

# COACH

101



numéro

01

MAI 2011



**MANAGEMENT**

**EXTRAIT DE VESTIAIRES**

1er MAGAZINE  
CONSACRÉ AUX  
ÉDUCATEURS

POUR S'ABONNER :  
WWW.VESTIAIRES-  
MAGAZINE.COM

# Les 10 commandements de l'éducateur

**Comportement sur la séance. On stigmatise souvent l'attitude des éducateurs en match. Mais qu'en est-il à l'entraînement ? Voici dix règles d'or qu'il convient de respecter quelle que soit la catégorie. À consommer sans modération.**

## 1/ TU ANIMERAS

Mettez de la vie dans vos séances ! C'est à vous d'imprimer le tempo et l'intensité en fonction de l'effet recherché. N'oubliez pas que les joueurs sont souvent le reflet de l'attitude de l'éducateur. Soyez donc dynamique, mais aussi réactif pour ne pas "subir" la séance. Ici, toute la difficulté réside dans le fait de savoir faire la différence entre "animer" un exercice et crier en permanence... !

Par  
**Lionel  
ROCHETTE**



CDFA au district Gard  
Lozère. Créateur des  
stages "Gard 0 Foot"

## 2/ TU CORRIGERAS

Sur le plan technique, aucune erreur ne doit être "tolérée", surtout dans le cadre d'un exercice analytique. Et pour cause : dès lors que le joueur les aura assimilées, ces erreurs deviendront difficiles à gommer. Voilà pourquoi il ne faut rien laisser passer. Insistez sur le geste juste en expliquant, en questionnant, voire en démontrant si nécessaire.

## 3/ TU DIRIGERAS

L'erreur à ne pas commettre sur un exercice est de vouloir tout corriger, au risque de se "perdre" et de perdre l'attention des joueurs. Si on travaille le jeu dans les intervalles par exemple, évitez de vous attarder sur vos défenseurs qui ne vont pas suffisamment cadrer le porteur... Restez focalisé, concentré, sur le thème de la situation.

## 4/ TU DEMONSTRERAS

La démonstration est un repère visuel pour le joueur. Elle donne un sens concret à ce qu'il va devoir reproduire. Plus efficace que des explications parfois longues et trop abstraites, elle demeure un moyen pédagogique fondamental. Si vous n'êtes pas en mesure techniquement ou physiquement d'assurer



cette démonstration, demandez à votre meilleur élément de s'y coller.

## 5/ TU AMENAGERAS L'ESPACE

L'aménagement de l'espace de jeu doit s'effectuer en fonction de l'effectif, de l'intensité que l'on veut donner à l'exercice, et du niveau des joueurs. Plus un espace sera minime, plus l'intensité à l'intérieur de celui-ci sera haute. Mais encore, plus un espace sera réduit, plus la difficulté technique sera importante, d'où cette notion primordiale d'aménagement de l'espace. Apportez une attention toute particulière à la couleur des plots. Elle permet de dissocier plus facilement les ateliers ou exercices.

## 6/ TU SERAS RIGOUREUX

La qualité d'un entraînement passe invariablement par la rigueur de l'éducateur sur l'objectif recherché. Être rigoureux, c'est aussi et surtout faire respecter les consignes et veiller à ce que les joueurs conservent un

comportement adéquat tout au long de la séance.

## 7/ TU VALORISERAS

Valoriser plus que réprimander. Encouragez le joueur à répéter les habiletés techniques. Mettez le dans un état psychologique favorable à la réussite du geste demandé. La valorisation est fondamentale pour permettre au pratiquant de jouer libéré, relâché et non tendu, crispé et par conséquent peu efficace.

## 8/ TU FERAS DES FEEDBACKS

Le joueur doit absolument avoir un retour sur ce qu'il vient de produire. Ce retour permettra de faire évoluer son comportement, éventuellement de modifier son geste, son attitude, notamment dans le cadre d'un travail purement technique.

## 9/ TU ORGANISERAS

Intégrez toujours la séance dans le cadre d'une planification annuelle. L'entraînement doit s'inscrire dans un cycle de travail cohérent. Cette organisation permettra une progression plus rapide du joueur sur telle ou telle qualité sollicitée, sans en oublier aucune sur une saison !

## 10/ TU SERAS EXEMPLAIRE

Dans le vocabulaire employé, dans la tenue vestimentaire (homme de terrain), dans la ponctualité, et dans le comportement d'une manière générale. Encore une fois, n'oubliez pas que les joueurs sont souvent le reflet de l'éducateur qui les encadre. Véhiculer une image irréprochable apparaît essentiel, surtout dans certaines catégories d'âges parfois difficiles... ■

# LA REVUE DES TECHNICIENS

WWW.VESTIAIRES-MAGAZINE.COM



## Tous les mois, **VESTIAIRES** c'est :

- Des conseils d'experts de l'entraînement, du management, de la préparation physique, des métiers de santé...
- Des exercices pratiques, une séance à archiver...
- Des intervenants prestigieux (Christian Gourcuff, Jacques Crevoisier, Jean Fernandez, Raynald Denoueix, etc...)
- Des témoignages d'acteurs du foot amateur



**uniquement sur abonnement**



**Gérard Houllier**  
"Enfin un mensuel pour tous les entraîneurs"



**Jacques Crevoisier**  
"Un magazine en tout point remarquable"



**Jean-Marc Furlan**  
"Agréable à lire et très riche dans son contenu"



**Jean Fernandez**  
"Ma lecture préférée sur le football"



**Elie Baup**  
"Un véritable outil pour les éducateurs"



**Raynald Denoueix**  
"Je me régale tous les mois en le lisant !"



**Christian Gourcuff**  
"Je me félicite qu'une telle revue ait vu le jour"