



I – Le livre : « Mémoires d’un formateur passionné »

Ce n’est pas un livre d’anecdotes plus ou moins « croustillantes » de la vie d’un éducateur au sein du centre de formation d’un club de football professionnel ou ayant fait partie du staff technique de l’équipe professionnelle.

Il est appelé à être le guide de parents, éducateurs ou entraîneurs de jeunes joueurs plus ou moins doués, passionnés de sport, en général, et de football, en particulier. Il ne suffit pas que l’adolescent pense ou dise, « je suis doué, je suis passionné », il faut qu’il le montre par son comportement sur le terrain et même en dehors du terrain.

Une partie est également consacrée aux joueurs parvenus au plus haut niveau en donnant quelques règles de base pour s’y maintenir ou le retrouver si nécessaire.

Il donne également la définition et l’importance du talent. Peut-on l’acquérir ? Quelles sont les qualités mentales indispensables pour essayer d’atteindre le haut niveau ? Quelle est le rôle du physique, de la psychologie et de l’accompagnement du joueur ? J’ai essayé de répondre à ces interrogations avec l’expérience de mon « vécu ».

C’est un complément au coffret dont il en résume le contenu et la manière de le travailler

J’ai essayé d’expliquer une forme de travail de la technique et des appuis dont beaucoup de joueurs, qui ont travaillé avec Ante Mladinic ou ses « disciples », dont je fais partie, m’ont « vanté » l’influence positive sur leur progression, leur prestation en match et au cours de leur carrière en général.

Ante Mladinic, le « pape » du football en ex-Yougoslavie, une référence dans la formation des « brésiliens européens » dont faisaient partie les frères Vujovic . J’en ai fait un mini portrait car c’est l’homme « qui m’a appris à apprendre » et m’a donné la passion de la formation.

Pour ce qui concerne les appuis, il s’agit, principalement du travail des appuis avec ballon, réduction de foulées (petits pas) et motricité des membres inférieurs incluse. Ce travail ne se substitue pas au travail des appuis sans ballon, partie du travail physique effectué régulièrement par les joueurs, mais en est le complément.

Il ne faut jamais oublier que c’est la qualité de l’appui avec le ballon qui conditionne la qualité du geste technique qui suit cet appui (Contrôle, passe, frappe, dribble, jeu de tête). Tout contrôle est, en général, suivi d’un nouvel appui pour préparer la passe, la frappe ou le dribble qui suit.

La direction technique nationale dispose des mêmes bases de travail détaillées en partie, dans un rapport de André Mérelle, à la suite de son séjour en Yougoslavie du 19 au 26 Avril 1991 et dont nous nous sommes souvent entretenus avec différents entraîneurs nationaux ou de clubs.

Je regrette que la mise en application, du travail de la technique qui y est mentionné, ne soit reprise que superficiellement, dans tous les stages d’éducateurs ou d’entraîneurs, auxquels on demande

d'exécuter des gestes ou enchaînements techniques, alors qu'il me semblerait préférable de leur apprendre la manière de les faire travailler et exécuter par des joueurs, plus ou moins talentueux et à des âges différents

N'est-il pas anormal de voir arriver dans un centre de formation des joueurs avec un bon talent gestuel, visuel et parfois créatif, mais sans une gestuelle minimum des deux pieds et avec un très mauvais jeu de tête.

Je compare ces lacunes à celles des adolescents qui arrivent en seconde en étant assez bon en français mais en faisant de très nombreuses fautes d'orthographe parce qu'on a oublié de bien leur apprendre la grammaire avant de leur faire faire des dictées et des dissertations.

Je rappelle que ce n'est pas en faisant des jeux que l'on apprend la technique, mais c'est dans le jeu puis dans le match qu'on l'applique comme ce n'est en faisant des dictées que l'on apprend la grammaire mais c'est dans les dictées puis dans les dissertations ou autres textes qu'on l'applique.

Le livre explique pourquoi et comment travailler la technique et les appuis avec ballon - gammes du football -, d'une manière analytique et non globale, c'est-à-dire en partant de l'apprentissage, pour parvenir à la maîtrise de la réduction de foulées (petits pas) qui permet :

- de réaliser un bon appui par rapport au ballon suivi d'un geste technique (contrôle, passe, frappe, tête)

- ou après un contrôle, de réaliser un nouvel appui par rapport au ballon suivi de la passe, de la frappe, du dribble ou de la tête.

Ces gestes sont ensuite inclus dans un enchaînement à deux ou trois joueurs puis dans une action de jeu et enfin dans le match.

Il ne faut jamais oublier que si l'éducateur ou l'entraîneur propose, c'est toujours le joueur qui dispose en mettant, ou non, son talent gestuel, visuel et créatif, en application pour la réalisation dans le jeu puis dans le match.

Je rappelle également la nécessité, pour un éducateur, de **regarder** un joueur, puis de **l'écouter**.

En le regardant jouer, il doit voir ce qu'il sait faire mais également déterminer ce qu'il doit lui faire faire pour qu'il s'améliore.

En l'écoutant, il doit déterminer ce qu'il veut faire, son objectif, sa volonté de travailler.

Pour bien faire travailler un joueur, l'éducateur ou l'entraîneur doit se soumettre à la règle des 4 actions : **Démonstration – Exécution – Correction – Répétition -**

Mais attention, le talent ne se donne pas, ne s'apprend pas, mais il s'améliore en le travaillant d'une manière qui doit varier en fonction de l'âge, du physique et du talent du joueur.

Pour la progression ou l'épanouissement d'un joueur, j'insiste particulièrement sur l'importance de l'affectif familial, de l'environnement amical et professionnel comme de l'accompagnement technique et psychologique, que le joueur soit en formation ou professionnel.

Il m'est apparu nécessaire de rappeler que « l'entretien », ou répétition des gammes, est indispensable pour tout joueur, qui veut se maintenir à son plus haut niveau. Le football est l'un des rares sports où ce travail est trop souvent négligé alors que chacun sait que rien n'est jamais acquis définitivement dans le domaine technique, comme dans le domaine physique d'ailleurs.

Les quatre minis portraits de joueurs, parvenus au plus haut niveau, que je présente tels que je les ai perçus et accompagnés, avant et au cours de leur carrière, apportent une forme de preuve que, si chacun d'eux avait un certain talent, bien au-dessus de la moyenne, ils avaient également un caractère « bien trempé », qu'il a fallu parfois les aider à canaliser. Ils possédaient, d'autre part, une volonté de travail et une détermination, hors du commun, qu'il m'est apparu évident de soutenir et d'accompagner.

Ils ont démontré quelques 13 ans après leur départ de Bordeaux, qu'ils avaient des valeurs humaines et que je ne m'étais pas trompé à leur sujet.

J'ai rappelé, également, dans ce livre ce qu'avaient dit, de cette formation technique, d'autres joueurs qui l'avaient suivie aux Girondins, tels que Mathieu Chalmé, François Grenet, Yannick Fichet ou Sylvain N'Diaye etc..

Je regrette de ne pas avoir rappelé que tout le travail proposé avec ballon par Ante Mladinic et actualisé par mes soins ne fait que reprendre ce que les anciens joueurs travaillaient inconsciemment, dès leur plus jeune âge, en organisant des petits jeux, dans la rue, sur des terrains vagues, dans les salles, ou sur les plages (les brésiliens).

La souplesse, la vivacité, les appuis avec ou sans ballon, les frappes, les dribbles, et autres gestes techniques étaient suffisamment répétés par chaque joueur, dans ces jeux, pour être bien assimilés par leur cerveau et être répétés en match par les meilleurs.

Il ne faut jamais oublier que, pour être bien enregistré ou re-enregistré par le cerveau, un geste ou un enchaînement doit être répété de très nombreuses fois avec un délai inférieur à 7 secondes entre chaque répétition.

C'est la raison pour laquelle les joueurs qui font des gammes seront toujours plus performants que ceux qui n'en font pas et pour la même raison, les joueurs qui travaillent d'une manière analytique feront plus de progrès ou seront plus performants que ceux qui travaillent d'une manière globale.

Et si j'ai un conseil supplémentaire à donner aux éducateurs de jeunes joueurs, c'est d'organiser des petits jeux, sous forme de « taureaux », en surface réduite, à 4 contre 2, dès l'âge de 8/10 ans comme c'est le cas au FC Barcelone notamment.

Je voudrais signaler enfin que les exercices à deux avec « ballon en l'air », détaillés dans le CD et montrés en images sur le DVD n°2 sont réalisés dans tous les pays par les meilleurs joueurs et m'ont été signalés dans différents centres d'entraînements (en Allemagne, au Brésil,... etc..).

II – Le coffret de : 1 CD + 3 DVD « Les gammes du football »

Les séquences mises en image, comprennent le travail de la technique et des appuis avec ballon, ainsi que le travail spécifique de certains gestes tels que la passe, la frappe, le centre

Le CD contient le descriptif de 600 gestes et enchaînements techniques et spécifiques, soit le contenu d'un livre de 350 pages.

400 de ces gestes ou enchaînements ont été mis en images sur 3 DVD en tenant compte de l'utilisation du ballon et donc des appuis par rapport à cette utilisation. Pour mémoire, nous y avons ajouté, une série d'exercices intitulée « appuis sans ballons » représentant un travail pour réduire la foulée et accroître la motricité des membres inférieurs.

Chaque geste ou enchaînement, filmé dans le cadre d'un entraînement individuel ou avec un effectif réduit, peut bien entendu être réalisé dans le cadre d'un entraînement collectif. La différence se situe au niveau des rectifications qui sont plus difficiles à effectuer lors d'entraînements collectifs.

Le « ralenti » sur image permet, non seulement de voir la réalisation du geste, mais également la prise d'appui avant le geste ainsi qu'éventuellement la prise d'un nouvel appui lorsque le premier geste est suivi d'un second. Il fait apparaître également l'importance de la foulée réduite, quelle que soit la taille du joueur, et montre la manière de travailler cette réduction.

Le travail du jeu de tête y est nettement détaillé ainsi que le travail spécifique pour améliorer la passe, la frappe, le centre.

Le DVD 1 (durée 1 h 50) comprend :

- Les appuis sans ballon (travail de réduction de foulée et motricité des membres inférieurs)
- Le travail avec le ballon au sol
- Le travail avec le ballon en l'air
- Le travail avec le ballon et des plots ou piquets

Le DVD 2 (durée 1 h 27) comprend :

- Le travail avec le ballon et le mur
- Le travail avec le ballon et la planche à rebond
- Le Travail avec le ballon et potence

Le DVD 3 (durée 0 h 51) comprend le travail spécifique de :

- La passe
- La frappe
- Le centre

P.L le 26/08/09

Pierrot Labat