

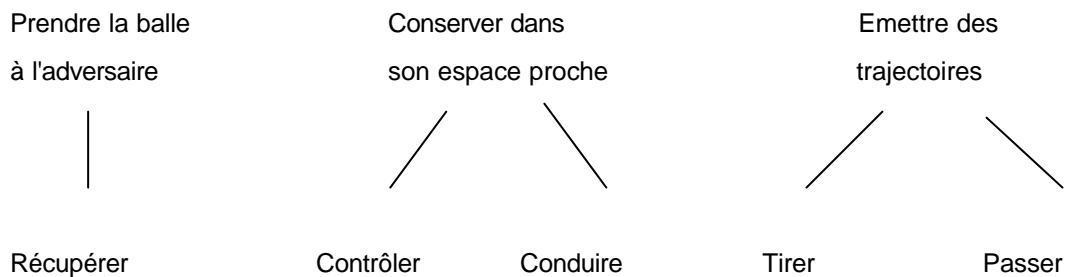
FOOTBALL : LA RELATION JOUEUR - BALLE

INTRODUCTION

Il s'agit ici d'envisager les rapports qu'entretient le joueur avec la balle. Pour des non initiés, le côté inhabituel, spectaculaire voire "magique" des diverses manipulations, ne doit pas faire oublier qu'il s'agit de compétence mises au service du jeu. Nous les définirons avant tout comme des actions à produire et en aucun cas des gestes à reproduire. Elles évolueront bien entendu vers des formes **diversifiées et adaptées** suivant les situations particulières du jeu.

"La technique qualifie l'acte le plus approprié à sa fonction et le plus efficace dans ses résultats.
C'est le savoir-faire productif ". POCIELLO 1994

Les actions techniques principales sont les suivantes :



QUELLES SONT LES DIFFICULTES A RESOUDRE ?

1 S'informer sur le jeu.

Le joueur porteur de balle est confronté à une double difficulté : prendre des informations sur l'environnement tout en conservant la maîtrise de l'engin.

La prise d'information repose sur sa capacité à **se décentrer** du ballon pour percevoir le jeu et sa faculté à **mémoriser** les indices perçus.

- Se décentrer c'est d'abord **alterner** les prises d'informations visuelles sur la balle et sur l'espace. C'est ensuite passer d'un contrôle de balle exclusivement en vision centrale à un contrôle en vision périphérique. C'est enfin remplacer progressivement des informations visuelles par des **informations kinesthésiques**.
- Mémoriser c'est être capable de ne retenir, pour l'action future, que les indices les plus pertinents. Ceci ne s'acquiert qu'avec l'expérience en effet dans les confrontations, le joueur ne voit et n'enregistre que des structures reconnues. La mémorisation est une **interprétation** du réel et de son évolution.

"La mémoire est essentiellement un outil de prédiction du futur". "Le cerveau peut utiliser la mémoire pour prédire les conséquences de l'action". BERTHOZ Le sens du mouvement 1997

2 : Résoudre le rapport corps / balle.

Un joueur habile est un joueur qui n'est pas perturbé corporellement par son action sur la balle. En outre, il peut mettre rapidement en application des choix tactiques les plus divers.

- Pour cela, il est nécessaire d'apprécier le "couple corps / balle" en fonction des repères suivants : distance, direction, intensité.

- L'appréciation et le réajustement continuels du corps par rapport au ballon sont assez malaisés pour les raisons suivantes :
 - * Le rôle des membres inférieurs qui assurent à la fois déplacements et manipulation. Ceci exige des changements d'appui, des transferts du poids du corps continus, donc une recherche d'équilibre permanente.
 - * L'impossibilité de tenir la balle, oblige le joueur à se déplacer ou à la déplacer de manière permanente afin de la protéger et d'être en situation pour l'utiliser.
 - * La mobilité réduite des articulations du genou et de la cheville impose un rôle essentiel de la coxo-fémorale.
 - * La distance œil – pied, et l'obligation de s'informer sur le déroulement du jeu, interdisent pratiquement une continuité dans la prise d'information visuelle.
- La résolution des problèmes d'équilibre et de coordination des actions est liée aux capacités anticipatoires du joueur aux plans perceptif et moteur. En effet c'est la précision de la préparation de ses actions (ajustements préparatoires) qui lui permet de ne pas être perturbé par le ballon et d'avoir suffisamment de temps pour agir.

3 : Donc anticiper pour agir :

"L'anticipation c'est la conduite motrice d'un participant qui, dans le déroulement spatial et temporel de son intervention, prend activement en compte l'évolution potentielle de la situation afin de se préparer à agir dans les meilleures conditions possibles".

"Dans l'ensemble des pratiques sportives, c'est lors de l'exécution de stéréotypes moteurs que se manifestent avec le plus de finesse et de sécurité, les anticipations gestuelles qui sont dans ce cas, des anticipations préprogrammées."

"Dans les situations à incertitude, le joueur fait appel à des processus perceptivo-moteurs et décisionnels... L'anticipation s'appuie alors sur des phénomènes de construction mentale de pré-perception, de pré-décision et de pré-action. "Anticiper, c'est introduire le futur dans le présent moteur.

PARLEBAS lexique commenté en science de l'action motrice 1983

QUELLES COMPETENCES POUR AGIR EFFICACEMENT SUR LA BALLE ?

1 : Contrôler.

Capacité d'un joueur à l'arrêt ou en déplacement à s'interposer sur la trajectoire d'une balle, annuler sa vitesse, et la conserver dans son espace proche.

Les différentes formes :

- Le blocage : arrêt de la balle.
- Le semi-blocage : ralentissement du ballon qui est renvoyé dans le sens opposé à sa trajectoire d'arrivée.
- L'amorti : contrôle au cours duquel le joueur va au devant de la balle, pour l'accompagner dans sa trajectoire et ralentir sa course.

Dés que nous abordons un jeu suffisamment évolué, la plupart des contrôles sont orientés. Le joueur réceptionneur décide avant l'appropriation du ballon de l'action future et arrête la balle dans la direction du jeu envisagée.

- La déviation : c'est un contrôle orienté, combiné à une passe. Le joueur réceptionneur a choisi son partenaire avant l'action. Cette réalisation technique oblige celui-ci à se pré-orienter, donc à percevoir très tôt l'ensemble des solutions proposées par ses partenaires.

Les règles d'action principales sont :

Apprécier visuellement les rapports entre la trajectoire de la balle et son propre déplacement (anticipation/coïncidence).

Arriver au point d'impact de la balle préorienté, en ayant "pré-décidé" de l'action future.

Attitude motrice compatible avec le type de contrôle prévu : appuis placés, orientation corporelle adéquate pour couper la trajectoire et protéger le ballon, bras équilibrateurs, surface de contrôle placée etc..

S'opposer à la balle "en douceur", en général en effectuant du contact à l'arrêt de la balle une "soustraction" de vitesse.

Orienter la balle vers l'action future.

Les variables :

- L'opposition : absente, lointaine, proche.
- La trajectoire d'arrivée : définie par sa hauteur, sa direction, son intensité.
- Les déplacements et placements du réceptionneur'.
- La surface de contact utilisée.
- L'orientation future.

2 : Conduire et dribbler.

La conduite : aptitude qu'a le joueur à se déplacer avec la balle.

Le dribble : conduite face à un adversaire pour le fixer ou l'éliminer.

Remarque : C'est une compétence essentielle au football. Indispensable pour maîtriser le jeu (espace et temps) le dribble est un des savoirs prioritaires pour évaluer et comparer les joueurs entre eux.

Les différentes formes du dribble :

Elles sont très difficiles à définir a priori, car elles dépendent de l'opposition. Globalement, on peut le définir comme une variation de la trajectoire de la balle dans l'espace et le temps. De nombreux ouvrages les définissent en faisant référence à leur fonction : dribble de débordement, de couverture etc...

Dans la terminologie de PARLEBAS, c'est une contre-communication individuelle. En effet, le dribbleur va pré-orienter l'adversaire puis modifier très rapidement son action dans l'espace et le temps.

Les règles d'action principales sont :

- Dans l'espace :

Changer brusquement de direction (crochet).

Emettre de faux indices pour "fixer" l'adversaire dans une direction puis se déplacer à l'opposé (feinte).

- Dans le temps :

Ralentir -accélérer ou l'inverse : action qui consiste à fixer le défenseur par un ralentissement occasionnant des incertitudes puis à accélérer ou inversement, obliger le joueur adverse à se déplacer rapidement puis stopper sa course le plus brièvement possible.

Les variables :

- * La surface de contact.
- * L'orientation du trajet.
- * L'opposition.
- * La vitesse d'exécution.
- * La situation tactique.

3 : Frapper : tirer ou passer

Faculté qu'à un joueur d'envoyer la balle dans une direction voulue soit pour la transmettre à un partenaire (passe), soit pour marquer un point (tir).

Les différentes formes :

Peuvent se définir par rapport :

- Aux trajectoires données au ballon : balles franches ou balles brossées ...
- Aux enchaînements d'action : tirs en course, reprise de volée ...
- Aux surfaces de frappe utilisées : passes de l'intérieur ; tir du cou de pied ...

Les règles d'action principales sont :

- Prise d'informations avant le geste et préparation de l'action, notamment :
 - Orientation du corps
 - Position du pied d'appui.
 - Distance corps / balle.
 - position de la jambe d'appui
 - Transmission du poids du corps sur celle-ci.
 - Placement des bras.
- Vitesse de frappe :

La puissance de frappe dans les tirs en particulier, est plus souvent liée à la vitesse et aux possibilités d'accélération de la jambe de frappe qu'à son volume musculaire (force).

Les variables :

- Surface de frappe.
- Trajectoire de départ.
- Temps.
- opposition...

4 : Une frappe particulière : le jeu de tête.

L'utilisation d'espace aérien est une des caractéristiques actuelles de l'évolution des sports collectifs.

Ce constat se justifie pour deux raisons :

- L'augmentation du volume de jeu des défenseurs et leur surnombre dans certaines zones, rendent la circulation du ballon très aléatoire.
- C'est une frappe de balle pour laquelle le joueur peut acquérir une très grande précision.

Les différentes formes :

Par rapport à l'intention technique : tête offensive, tête défensive

Par rapport au déplacement réalisé : tête après un saut ou au sol voire plongeant

Les règles d'action principales sont :

- Frapper avec le front.
- Mouvement part des hanches (armé) ou des membres inférieurs.

- Regard sur le ballon.

Les variables :

Identiques à celles des frappes.

5 : Prendre la balle à l'adversaire.

La technique du défenseur se résume essentiellement à une prise d'attitude efficace.

Formes de récupérations particulières :

- charge : poussée de l'épaule pour "jouer" le ballon.
- tacle : blocage de la balle avec la semelle, l'intérieur ou le cou-de-pied. Se réalise de face ou latéralement

Les règles d'action principales sont :

- Regard sur la balle et perception du porteur en vision périphérique.
- Membres inférieurs légèrement fléchis pour assurer un démarrage futur.
- Déplacements latéraux sans croiser les membres inférieurs.
- Organisation corporelle pour orienter l'attaquant.

GRILLE D'ANALYSE DES ACTIONS TECHNIQUES

Critères	Projet : Passer De	A	Exemple : Passer La Balle
Perception	Prise d'information sur la balle exclusivement visuelle	Utilisation de sensations, d'informations tactiles et kinesthésiques.	Vision centrale progressivement plus utilisée pour voir et analyser le jeu que pour "contrôler" la balle.
Rapport espace-temps	Situation corps / balle aléatoire	Distance, orientation, situation spatio-temporelle maîtrisée.	La balle mise volontairement du côté du pied de frappe et à bonne distance. Placement "ajusté" du pied d'appui.
Coordination	Juxtaposition d'actions entrecoupées d'arrêts pour se rééquilibrer	Enchaînement harmonieux entre les différentes opérations constitutives de la compétence	Enchaînement sans arrêt de : course, pose du pied d'appui, armé, frappe. Au cours de chaque action se prépare la suivante.
Equilibre	Déséquilibre subi, involontaire, perturbateur	Déséquilibre anticipé, accepté, souvent volontaire.	Passage rapide du poids du corps sur la jambe d'appui. Inclinaison plus ou moins importante en fonction du type de passe à réaliser.
Mobilisation Segmentaire	Corps "verrouillé" mobilisé en "bloc"	Dissociation segmentaire et suppression des mouvements parasites.	Dissociation des deux ceintures, de la jambe de frappe et de la jambe d'appui. Bras équilibrateurs

Problèmes d'apprentissage :

- **Se décentrer** de la balle.
- S'informer **avant** d'être porteur.
- Travailler sur des **structures motrices**, afin d'utiliser, de produire une gestuelle adaptée à de nombreuses situations.
- Temps disponible < temps requis, donc anticiper.

Problèmes d'enseignement :

Les apprentissages techniques au football comme dans les autres sports collectifs, relèvent de ce que l'on appelle des habiletés **topocinétiques**. Ce sont des habiletés ouvertes, c'est à dire qui ne se réalisent jamais dans les mêmes conditions.

Pour que le lien s'opère entre la finesse d'un geste et son **utilité pour** l'action, il nous semble donc que tout apprentissage technique doive se faire en situation plus ou moins contextualisée. Si pour acquérir des **sensations plus affinées** il est nécessaire quelquefois de travailler seulement le rapport corps-balle, hors contexte(jonglage, slalom etc..), il faut très vite **replacer** les acquisitions dans leur **finalité tactique**.

De la richesse des situations (variété de buts pour l'élève, de contextes spatio-temporels, de mobilisations segmentaires...) dépendra la qualité des apprentissages.

Limites

Comment apprendre à utiliser une balle avec les pieds en si peu de temps dans le cadre scolaire ?

- Il est presque impossible d'obtenir des sensations, d'affiner des gestes.
- Le seul moyen **rapide** d'améliorer l'action sur la balle est de jouer sur la préparation de son action, sur l'attitude corporelle avant la réception.
- Ceci se réalise à l'occasion de jeux réduits, de jeux à thèmes etc...