



Concept ASF

Développement de la personnalité dans le football

**Formation des entraîneurs
Cours de perfectionnement.
2011/12**

(Niveau Diplôme C / B)

www.dreamteam11.ch

Bases pour le développement

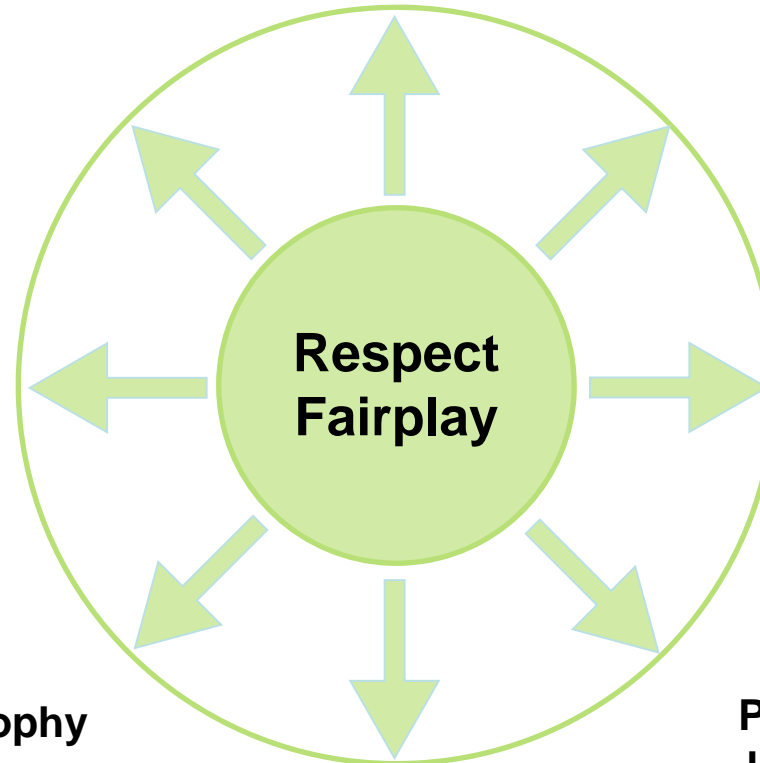
Les bases de notre façon d'agir
sont le respect et le fairplay



???



???



???

SUVA Fairplay-Trophy

???

Protection des enfants et de
la jeunesse dans le football

Diplôme C

Motivation

???

Joie de jouer

**Respect
Fairplay**

Ambition

**Esprit
d'équipe**



Lors de chaque entraînement un joueur doit pouvoir se réjouir plusieurs fois, transpirer quelques fois et apprendre quelque chose!

Respect et Fairplay

???



**Respect signifie Fairplay vis-à-vis
des joueurs, de l'adversaire et de l'arbitre.**

**Respect signifie aussi,
avoir soin des installations sportives
(terrain, garde-robe, ballons, matériel).**

**Le respect mutuel
est la base essentielle
pour vivre en communauté.**

**Une communauté fonctionnant
harmonieusement contribue au
développement de l'individu.**



Respect et Fairplay

Mise en oeuvre: Comportement adéquat de l'entraîneur (judicieux, souhaitable)

▶ **Montre ton estime envers tous tes semblables!**

- > Comporte-toi toujours correctement et avec fairplay!
- > Parle de manière positive avec tes joueurs!
- > Sois un exemple pour les joueurs!

???

▶ **Etablis des règles pour l'équipe, valables pour tous!**

- > Etablis les règles tout seul (pour les jeunes juniors)!
- > Etablis les règles en commun avec les joueurs plus âgés!
- > Engage les joueurs par leur signature sur cette charte (Commitments)!

???

▶ **Reagis d'une manière appropriée en cas de non-respect!**

- > Explique au joueur pourquoi cela ne va pas!
- > Rappelle-lui les règles!
- > Punis-le d'une manière appropriée (carte rouge ou jaune)!

???

Traite toutes les personnes avec respect!



Respect et Fairplay

Exemple d'une charte (juniors A)

Nous voulons vivre une saison magnifique..

Chacun apporte sa contribution. Nous attestons tout spécialement que ...

... nous allons nous soutenir mutuellement en toutes circonstances

... nous assisterons régulièrement et ponctuellement aux séances d'entraînement ...

... nous rangerons tous ensemble le matériel à la fin de chaque entraînement

... nous laisserons le vestiaire dans un état de propreté exemplaire

... nous corrigerons nos fautes par un engagement modèle

... nous allons „tout donner“ pendant le match

... nous montrerons du respect et du fairplay dans chaque situation

**Date,
Signature de tous les joueurs**

Joie de jouer

???

Amour du football

Joie de jouer



Joie de connaître des succès

Joie de faire de petits progrès

Dans le football de base des juniors
l'important c'est le plaisir de jouer au football.



Joie de jouer

Mise en oeuvre: Comportement adéquat de l'entraîneur (souhaitable, judicieux)

▶ **Conduis le team positivement!**

???

- > Sois de bonne humeur et enjoué!
- > Crée par des actions ciblées une bonne ambiance dans l'équipe!
- > Loue et applaudis les joueurs!

▶ **Rends l'entraînement plaisant!**

???

- > Entraîne si possible toujours avec le ballon!
- > Accorde aux joueurs de l'espace pour des jeux qui font plaisir!
- > Montre ton plaisir de jouer au football (langage corporel)!

▶ **Réponds la joie aussi lors de la compétition!**

???

- > Ne donne que peu d'indications tactiques!
- > Insiste sur l'offensive et la créativité!
- > Engage tous les joueurs au minimum 10-15 minutes

Le plaisir est la base d'une bonne prestation!



Esprit d'équipe

???



Le joueur doit se sentir à l'aise
dans l'équipe et dans le club.

„J'appartiens au groupe!“

„Je participe aussi!“

„Je suis aussi responsable!“

Les juniors d'aujourd'hui
sont les entraîneurs et fonctionnaires de demain!



Esprit d'équipe

Mise en oeuvre: Comportement adéquat de l'entraîneur

(souhaitable, judicieux)

▶ Intègre les faibles dans le match!

???

- > Fais attention à ce que tous les joueurs participent!
- > Encourage et loue aussi les joueurs plus faibles!
- > Engage régulièrement dans le cours d'une saison aussi les plus faibles!

▶ Encourage la coresponsabilité!

???

- > Fixe un cadre aux joueurs qui leur laisse un espace de liberté!
- > Laisse les joueurs organiser eux-mêmes un exercice!
- > Attribue aux joueurs des tâches qui correspondent à leurs capacités!

▶ Des membres, fais-en des collaborateurs actifs

???

- > Prête attention à ce que les plus jeunes exercent déjà une petite fonction!
- > Encourage dans ton équipe les joueurs avec talents sociaux!
- > Encourage les joueurs prédisposés à exercer une fonction dans le club!

Encourage le sentiment d'appartenance et la coresponsabilité!

Ambition

???

Volonté d'être meilleur que les autres

Volonté de gagner

Volonté d'apprendre quelque chose

L'ambition exagérée d'un entraîneur peut détruire beaucoup de choses!



Ambition

Mise en oeuvre: Comportement adéquat de l'entraîneur (souhaitable, judicieux)

▶ Encourage l'ambition innée des joueurs!

???

- > Exécute régulièrement des compétitions lors des entraînements!
- > Loue l'engagement des joueurs!
- > Demande le résultat de matches disputés lors d'entraînements!

▶ Discipline ton ambition personnelle!

???

- > Fais attention, lors d'un match, au respect et au fairplay!
- > Reste cool et détendu lors d'un match afin qu'il ne devienne pas agité!
- > Réjouis-toi du succès des joueurs!

▶ Conduis les joueurs selon âge et maturité!

???

- > Traite les joueurs différemment, selon leur âge et leur talent!
- > Utilise des mots correspondant au niveau de développement du joueur!
- > N'exige d'un joueur que ce qu'il peut maîtriser!

Trouve le juste équilibre entre ambition et placidité!

Diplôme C

Motivation

Mise en oeuvre: Comportement adéquat de l'entraîneur (souhaitable, judicieux)

Comportement approprié dans une situation concrète (match)

Joie de jouer: Montre ta joie lors d'un but marqué, mais fais attention au calme lorsque quelqu'un parle!

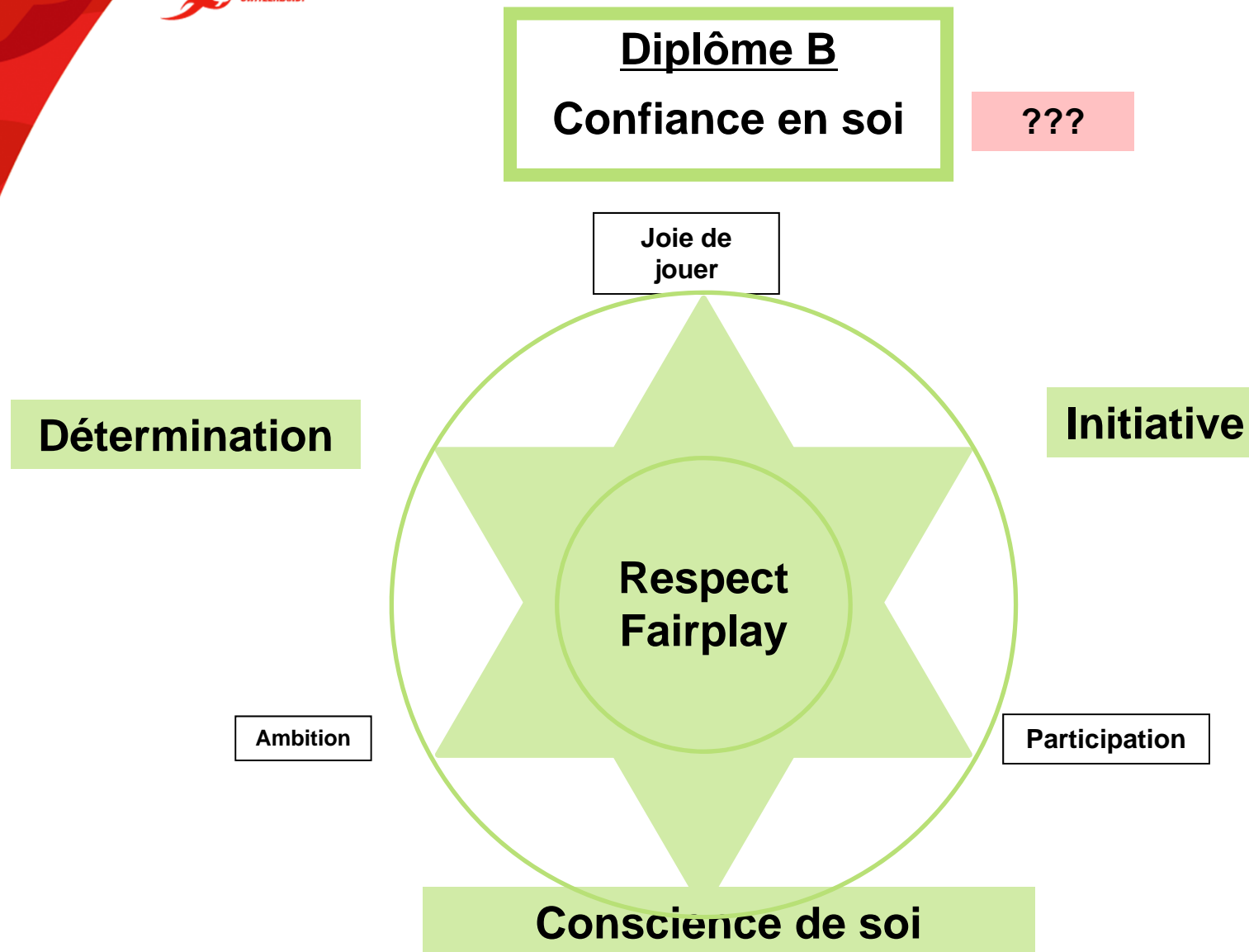
Esprit d'équipe: Laisse un espace de liberté aux joueurs pendant les entraînements, mais exige de l'ordre dans les cabines!

Ambition: Encourage la volonté de vaincre du joueur, mais sois toujours respectueux de l'arbitre!



Timing = Choisis le ton juste!

Développe chez toi et chez les joueurs un flair pour la situation!



Assurance

???

Conscience de soi = s'estimer capable d'accomplir quelque chose

Assurance = connaître ses points forts et ses points faibles



Un haut degré d'assurance mène à une confiance stable.

Trop d'assurance (arrogance, présomption) réduit la prestation.



Assurance

Mise en oeuvre: réaction nécessaire de l'entraîneur

(consciente, obligatoire)

▶ **Analyse régulièrement les prestations des joueurs!**

???

- > Donne souvent et surtout de façon positive tes commentaires!
- > Utilise le Feedback-Sandwich (positif > correction > positif)!
- > Analyse au moyen de la video (critique par le joueur lui-même)!

▶ **Sois efficace dans le Coaching!**

???

- > Exige avec constance de tes joueurs la qualité dans toutes les formes d'entraînements!
- > Promue et développe tes joueurs par un soutien sans faille!
- > Relève les points forts des joueurs – Loue les actions réussies!

▶ **Communique avec confiance (par oral et autrement)**

???

- > Montre un langage gestuel confiant (position droite)!
- > Profite de tes monologues et reste toujours positif!
- > Parle distinctement et écoute attentivement!

Sois convaincu de tes capacités, sans être présomptueux !

Détermination

???

S'imposer des buts exigeants et essayer de les réaliser avec persévérance.

Volonté d'apprendre = Volonté de devenir meilleur et de dépasser ses limites!



La réalisation de ses propres objectifs renforce la confiance en soi.

Celui qui veut atteindre quelque chose doit être prêt à s'investir.



Détermination

Mise en oeuvre: réaction nécessaire de l'entraîneur

(consciente, obligatoire)

► **Fixe des objectifs!**

???

- > Visualise tes objectifs et ceux des joueurs!
- > Etablis avec les joueurs une convention fixant les buts à atteindre!
- > Planifie soigneusement, mais laisse assez de place à la créativité et à la spontanéité!

► **Montre les conséquences!**

???

- > Exige des mesures concrètes (Les objectifs ont leur prix)!
- > Utilise principalement des objectifs ciblés (p.ex. „joue simplement“)
- > Sois constant dans tes exigences – n'abandonne jamais!

► **Elucide les causes!**

???

- > Analyse les résultats obtenus et quelles en sont les causes!
- > Compare la performance actuelle avec l'ancienne (progression)!
- > Examine la volonté et la capacité d'apprendre des joueurs (Progrès)!

Trouve le juste équilibre entre exigences précises et liberté de manoeuvre!

!

Initiative

???

Etre toujours actif – agir et non seulement réagir.

Avoir des idées précises et vouloir les mettre en pratique pendant le match.



Etre courageux et prendre ses responsabilités.

La passivité est un signe de peur.



Initiative

Mise en oeuvre: réaction nécessaire de l'entraîneur

(consciente, obligatoire)

▶ Exige de l'activité dans le jeu!

???

- > Demande à tes joueurs d'imposer sur le terrain ta propre tactique!
- > Encourage les joueurs à demander la balle!
- > Impose une défense active afin de gagner le ballon!

▶ Encourage les joueurs à prendre des initiatives!

???

- > Permits aux joueurs d'organiser eux-mêmes des entraînements partiels!
- > Demande-leur quelle est leur solution pour une situation de jeu donnée!
- > Encourage-les à être créatif!

▶ Sois courageux et optimiste!

???

- > Crois toujours au succès et reste constamment optimiste!
- > Corrige les pensées et façons d'agir négatives!
- > Reste détendu même dans les situations difficiles, mais toujours actif!

**Sois courageux, sans
devenir insouciant!**

Pratique: Unité d'entraînement (90')

Participants:	14 joueurs, 2 gardiens	
Thèmes de l'entraînement:		
Diplôme C:	Joie, Esprit d'équipe , Ambition	
Diplôme B:	Confiance en soi, Détermination, Initiative	
Mise en oeuvre:	Communication, langage corporel	
1) Echauffement (30'):	Brésil – Fangis - Jeu	Diplôme C
2) Partie principale (45'):	Attaque 6v1	Diplôme B
3) Match (15'):	7v7, jeu libre	Diplôme B

Devoirs d'observation

- > **Contenu: accent principal, variations possibles, autres exercices**
- > **Comportement entraîneur: Communication – Langage corporel**
- > **Comportement de quelques joueurs: Communication – Langage corporel**



**Les bons entraîneurs
savent ce qu'ils doivent faire pour
avoir du succès ...**

... Les entraîneurs à succès le font !