir connaître les variables infinies qui concourent au développement du footballeur, soit nécessaire pour pouvoir aménager de manière relativement détaillée son propre programme de travail aux caractéristiques de l'équipe et du contexte ambiant et structural dans lequel il s'opère.

Par contre, il serait sûrement discutable de considérer les différents facteurs de la performance comme des compartiments étanches, entraînée avec des méthodes directes au but exclusif et en les isolant du contexte général qu'est la performance du joueur de football. A la rigueur, à titre d'exemple, l'usage des moyens avec ballon à l'entraînement des qualités physiques fournit ici une idée significative des idées ci-avant exprimées.

Une vision aussi détaillée que celle présentée ici, qui repose évidemment sur plusieurs années de développement (de la période de démarrage du football jusqu'aux années de formations des jeunes, dont il n'est possible ici de présenter toutes les caractéristiques) peut être utilisé comme modèle de référence pour effectuer des considérations opportunes de prévision sur les jeunes qui montrent plus que d'autres des qualités de talent.

Même si on n'entre pas dans le particulier du geste (passe, dribble, etc.) ou de l'action technico-tactique spécifique, les différentes définitions peuvent représenter un tableau de référence sur qui fonder l'observation et l'évaluation des jeunes de talent et les carences vérifiables éventuelles peuvent devenir des objectifs concrets pour un mûrissement successif du footballeur.

Nous croyons que si on réussissait à opérer et précocement plus en profondeur, c'est-à-dire avec une plus grande capacité d'analyse, les qualités intrinsèques de la performance, le temps dédié à l'entraînement pourrait devenir "effectif", c'est-à-dire dans un projet de croissance, exploité et orienté aux exigences réelles du jeune footballeur. Le diagnostic de la performance aussi dénommé avec autres mots analyse des différents niveaux de départ sur lesquels il est possible d'installer des programmes proportionnés d'entraînement.