La gestion des GARDIENS DE BUT à l'entraînement

Par Marie LEMENN
Equipe technique 29, responsable de la formation des gardiens
Photos : © Mazzol

Cette rubrique a pour objectif de proposer une prise en charge et des contenus d'entraînement pour le gardien de but en fonction d'un contexte spécifique et du public de joueurs.
Le choix des situations doit permettre à l'entraîneur d'adapter son intervention aux contraintes de la séance et aux ressources des pratiquants.

Les différents contextes

N° 142 - L'échauffement du gardien de but.
Les gardiens sont seuls, sans joueurs de champ pour une mise en route et un échauffement spécifique.

N° 143 - Séance spécifique gardien mixte (moins de 12 ans).
Quelques joueurs sont à disposition mais les apprentissages sont exclusivement centrés sur les gardiens.

N° 144 - Encadrer les gardiens de but au cœur de la séance collective.
Intégrer des contenus d'apprentissage spécifiques aux gardiens avec ceux des joueurs de champ.

N° 145 - Séance spécifique gardien (moins de 15 ans). Quelques joueurs à disposition, mais les apprentissages sont exclusivement centrés sur les gardiens.

N° 146 - La relation tactique gardien / joueurs de champ.
Mise en place de la relation de contre, par exemple.

N° 147 - L'aide à la prise d'informations et de décision.
Encadrement du gardien dans une position d'analyse de son activité.

Vendée / Deux-Sèvres

Chauray-Niort / Confolentais

L'AIDE À LA PRISE D'INFORMATIONS ET DE DÉCISION

La demande

Encadrer le gardien de but de 14 ans et plus en le plaçant dans une position d'analyse de son activité.

Les difficultés

Il s'agit ici d'aider le gardien dans sa prise d'information et de décision et de le familiariser au briefing et débriefing. Cela demande une certaine maturité pour le gardien, dans la mesure où il ne restreint pas ses apprentissages à l'acquisition de savoir-faire techniques, physiques, mais considère que des transformations sont aussi à effectuer sur le plan cognitif. Si ces dernières peuvent se faire à tout âge, il faut veiller à adapter ces apprentissages aux capacités de chacun et favoriser une pédagogie participative plus que directive.

3 objectifs à atteindre

Un certain « niveau » est associé à chacun des objectifs, mais cela n'est qu'une indication. L'entraîneur peut choisir de suivre chronologiquement les objectifs présentés ou bien de les choisir selon la qualité de jeu déjà présente et connue des gardiens dont il s'occupe. Plus tôt on peut atteindre l'objectif 3 dans la formation du gardien et plus vite il atteindra une qualité de jeu élevée.

OBJECTIF 1.

Habituer le gardien à reconnaître rapidement des tireurs potentiels (novices, débrouillés et confirmés)

Principe 1. Utiliser la communication orale avec les défenseurs.

Lors de situations de jeu collectif, on peut demander au gardien d'annoncer à voix haute le prénom du joueur qu'il estime être ou arriver très rapidement en position favorable de tir (perception de danger imminent).

Cela permet :

- aux défenseurs d'être peut-être un peu plus vigilants quant à l'activité d'un attaquant précis,
- à l'entraîneur d'estimer la rapidité avec laquelle le gardien prend ses informations et sa capacité à décentrer le regard du porteur de balle pour considérer les placements / mouvements d'attaquants non-porteur de balle et des défenseurs.

Ce travail peut être effectué lors de montées de balle ou d'attaques placées.

Principe 2. Débriefer après chaque séquence de jeu.

Lors du débriefing, l'entraîneur demande au gardien ce qui l'a amené à penser qu'un joueur serait probablement celui qui terminerait l'action collective. S'attendant à ce que cette question lui soit posée à la fin de chaque séquence de jeu, le gardien sera plus impliqué et attentif aux caractéristiques des situations au moment même où il les vit.

Les éléments pris en compte pour estimer un tir imminent peuvent être, pour des gardiens de niveaux novice et débrouillé, un mouvement de cadrage vers un espace libre ou une accélération dans le couloir de jeu direct par exemple. Cela peut aussi être la position lointaine d'un tireur considéré comme le tireur de loin de l'équipe ou un mouvement qui va aboutir à un surnombre pour un niveau confirmé, généralement. Les experts eux, parviennent à identifier un danger/tireur potentiel en observant la position d'un bras de tir par rapport au placement des défenseurs ou en étant vigilants à la manifestation d'attitudes et actions typiques de certains joueurs (feintes physiques ou visuelles par exemple), entre autres indices.

OBJECTIF 2.

Habituer le gardien à diagnostiquer des situations de jeu pour identifier des tireurs potentiels ou des zones du but que le tireur cherche à atteindre (novices et débrouillés)

Principe 1. Utiliser l'outil vidéo pour faciliter l'analyse des situations de jeu.

Arnaud EAC

Un travail de prise d'informations complémentaire à celui effectué en objectif 1 peut être mené ici plus finement grâce à l'outil vidéo. L'avantage qu'il présente est qu'on peut agir sur la temporalité de la situation analysée, en effectuant des arrêts sur image, voire des ralentis, si on utilise un logiciel de montage. De fait, on peut :

1. obtenir un recueil d'informations exhaustif et précis des comportements des adversaires,
2. demander au gardien de sélectionner les éléments estimés les plus décisifs,
3. le guider ensuite dans sa prise d'information et de décision en temps réel lorsqu'une situation similaire se présentera à lui.

L'analyse vidéo n'impose pas que le gardien qui analyse soit celui qui est présent à l'image.

Principe 2. Encourager les commentaires lors du visionnage des vidéos.

Peu importe le niveau d'expertise du gardien qui analyse la vidéo, l'entraîneur doit le placer dans des conditions qui facilitent une prise de parole libérée de toute appréhension. Aussi, il doit insister sur l'aspect formatif et non évaluatif de l'exercice et s'assurer que le gardien en saisisse les intérêts. De plus, le gardien ne doit pas considérer le regard qu'a son entraîneur sur les situations analysées comme étant « le bon regard » car l'interprétation des situations est subjective et propre à chacun.

OBJECTIF 3.
Habituer le gardien à simuler la suite des situations de jeu en cours (confirmé et expert)

L'entraînement à ce travail de simulation mentale peut être fait lors de séances collectives ou bien de séances d'analyse vidéo.

Principe 1. Utiliser l'outil vidéo pour contrer la pression temporelle présente en situation réelle.

Sur le même principe, on peut faire des arrêts sur image au cours d'une situation de jeu pour demander au gardien ce qui va se produire, selon lui, dans les secondes suivantes. En fonction des éléments qu'il prend en compte, il pourra par exemple déterminer avec un certain degré de certitude :

1. qui parmi ses adversaires va conclure l'action, ou la zone du but qu'il va chercher à atteindre, et...
2. les placements à adopter en conséquence, ou les parades, qui seront les plus efficaces. En réactivant la lecture de la vidéo, ses estimations pourront être vérifiées.

Usage de la vidéo en fonction des niveaux

Utilisation pour novices et débrouillés.

Lorsqu'il n'est pas acteur, l'idée est de demander au gardien de caractériser les actions individuelles et collectives de ses adversaires de façon à trouver des points communs entre différentes situations. Ces bases de données, mémorisées, lui permettront de repérer plus rapidement les informations les plus importantes et d'agir en conséquence. Il est indispensable que ce soit le gardien, et non pas l'entraîneur, qui identifie les éléments contextuels importants. L'entraîneur aide, guide cette identification menée par gardien de but.

Utilisation pour confirmés et experts.

Dans le cas où le gardien est acteur sur la vidéo, lui demander de commenter sa propre activité à partir des indices considérés en temps réel peut alors renvoyer aux entretiens « d'autoconfrontation » utilisés dans le milieu de la recherche, en psychologie appliquée au sport notamment (cf. photo eac_arnaud). Cette technique est utile lors de débriefings, dans la mesure où l'entraîneur peut découvrir et/ou comprendre certains choix effectués par le gardien au regard des informations qu'il a prises en compte pendant l'action.

Seine-Saint-Denis / Val de Marne

Niort / Saintes

Principe 2. Favoriser le développement des modes de jeu anticipateur et provocateur lors des séances collectives, via le briefing et le débriefing.

Le jeu en anticipation permet au gardien d'éviter le retard sur la prise d'information. Il s'agit d'un pari sur le déroulement futur d'une situation qui le conduit à amorcer une action avant d'avoir les éléments nécessaires pour être convaincu de la pertinence de son action. Le jeu en provocation s'appuie sur le jeu en anticipation dans la mesure où le gardien, par son attitude, incite le tireur à choisir un impact prédéterminé.[1]

Les connaissances stockées en mémoire et obtenues à partir d'un travail d'analyse vidéo ou bien d'expériences vécues sur le terrain permettent, lors d'un briefing, d'établir des stratégies applicables quand certaines situations apparaîtront en temps réel. Aussi, le gardien peut annoncer à l'entraîneur ce qu'il compte faire si telle ou telle situation se présente. Le débriefing servira alors à faire le point sur le développement de ses intentions.

Plus précisément, l'entraîneur peut lui poser des questions comme «as-tu réussi à appliquer ta stratégie ?» «l'as-tu modifiée au cours de la situation ?», «qu'est-ce qui a fait que tu l'as modifiée ?».

LES NOUVELLES TECHNOLOGIES AU SERVICE DE LA FORMATION

Si on s'intéresse au contenu des articles publiés par des Cadres Techniques Fédéraux à propos du gardien de but, on remarque que la conception de la formation de ce dernier évolue considérablement depuis les cinq dernières années. L'activité du gardien n'est plus restreinte à un duel de techniques entre lui et le tireur, mais comprend des étapes de préparation à ce duel final qui ont lieu dès lors que les adversaires s'approprient le ballon. Maurice Portes le disait lui-même dans le dernier numéro d'Approches du handball: *«dans la formation, il faut donner la priorité à l'activité perceptive et décisionnelle.»*

Les perspectives de formation concernent donc des apprentissages à des processus cognitifs attentionnels et décisionnels que les nouvelles technologies peuvent favoriser. Si l'outil vidéo trouve de plus en plus sa place pendant les entraînements, un dispositif novateur d'analyse vidéo pourrait être conçu pour permettre au gardien d'analyser sa propre pratique, directement après certaines actions de la séance. Il pourrait s'agir de caméras placées sur ou derrière le but, rapportant les images filmées, mais en différé, sur des grands écrans auxquelles elles seraient raccordées, par exemple.

Plus ambitieux encore, de nombreux travaux scientifiques récemment menés dans le domaine du sport et de la réalité virtuelle misent sur les propriétés immersives d'environnements virtuels de formation et sur la possibilité d'agir sur la temporalité des situations construites pour développer les processus décisionnels des sportifs.[2]

---

1. cf. dictionnaire FFHB présent sur le site internet

2. Bossard, C., Kermarrec, G., De Loor, P., Pénard, R., & Tisseau, J. (2009). Sport, réalité virtuelle et conception de simulations participatives. Illustration dans le domaine du football avec le simulateur CoPeFoot. Intellectica, 52, 97-117.