

# COACH

101



numéro

02

JUIN 2011



**COACHING**

# Sachez utiliser efficacement

**Sécurité, visibilité et cohérence. Savoir organiser ses ateliers en choisissant et en disposant le matériel de façon claire et rationnelle, est le premier critère d'une séance réussie. Un paramètre essentiel et pourtant négligé le plus souvent.**

**A** l'approche des fêtes de Noël, nous sommes tous à la recherche des cadeaux pour les personnes qui nous sont chères. Une fois le choix effectué, il faut emballer la surprise, réaliser le paquet cadeau... C'est ce qu'on voit en premier lors de la distribution des présents. Et bien sachez que lorsque les joueurs découvrent votre séance, il en est de même ! La première chose qu'ils distinguent est son organisation matérielle. La préparation des ateliers est donc une étape essentielle. L'objectif pour l'éducateur : rendre la disposition et l'utilisation du matériel les plus efficaces et cohérentes possibles. Elles doivent permettre aux joueurs de mieux percevoir, de mieux s'approprier et au final de mieux comprendre et assimiler la situation qui leur est proposée. Contrairement à cette citation de David Swanson, "Vous n'aurez jamais une deuxième chance de faire une bonne première impression", vous avez, lors de chaque séance, la possibilité de peaufiner au mieux l'organisation de vos ateliers. Alors à vous de jouer !

Par  
**Xavier LACRAZ**



Conseiller Technique  
Départemental

**Voici quelques conseils qui vous aideront à optimiser l'organisation de vos ateliers :**

### LA SÉCURITÉ

La première préoccupation de l'éducateur doit être la sécurité. S'il est recommandé d'utiliser les espaces périphériques des terrains en herbe pour ménager les espaces de jeu, notamment lorsque vous travaillez la psychomotricité, ne placez pas la ligne d'arrivée d'une course devant une main courante (**fig.1**) ! Pour tracer son aire de jeu, ne pas utiliser non plus une ligne sur laquelle se trouve une cage (**fig. 2**). Enfin, gare à l'utilisation de matériel dangereusement abîmé (exemple : jalon dont le bout, cassé, devient contondant).

### LA PERCEPTION

Pour faciliter la perception de l'espace de jeu, placez des grandes bornes aux quatre coins du terrain (plus visibles que des coupelles), surtout si vous entraînez en école de foot (**fig.3**). Et pour cause, les jeunes joueurs n'ont pas le même angle de vision qu'un adulte. Essayez de vous baisser et de

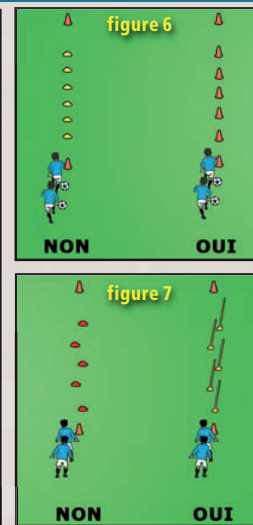
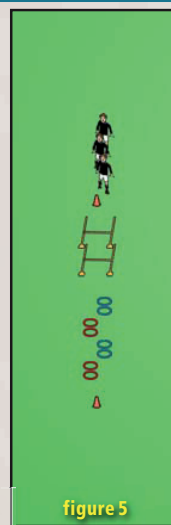
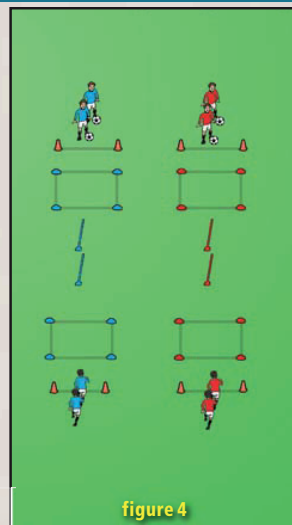
regarder l'atelier en étant à la hauteur d'un enfant d'1m20, vous verrez que la perception n'est pas la même... Par ailleurs, utilisez, quand c'est possible, les lignes existantes (**fig.3**). Sachez également composer avec la couleur du matériel par équipe (**fig. 4**). Utilisez les cerceaux d'une couleur pour le pied gauche et d'une autre pour le droit (**fig. 5**), etc...

### LE CHOIX DU MATÉRIEL

Tout éducateur doit savoir choisir le matériel adapté en fonction de l'objectif : placer des bornes plutôt que des coupelles pour travailler la conduite en slalom (**fig. 6**), utiliser des jalons plutôt que des bornes (**fig. 7**) pour créer des esquives (obstacles à hauteur des épaules, sans ballon).

### LA QUANTITÉ DE MATÉRIEL UTILISÉ

Pas la peine de surcharger inutilement les ateliers avec du matériel. Pour tracer une ligne, ne posez pas une coupelle tous les 20 centimètres ! Tous les 8 à 10 mètres, cela suffit amplement (**fig.8**).





**EXTRAIT DE VESTIAIRES**

1er MAGAZINE  
CONSCRÉ AUX  
ÉDUCATEURS

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

# vosre matériel !

## LA CLARTÉ DES ATELIERS

Afin d'y voir plus clair, pensez à "aérer" la disposition de vos ateliers (fig. 9). Les placer trop proches les uns des autres risquera de porter à confusion lors des rotations.

## LE MATÉRIEL SUPPLÉMENTAIRE À PRÉVOIR

Chaque exercice possède une ou plusieurs variantes. Parfois, ces dernières nécessitent de rajouter une porte, une ligne, des jalons... Aussi, il vous faut prévoir ces ajouts de matériel en les disposant de suite à portée de main (fig. 10). Pas question d'arrêter le jeu pendant 2 à 3 minutes le temps d'aller chercher le "matos" nécessaire dans le local à matériel... Idem pour les ballons !

## LES DOSSARDS ET LEUR COULEUR

Prévoir 2 jeux de dossards par groupe afin de faciliter l'animation et la perception. Lorsque vous distribuez ces fameuses chasubles (rouges et jaunes par exemple), tenez compte de la couleur des maillots des joueurs de façon à ne pas donner un dossard jaune à un joueur portant un maillot rouge en-dessous et inversement. Faire mettre le maillot dans le short et laisser dépasser le dossard pour éviter une superposition des couleurs nuisible à la perception. Enfin, utilisez des couleurs qui "tranchent". Éviter le bleu avec le vert (fig. 11).

## LE RANGEMENT DU MATÉRIEL

Tous ces bons réflexes dans la préparation de la séance seront grandement facilités si le rangement du matériel se fait avec tout autant de minutie : ranger les coupelles par couleur sur leur support. Plier les dossards par couleurs plutôt que de les jeter en boule au fond du sac. Remettre le matériel en ordre dans le local. C'est en ouvrant ce dernier que l'on se rend très vite compte de l'organisation générale d'un club... Pensez aux autres éducateurs qui vont utiliser le matériel. Facilitez leur tâche et vous-même serez content de trouver un local matériel bien rangé lorsque vous viendrez installer votre séance. ■

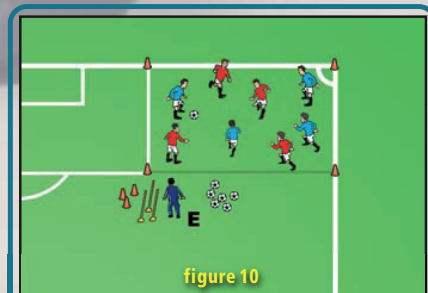


figure 10

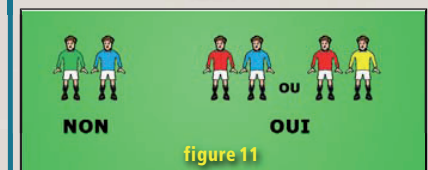


figure 11

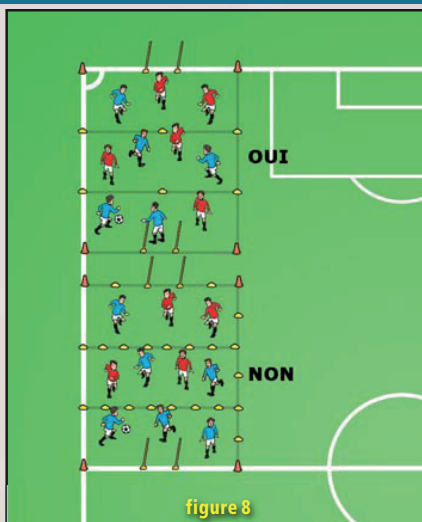
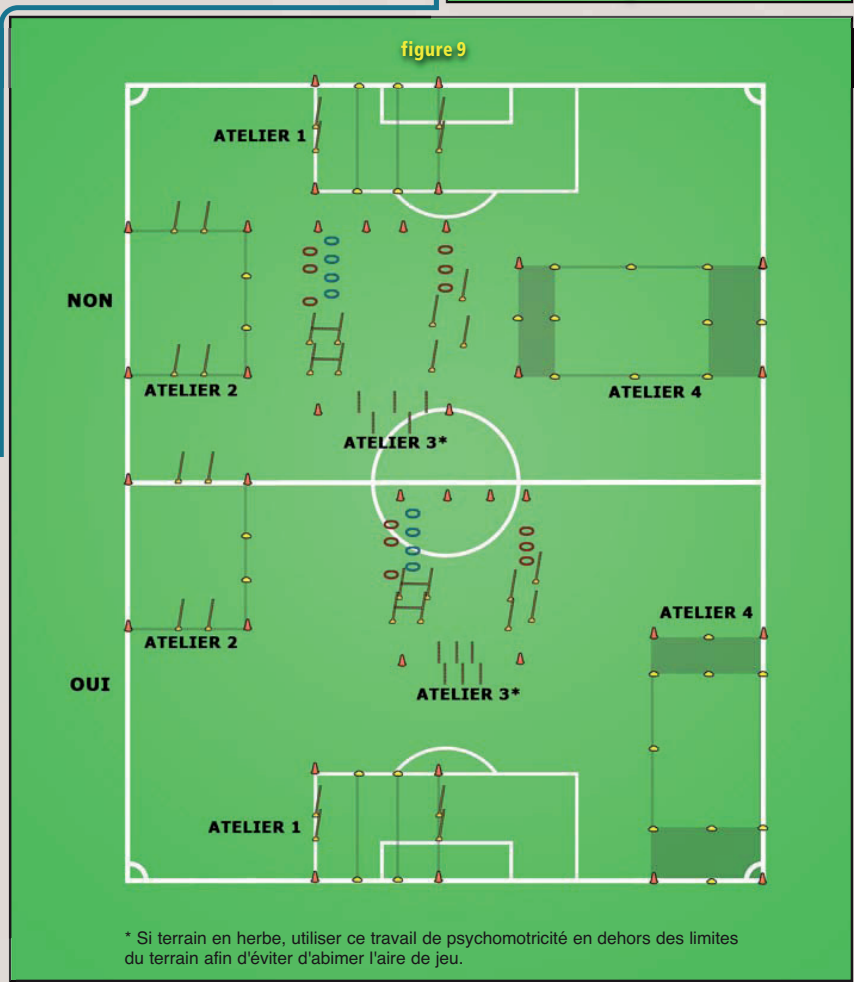


figure 8



\* Si terrain en herbe, utiliser ce travail de psychomotricité en dehors des limites du terrain afin d'éviter d'abimer l'aire de jeu.

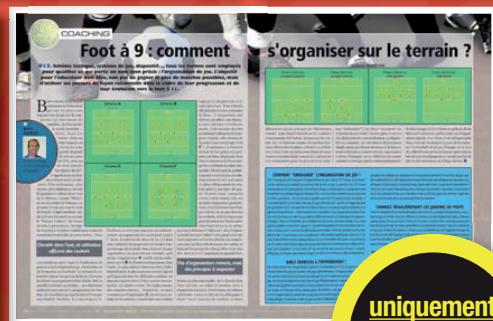
# LA REVUE DES TECHNICIENS

WWW.VESTIAIRES-MAGAZINE.COM

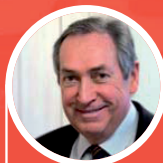


## Tous les mois, VESTIAIRES c'est :

- 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"